

Оригинальная статья / Original article

УДК 159.944.4:378.12:616.9

**Компетентностная модель профилактики эмоционального  
выгорания педагогов отдельных образовательных организаций  
в условиях пандемии COVID-19 (констатирующий этап  
формирующего эксперимента)**

**Л.Н. Молчанова<sup>1</sup> ✉, А.А. Кузнецова<sup>1</sup>, Л.Н. Малихова<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>Курский государственный медицинский университет  
ул. К. Маркса д. 3, г. Курск 305000, Российская Федерация

<sup>2</sup>Курская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья  
ул. Чумаковская, д. 9, г. Курск 305035, Российская Федерация

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Резюме

*Масштабы пандемии COVID-19 инициировали вынужденный переход в дистанционный образовательный формат и использование адекватных сложившейся ситуации социально-психологических компетенций в обучении детей, имеющих особые образовательные потребности. Возросшие когнитивные, эмоциональные и коммуникативные нагрузки способствовали возникновению эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций, что актуализировало настоящую проблему и определило цель исследования – разработку компетентностной модели его профилактики в условиях пандемии COVID-19. В исследовании приняли участие 40 педагогов из ОКОУ «Курская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» в возрасте от 21 года до 65 лет с длительностью стажа профессиональной деятельности до 43 лет. Для сбора данных использовали наблюдение и беседу, а также стандартизированные методики диагностики эмоционального выгорания педагогов и содержания их социально-психологической компетентности. Обработка результатов осуществлялась с помощью компьютерной программы «Statistica 11.0». Эмпирически доказано наличие корреляционных взаимосвязей социально-психологической компетентности в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций и их эмоционального выгорания, что послужило основанием в разработке компетентностной модели его профилактики. Выявлена ресурсность социально-психологической компетентности педагогов в преодолении эмоционального выгорания: альтруистическая направленность, увлеченность трудом, уверенное поведение, ответственность и организаторские способности, а также способности контролировать собственные эмоции и идентифицировать чужие, вербально их описывать и понимать их причины, предвидеть и предсказать последствия поведения других людей. Определено структурно-процессуальное содержание компетентностной модели профилактики эмоционального выгорания: целевой, организационно-содержательный и оценочно-результативный блоки, этапы реализации и методы профилактики, а также критерии оценивания.*

**Ключевые слова:** компетентностная модель; межличностные отношения; профилактика; эмоциональное выгорание; педагоги отдельных образовательных организаций; пандемия COVID-19.

**Конфликт интересов:** Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

**Для цитирования:** Молчанова Л.Н., Кузнецова А.А., Малихова Л.Н. Компетентностная модель профилактики эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19 (констатирующий этап формирующего эксперимента) // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2022. Т. 12, № 3. С. 226-241.

Статья поступила в редакцию 07.07.2022

Статья подписана в печать 29.07.2022

Статья опубликована 06.09.2022

## Competence-Based Model for Prevention of Emotional Burnout of Teachers of Individual Educational Institutions in the Context of the COVID-19 Pandemic (Stating Stage of the Formative Experiment)

Lyudmila N. Molchanova<sup>1</sup> ✉, Alesya A. Kuznetsova<sup>1</sup>, Larisa N. Malikhova<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Kursk State Medical University

3, K. Marx str., Kursk 305000, Russian Federation

<sup>2</sup>Kursk boarding school for children with disabilities

Chumakovskaya str. 9, Kursk 305035, Russian Federation

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

### Abstract

*The scale of the COVID-19 pandemic initiated a forced transition to a distance learning format and the use of socio-psychological competencies adequate to the current situation in teaching children with special educational needs. Increased cognitive, emotional and communicative loads contributed to the emergence of emotional burnout among teachers of certain educational organizations, which actualized the real problem and determined the purpose of the study – the development of a competency-based model of its prevention in the context of the COVID-19 pandemic. 40 teachers from OKOU "Kursk boarding school for children with disabilities" aged 21 to 65 years with a professional experience of up to 43 years took part in the study. Observation and conversation, as well as standardized methods for diagnosing the emotional burnout of teachers and the content of their socio-psychological competence were used to collect data. The results were processed using the Statistica 11.0 software. Correlation relationships of socio-psychological competence in interpersonal relations of teachers of individual educational organizations with their emotional burnout have been empirically identified, which served as the basis for the development of a competency-based model of its prevention. The resourcefulness of the socio-psychological competence of teachers in overcoming emotional burnout has been revealed. These are altruistic orientation, dedication to work, confident behavior, responsibility and organizational skills, as well as the ability to control their own emotions and identify others, verbally describe them and understand their causes, anticipate and predict the consequences of other people's behavior. The structural and procedural content of the competency-based model for the prevention of emotional burnout is determined: target, organizational-content and evaluative-effective blocks, stages of implementation and methods of prevention, as well as evaluation criteria.*

**Keywords:** competence model; interpersonal relations; prevention; emotional burnout; teachers of individual educational organizations; COVID-19 pandemic.

**Conflict of interest:** The Authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

**For citation:** Molchanova L.N., Kuznetsova A.A., Malikhova L.N. Competence-Based Model for Prevention of Emotional Burnout of Teachers of Individual Educational Institutions in the Context of the COVID-19 Pandemic (Stating Stage of the Formative Experiment). *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika* = *Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics*. 2022, 12(2): 226–241 (In Russ.).

Received 07.07.2022

Accepted 29.07.2022

Published 06.09.2022

## Введение

В настоящее время проблема человеческого здоровья, в том числе профессионального, является приоритетной на государственном уровне: реализуется национальный проект «Здоровье», принята к исполнению Концепция демографической политики на период до 2025 г.

Масштабы пандемии COVID-19 определили масштабы ее последствий в виде острых стрессовых состояний населения, эмоционального выгорания представителей «помогающих» профессий (педагогических, медицинских, социальных работников и др.), количества и частоты обращения за психологической помощью. Так, данные сайта Profi.ru свидетельствуют о том, что в I квартале 2020 года россияне стали в четыре раза чаще обращаться к психологам и психотерапевтам по сравнению с таким же периодом прошлого года. А согласно информационному ресурсу «СберЗдоровье» в период пандемии россияне на 75% чаще записывались на прием к психотерапевту и на 64% – к психиатру [1].

Руководитель Федерального медико-биологического агентства В. Скворцова заявила о возможном эмоциональном выгорании россиян в изоляции: сайт РБК [2].

Проблема эмоционального выгорания уже более 40 лет вызывает исследовательский интерес со стороны многих специалистов: педагогов, психологов, социальных и медицинских работников, социальная значимость профессий которых определяет необходимость ее исследования с точки зрения сохранения и профилактики их психического и профессионального здоровья. Современное понимание эмоционального выгорания в социальной психологии сводится к состоянию физического, эмоционального и умственного истощения личности, к эмоциональному утомлению, вызванному взаимоотношениями между профессионалом и его клиентом [3, 4].

Введение дистанционного образовательного формата в связи с распространением коронавирусной инфекции COVID-19

привело к увеличению когнитивных, эмоциональных и коммуникативных нагрузок педагогов и их коммуникативной ответственности за результаты профессиональной деятельности, к изменению квалификационных требований к их социально-психологической компетентности в межличностном общении [5, 6], и, как следствие, к эмоциональному выгоранию [7, 8].

Социально-психологическая компетентность педагога, согласно А.В. Квитчастому (2012), являясь целостной характеристикой личности, состоит из следующих компонентов: когнитивного (совокупность способностей, определяющих успешность социального взаимодействия); эмоционального (составляющих эмоционального интеллекта); поведенческого (навыков межличностного взаимодействия) и ценностно-смыслового (ценностей, мотивов и смыслов, детерминирующих поведение педагогов и характер выстраиваемых им межличностных отношений) [9].

Межличностные отношения формируются внутри общественных отношений и в отличие от них, имеют эмоциональную основу. В.П. Поздняков (2017) определяет их как «социально-психологические» и выделяет когнитивный, мотивационный, эмоциональный и поведенческий компоненты, а также ценностно-оценочный аспект отношения, связывая его и с эмоциональной оценкой и с ценностями субъекта [10].

Поскольку дети с ограниченными возможностями здоровья имеют проблемы в эмоциональном, интеллектуальном развитии и межличностном общении, педагоги отдельных образовательных организаций должны обладать достаточно развитыми социальными, эмоциональными и коммуникативными компетенциями.

В нашем исследовании, вслед за А.В. Квитчастым [9] и В.П. Поздняковым [10] под социально-психологической компетентностью в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций понимаем четырехком-

понентную систему из когнитивного, ценностно-мотивационного, эмоционального и поведенческого элементов, которая реализуется в оптимальном уровне развития их эмоционального и социального интеллекта, ценностно-смысловых установок, в умении использовать адекватные ситуации стратегии стресс-преодолевающего поведения и стили межличностных отношений.

Целью исследования является разработка компетентностной модели профилактики эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19.

Объект исследования – социально-психологическая компетентность в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19, а предмет – ее взаимосвязи с эмоциональным выгоранием.

Следует отметить, что предмет исследования согласуется с приоритетным направлением фундаментальных и поисковых исследований (см. Распоряжение Правительства РФ № 3684-р от 31 декабря 2020 года, Программа фундамента-

ных научных исследований в Российской Федерации на долгосрочный период (2021–2030 годы), 5.5.1 Психологические и когнитивные науки. Разделы: 5.5.1.1. Исследование закономерностей функционирования и развития психики человека в изменяющемся мире. 5.5.1.2. Благополучие, удовлетворенность жизнью, психическое здоровье и развитие детей и семьи).

### Материалы и методы

Данное эмпирическое исследование проводилось на базах: ОКОУ «Курская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья». В нем приняло участие 40 педагогов в возрасте от 21 года до 65 лет и длительностью стажа профессиональной деятельности до 43 лет. Для диагностики эмоционального выгорания использовали опросник «Эмоциональное выгорание» (В.В. Бойко) [11], а для диагностики социально-психологической компетентности в межличностных отношениях – набор методик, представленных в табл. 1.

**Таблица 1.** Соотношение социально-психологической компетентности в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций и измерительного инструментария

**Table 1.** Correlation of socio-psychological competence in interpersonal relations of teachers of individual educational organizations and measuring instruments

№ п/п	Шкалы методики	Наименование методики
Когнитивный компонент, включающий знания социально-психологических механизмов функционирования поведения и совокупность способностей, определяющих успешность социального взаимодействия		
1	Фактор познания результатов поведения	методика «Социальный интеллект» Гилфорда (адаптация Е.С. Михайлова) [12]
2	Фактор познания классов поведения	
3	Фактор познания преобразований поведения	
4	Фактор познания систем поведения	
5	Композитная оценка	
Эмоциональный компонент, включающий совокупность способностей идентифицировать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания окружающих и свои собственные, а также способность управлять своими и чужими эмоциями в межличностных отношениях		
6	Понимание чужих эмоций	

Окончание табл. 1

Table (ending) 1

7	Управление чужими эмоциями	тест ЭМИн (Д.В. Люсин) [13]
8	Понимание своих эмоций	
9	Управление своими эмоциями	
10	Контроль экспрессии	
11	Межличностный эмоциональный интеллект	
12	Внутриличностный эмоциональный интеллект	
13	Понимание эмоций	
14	Управление эмоциями	
15	Общий уровень эмоционального интеллекта	
Ценностно-мотивационный компонент, включающий ценности, мотивы и смыслы, детерминирующие поведение педагогов и характер выстраиваемых им межличностных отношений, и выполняющие регулятивную функцию		
16	Процесс	тест «Социально-психологические установки личности» (О.Ф. Потемкина) [14]
17	Результат	
18	Альтруизм	
19	Эгоизм	
20	Труд	
21	Свобода	
22	Власть	
23	Деньги	
Поведенческий компонент, включающий адекватные ситуации стратегии стресс-преодолевающего поведения и стили межличностных отношений		
24	Ассертивные действия	опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» («Strategic Approach to Coping Scale (SACS)» С. Хобфолл (1994)» (адаптация Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой) [15]
25	Вступление в социальный контакт	
26	Поиск социальной поддержки	
27	Осторожные действия	
28	Импульсивные действия	
29	Избегание	
30	Манипулятивные действия	
31	Ассоциальные действия	опросник «Диагностика межличностных отношений» (Л.Н. Собчик) [2, 23]
32	Агрессивные действия	
33	Индекс конструктивности стратегий преодолевающего поведения	
34	Властный -лидирующий	
35	Независимый-доминирующий	
36	Прямолинейный-агрессивный	
37	Недоверчивый-скептический	
38	Покорно-застенчивый	
39	Зависимый-послушный	
40	Сотрудничающий-конвенциональный	
41	Ответственно-великодушный	

Математико-статистическую обработку информации (описательную статистику и регрессионный анализ) осу-

ществляли с помощью программного продукта “Statistica 11.0”.

## Результаты и обсуждение

Констатирующий этап формирующего эксперимента включал первичную психодиагностику степени выраженности эмоционального выгорания и социально-психологической компетентности в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций и в условиях пандемии COVID-19, исследование корреляционных взаимосвязей

социально-психологической компетентности в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19 с их эмоциональным выгоранием.

Психодиагностика эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций засвидетельствовала сформированность только фазы «Резистенция» (64,00 [5,89; 6,83]) (табл. 2):

**Таблица 2.** Результаты описательной статистики показателей эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций

**Table 2.** The results of descriptive statistics of indicators of emotional burnout of teachers of individual educational organizations

Наименование показателя	Количественный				Качественный Me
	Mean	Confidence -95,00%	Confidence +95,00%	Median	
<b>Симптомы психического выгорания</b>					
Переживание психотравмирующих обстоятельств	13,67	11,36	15,98	14,00	складывающийся
Неудовлетворенность собой	7,36	5,68	9,03	8,00	не сложившийся
Загнанность в клетку	5,31	3,45	7,16	5,00	не сложившийся
Тревога и депрессия	9,00	6,67	11,33	8,00	не сложившийся
Неадекватное эмоциональное избирательное реагирование	16,38	14,27	18,50	17,00	сложившийся
Эмоционально-нравственная дезориентация	12,00	9,82	14,18	10,00	складывающийся
Расширение сферы экономики эмоций	19,92	16,40	23,44	21,00	сложившийся
Редукция профессиональных обязанностей	15,92	13,19	18,65	18,00	сложившийся
Эмоциональный дефицит	10,74	8,91	12,57	10,00	складывающийся
Эмоциональная отстраненность	8,72	6,92	10,52	8,00	не сложившийся
Личностная отстраненность (деперсонализация)	8,64	6,71	10,58	7,00	не сложившийся
Психосоматические и психовегетативные нарушения	10,72	8,53	12,91	10,00	складывающийся
<b>Фазы психического выгорания</b>					
Напряжение	35,33	30,12	40,55	37,00	В стадии формирования
Резистенция	64,23	59,26	69,20	64,00	сформирована
Истощение	38,82	34,13	43,51	36,00	В стадии формирования
Итоговый показатель выгорания	138,38	128,49	148,28	133,00	В стадии формирования

\*\* – статистическая значимость при  $p \leq 0,01$ ; \* – статистическая значимость при  $p \leq 0,05$ ;

Складывающаяся и сложившаяся симптоматика фаз «Напряжение» («Переживание психотравмирующих обстоятельств»: 14,00 [11,36; 15,98]), «Резистенция» («Неадекватное эмоциональное избирательное реагирование»: 17,00 [14,27; 18,50]), «Эмоционально-нравственная дезориентация»: 10,00 [9,82; 14,18], «Расширение сферы экономии эмоций»: 21,00 [16,40; 23,44], «Редукция профессиональных обязанностей»: 18,00 [13,19; 18,65]) и «Истощение» («Эмоциональный дефицит»: 10,00 [8,91; 12,57]; «Психосоматические и психовегетативные нарушения»: 10,00 [8,53; 12,91]) проявляется в психосоматических нарушениях, осознании неразрешимости профессиональных ситуаций, в циничных установках, в редуцировании эмоциональной отдачи и должностных обязанностей, требующих эмоционального участия.

Исследование социально-психологических установок педагогов указало на дисгармоничный профиль, то есть некоторые установки выражены сильно («процесс»: 6,00 [5,89; 6,83], «результат»: 6,00 [5,08; 6,40], «альтруизм»: 6,00 [5,21; 6,64], «труд»: 6,00 [4,84; 5,88], «свобода»: 6,00 [5,60; 6,86]) а некоторые, такие, как «власть»: 3,00 [2,10; 3,49] и «деньги»: 3,00 [2,38; 3,72], выражены слабо. Следовательно, педагоги не стремятся к контролю и доминированию над другими людьми, и деньги не являются для них ценностью.

Общий уровень эмоционального интеллекта педагогов, согласно результатам психодиагностики, представлен на среднем уровне выраженности: 79,00 [77,72; 85,21]. А по шкалам, входящим в межличностный эмоциональный интеллект («Управление чужими эмоциями»: 17,00 [16,51; 18,77]) и внутриличностный эмоциональный интеллект («Управление своими эмоциями»: 12,00 [11,40; 13,11]) выявлены низкие значения показателей. Следовательно, способности распознавать и идентифицировать эмоции других людей и понимать их причины, вербаль-

но описывать и управлять эмоциями, как своими, так и чужими, стимулировать желательные у себя и у других, – все это выражено достаточно слабо.

Психодиагностика социального интеллекта педагогов засвидетельствовала недостаточно развитую способность понимать логику развития ситуаций взаимодействия и значение поведения людей в этих ситуациях, о чем свидетельствуют результаты описательной статистики по шкале «Фактор познания систем поведения»: 2,00 [2,19; 2,63]. Как правило, это объясняется трудностями в анализе ситуаций межличностного взаимодействия и понимании внутренних мотивов поведения людей и проявляется в адаптации к различным системам взаимоотношений между людьми.

Согласно результатам диагностики стресс-преодолевающего поведения зафиксирована высокая выраженность такого копинга, как «Избегание» 18,00 [17,13; 19,54] и низкая – «Ассоциальные действия»: 13,00 [12,10; 14,36]. Показатели остальных шкал соответствуют уровню умеренных значений. Таким образом, педагоги не склонны выходить за социально допустимые рамки и ограничения, не эгоцентричны. Они избегают решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия, стремятся отдалиться от конфликтной ситуации, откладывают решение возникшей проблемы.

Диагностика стилей межличностных отношений педагогов засвидетельствовала умеренную их выраженность по всем шкалам, а значит, и сбалансированность: «Властный-лидирующий»: 5,00 [4,51; 5,34], «Независимый-доминирующий»: 5,00 [4,46; 5,44], «Прямолинейный-агрессивный»: 4,00 [3,91; 4,91], «Недоверчивый-скептический»: 5,00 [4,85; 5,61], «Покорно-застенчивый»: 2,00 [2,38; 3,52], «Зависимый-послушный»: 5,00 [4,03; 4,79], «Сотрудничающий-конвенциональный»: 3,00 [3,20; 3,77], «Ответственный – великодушный»: 6,00 [5,99; 6,78].

Исследование взаимосвязей социально-психологической компетентности в межличностных отношениях и эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях

пандемии COVID-19 проводили с помощью процедуры множественного регрессионного анализа (метод Forward stepwise) (табл. 3).

**Таблица 3.** Значения стандартизованных коэффициентов множественной линейной регрессии показателей социально-психологической компетентности в межличностных отношениях педагогов отдельных образовательных организаций с показателями их эмоционального выгорания

**Table 3.** The values of the standardized coefficients of multiple linear regression of indicators of socio-psychological competence in interpersonal relations of teachers of individual educational organizations with indicators of their emotional burnout

Наименование показателя		КМД, R <sup>2</sup>	$\beta$	p
Напряжение	Независимый-доминирующий	0,99	1,10	0,0000
	Управление чужими эмоциями		0,75	0,0000
	Агрессивные действия		0,31	0,00412
	Понимание своих эмоций		-1,15	0,0000
	Труд		-1,50	0,0000
	Власть		0,31	0,0043
	Управление своими эмоциями		1,18	0,0000
	Контроль экспрессии		-0,66	0,0006
	Процесс		-0,24	0,0141
	Свобода		1,00	0,0000
	Фактор познания систем поведения		0,70	0,0003
	Подчиняемый		0,35	0,0032
	Результат		0,62	0,0006
	Деньги		0,31	0,033
	Ассертивные действия		-0,72	0,0013
	Альтруизм		-0,60	0,0010
Импульсивные действия	0,26	0,0205		
Ответственный-великодушный	0,23	0,0363		
Резистенция	Фактор познания результатов поведения	0,93	-0,89	0,0002
	Поиск социальной поддержки		-0,43	0,0173
	Агрессивные действия		0,37	0,0213
	Ответственный-великодушный		0,50	0,0058
	Избегание		-0,49	0,0088
	Эгоизм		-0,50	0,0060
	Фактор познания преобразований поведения		0,58	0,0039
	Властный-лидирующий		-0,55	0,0026
	Асоциальные действия		0,44	0,0116
	Общий эмоциональный интеллект		-13,64	0,0025
	Манипулятивные действия		-0,47	0,0138
	УЭ управление эмоциями		8,18	0,0030
	ПЭ понимание эмоций		9,64	0,0059

Окончание табл. 2

Table (ending) 2

	Независимый-доминирующий		0,57	0,0130
	Деньги		0,64	0,0147
Истощение	Власть	0,93	0,30	0,0161
	Понимание своих эмоций		-0,56	0,0000
	Управление эмоциями		0,50	0,0093
	Асоциальные действия		0,73	0,0000
	Покорно-застенчивый		-0,57	0,0001
	Фактор познания классов поведения		0,25	0,0095
	Импульсивные действия		-0,26	0,0234
ИПВ	Власть	0,90	0,32	0,0126
	Эгоизм		-0,28	0,0151
	Ответственный-великодушный		0,37	0,0068
	Фактор познания систем поведения		-0,25	0,0305
	Асоциальные действия		0,41	0,0074
	Понимание своих эмоций		-0,42	0,0062
	Агрессивные действия		0,26	0,0343

Значения показателей КМД (более 0,5; см. таблицу 3) в статистически значимых корреляциях между показателями шкал социально-психологической компетентности в межличностных отношениях и эмоционального выгорания педагогов свидетельствуют о том, что содержание социально-психологической компетентности может выступать как в роли фактора возникновения (при положительном коэффициенте  $\beta$ ) эмоционального выгорания, так и в роли фактора его преодоления (при отрицательном коэффициенте  $\beta$ ). Выявленные корреляционные взаимосвязи служат основанием в разработке компетентностной модели профилактики эмоционального выгорания педагогов и могут быть проинтерпретированы следующим образом:

- Ориентация на труд, не требующая материального подкрепления, труд в удовольствие, увлеченность и альтруистическая направленность, интерес к профессиональной деятельности, способность к пониманию своих и чужих эмоций и их контролю, а также уверенное поведение, активность и последовательность в отстаивании своих интересов при

сохранении уважения к окружающим являются фактором устойчивости к появлению психоэмоционального напряжения на фазе «Напряжение».

- Разумный эгоизм, поиск социальной поддержки в стрессовых ситуациях, скрытое побуждение других людей к принятию решений и выполнению действий, необходимых для достижения собственных целей, а также способность предвидеть и предсказать последствия поведения других людей уверенность и организаторские способности, – все это снижает бессознательное стремление педагогов к психологическому комфорту (фаза «Резистенция»).

- Способность к осознанию своих эмоций и вербальному описанию, а также ответственное выполнение не только своих, но и чужих обязанностей – все это снижает уровень опустошенности, истощенности физических и эмоциональных ресурсов (фаза «Истощение»).

Структурно-процессуальное содержание разработанной нами компетентностной модели профилактики эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях

пандемии COVID-19 включает следующие блоки: целевой, организационно-содержательный и оценочно-результатив-

ный, этапы ее реализации и методы профилактики, а также критерии оценивания (рис.1).

Блоки		Структура социально-психологической компетентности в межличностных отношениях			
		Когнитивный	Ценностно-мотивационный	Эмоциональный	Поведенческий
Целевой	«напряжение»-«резистенция»-«истощение»	Оптимизация уровня сформированности компонентов социально-психологической компетентности в межличностных отношениях			
		повышение уровня социального интеллекта	формирование позитивных социально-психологических установок межличностного взаимодействия и мотивационной направленности	повышение уровня эмоционального интеллекта	повышение уровня сформированности стресс-преодолевающего поведения
Организационно-содержательный	«напряжение»-«резистенция»-«истощение»	1. Информирование о целях исследования и мотивирование к деятельности. 2. Констатирующий этап формирующего эксперимента (первичная диагностика) 3. Реализация мероприятий по оптимизации уровня сформированности компонентов социально-психологической компетентности в межличностных отношениях и профилактике эмоционального выгорания			
		Информирование, конференции, групповые дискуссии, круглые столы, индивидуальные и групповые консультации	Тренинг эмоционально-ценностного отношения к себе и другим	Тренинг рефлексивных способностей	Тренинг уверенного поведения
Оценочно-результативный	«напряжение»-«резистенция»-«истощение»	4. Контрольный этап формирующего эксперимента (вторичная диагностика)			
		Критерий: оптимальный уровень сформированности компонентов социально-психологической компетентности педагогов в межличностных отношениях и снижение выраженности эмоционального выгорания и его проявлений			
		Результат: 1. Достижение оптимального уровня компонентов социально-психологической компетентности в межличностных отношениях:			
		Социального интеллекта	Социально-психологических установок и мотивационной направленности	Эмоционального интеллекта	Стресс-преодолевающего поведения
		Результат: 2. Снижение выраженности эмоционального выгорания и его проявлений			

**Рис.1.** Компетентностная модель профилактики эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19

**Fig.1.** Competence-Based Model for Prevention of Emotional Burnout of Teachers of Individual Educational Institutions in the Context of the COVID-19 Pandemic

Полученные результаты согласуются с результатами отечественных и зарубежных исследований факторов возникновения и преодоления эмоционального выгорания педагогов в условиях пандемии COVID-19 [16, 17]. Так среди факторов эмоционального выгорания у педагогов отдельных образовательных организаций в период коронавирусной инфекции относят коммуникативные установки [16], у учителей детских садов и начальных школ – учебную нагрузку, неудовлетворительное поведение учащихся и отсутствие профессионального признания. Как указывают авторы, достичь снижения эмоционального выгорания возможно с помощью поддерживающих программ, направленных на развитие навыков управления классом в различных условиях обучения, тайм-менеджмента и баланса между работой и личной жизнью, а также программ профессионального развития [17]. К числу факторов преодоления эмоционального выгорания педагогов относят стиль руководства [18], эмоциональный интеллект и социально-эмоциональные компетенции (автономию, регулирование, просоциальное поведение и эмпатию) [19]. Об этом свидетельствуют статистически значимые корреляционные взаимосвязи коммуникативной компетентности [6], стиля руководства, поддерживающего автономию и самостоятельность [18], эмоционального интеллекта и социально-эмоциональных компетенций педагога, с одной стороны, и их эмоционального выгорания – с другой [19].

Тематический анализ публикаций последних лет (с 2019 г. по 2020 г.) засвидетельствовал незначительное количество исследований, посвященных разработке системы мероприятий по преодолению [20] и профилактике эмоционального выгорания педагогов с позиций компетентностного подхода [21], в том числе и в условиях пандемии COVID-19 [22]. Так, модель профилактики эмоционального выгорания педагога, предложенная Ю.В. Варданян и А.А. Парамоновым (2019), представляет собой систему

компонентов: методологического, целевого, содержательно-процессуального, технологического и результативного, разработана с учетом организационных, кадровых и научно-методических ресурсов и педагогических компетенций и предусматривает трансформацию внешнего сопровождения процесса профилактики эмоционального выгорания в его аутопрофилактику [21].

Снятие ограничительных мер в связи с пандемией коронавирусной инфекции и возвращение педагогов из дистанционного в очный формат обучения и в связи с этим возросшие коммуникативные нагрузки, частота и продолжительность очных контактов, контингент обучающихся (дети с ОВЗ) и др. не может не отразиться на их социально-психологической компетентности и профессиональном здоровье. С одной стороны, наличие восполнение дефицита субъект-субъектных взаимодействий педагогов и обучающихся после вынужденной самоизоляции, а с другой, – требования к социально-психологической компетентности, к содержанию ее структуры, которое может как способствовать возникновению, так и препятствовать их эмоциональному выгоранию в постковидном периоде. В этой связи в качестве перспективного направления дальнейшего исследования предлагаем сравнительное изучение динамики и структуры эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций во взаимосвязи с их социально-психологической компетентностью в межличностных отношениях до пандемии COVID-19, во время и в постковидном периоде. На сегодняшний день согласно результатам зарубежных исследований выявлено увеличение общего уровня эмоционального выгорания педагогов и редукции их личных достижений как предикторов эмоциональной, социально-реляционной и дидактической компетентности до и во время пандемии COVID-19 [4], а также значительное увеличение деперсонализации, редукции личных достижений при постоянстве эмоци-

онального истощения в условиях пандемии по сравнению с периодом до и после вспышки COVID-19 [24], что позволило сделать вывод о недостаточности ресурсов его преодоления и необходимости психопрофилактики.

В разработке компетентностной модели профилактики эмоционального выгорания педагогов отдельных образовательных организаций в условиях пандемии COVID-19 были приняты во внимание следующие **выводы**, сформулированные в соответствии с результатами, полученными в ходе констатирующего этапа формирующего эксперимента:

На формирующейся фазе «Напряжение» происходит осознание педагогами трудноустраняемых психотравмирующих факторов деятельности. При этом не наблюдается неудовлетворенности собой, ощущения беспомощности и тревожно-депрессивной симптоматики. Сопротивление нарастающему стрессу (фаза «Резистенция») начинается с момента появления напряжения и проявляется в виде негативного отношения к другим (коллегам, ученикам): эмоциональной черствости, неучтивости, равнодушия, попыток облегчить или сократить эмоционально затратные обязанности. Интенсивное сопротивление стрессу приводит к снижению общего энергетического тонуса в виде эмоционального дефицита как не-

способности сопереживать и сочувствовать и соматических и вегетативных нарушений.

Социально-психологические установки на власть и свободу, результат и деньги, импульсивные, ассоциальные и агрессивные действия, независимый-доминирующий, покорно-застенчивый и ответственно-великодушный стили межличностных отношений, а также недостаточно развитая способность к логическому обобщению, выделению общих существенных признаков в различных невербальных реакциях детей являются фактором возникновения отдельных фаз и проявлений эмоционального выгорания педагогов.

Альтруистическая направленность педагогов, их увлеченность трудом, активность и последовательность в отстаивании своих интересов при сохранении уважения к окружающим, уверенное поведение и организаторские способности, ответственное отношение к выполнению профессиональных обязанностей, способности контролировать собственные эмоции и идентифицировать чужие, вербально их описывать и понимать их причины, предвидеть и предсказать последствия поведения других людей, – все это является фактором преодоления эмоционального выгорания.

### Список литературы

1. Ятманов В.А. «Известия»: сайт. URL: <https://iz.ru/1012584/ekaterina-iasakova/stress-karantirovan-spros-na-psikhologov-vo-vremia-pandemii-vyros-na-69>. (дата обращения 15.06.2022).
2. Скворцова заявила о возможном эмоциональном выгорании россиян в изоляции. URL: <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/5e8cdbf09a7947b38a771e8e>. (дата обращения: 01.06.2022).
3. Орёл В.Е. Синдром эмоционального выгорания личности. М.: Институт психологии РАН, 2005. 330 с.
4. Maslach C. Burnout. The Cost of Caring. Englewood Cliffs; Prentice – Hall; 1982. 177 p.
5. Бабинцева Л.Н. Развитие социально-психологической компетентности как ресурс профилактики «эмоционального выгорания» у педагогов // Педагогический ИМИДЖ. Раздел «Психологические науки». 2017. № 3 (36). С. 118-125. URL: <http://journal.iro38.ru>.
6. Константинова С.С. Взаимосвязь профессионального выгорания и коммуникативной компетентности педагогических работников // Психология, образование: актуальные

и приоритетные направления исследований: материалы Международной студенческой научно-практической конференции, посвященной 100-летию со дня рождения Х.И. Лейбовича. Тверь, 2020. С. 43-48.

7. Джига Н. Д. Профессиональный стресс и эмоциональное выгорание у педагогов в условиях пандемии COVID-19 и дистанционного образования // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т. 9. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/38PSMN621.pdf>

8. Кабылбекова З., Парманкулова П. Профессиональное выгорание преподавателей в условиях дистанционного обучения в период пандемии COVID-19 // Annali d'Italia. 2021. №21. С. 27-32.

9. Квитчастый А.В. Особенности социально-психологической компетентности субъектов разного уровня образования: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2012. 26 с.

10. Позняков В.П. Психологические отношения индивидуальных и групповых субъектов совместной экономической деятельности. М.: изд-во: Институт психологии РАН, 2018. 530 с.

11. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.

12. Тест «Социальный интеллект» Гилфорда. URL: <http://psyttests.org/iq/guilford/guilford4.html?single> (дата обращения: 20.12.2018).

13. Опросник на эмоциональный интеллект: новые психометрические данные. URL: [http://creativity.ipras.ru/texts/books/social\\_IQ\\_2009/lusin\\_social\\_IQ\\_2009.pdf](http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ_2009/lusin_social_IQ_2009.pdf) (дата обращения: 20.12.2018).

14. Тест О.Ф. Потемкиной. Диагностика социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере. URL: <https://hr-portal.ru/tool/test-potemkinoy-diagnostikasocialno-psihologicheskikh-ustanovok-lichnosti-v-motivacionno> (дата обращения: 15.05.2021).

15. Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолл (1994)» (адаптированный Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой (2001). URL: [https://studopedia.ru/11\\_129688\\_oprosnik-strategii-preodoleniya-stressovih-situatsiy-Strategic-Approach-to-Coping-Scale-SACS-s-hobfoll-.html](https://studopedia.ru/11_129688_oprosnik-strategii-preodoleniya-stressovih-situatsiy-Strategic-Approach-to-Coping-Scale-SACS-s-hobfoll-.html) (дата обращения: 01.06.2020).

16. Защирина О.В., Парфенова О.А. Динамика адаптации педагогов специальных школ к коммуникативным стрессам социального генеза // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 4. С. 59–65. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.4.9>.

17. Camelia-Mădălina Răducu† and Elena Stănculescu\*. COVID-19 Pandemic: Relationships With Socio-Contextual Stress—A Latent Profile Analysis. Psychiatry, 25 April 2022. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.870098>.

18. Rebecca J. Collie . COVID-19 and Teachers' Somatic Burden, Stress, and Emotional Exhaustion: Examining the Role of Principal Leadership and Workplace Buoyancy. Volume: 7.January 18, 2021 Research. <https://doi.org/10.1177/2332858420986187>.

19. Sánchez-Pujalte, Laura, Diego N. Mateu, Edgardo Etchezahar, and Talía Gómez Yepes. 2021. "Teachers' Burnout during COVID-19 Pandemic in Spain: Trait Emotional Intelligence and Socioemotional Competencies" Sustainability 13, no. 13: 7259. <https://doi.org/10.3390/su13137259>.

20. Молчанова Л. Н., Кузнецова А. А. Рефлексивно-смысловая регуляция состояния психического выгорания у педагогов специального коррекционного образовательного учреждения и оценивание ее эффективности // Перспективы науки и образования. 2019. № 2 (38). С. 212- 228. <https://doi.org/10.32744/pse.2019.2.16>.

21. Варданян Ю.В., Парамонов А.А. Характеристика модели профилактики эмоционального выгорания современного педагога // Педагогика и психология образования. 2019. № 4. С. 160–171. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2019-4-160-171>.

25. Водопьянова Н.Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда (на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий). Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2014. 49 с.

23. Собчик Л.Н. Методы психологической диагностики. Вып. 3. Диагностика межличностных отношений: модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири: методическое руководство. М.: МКЦ ГУ по труду и социальным вопросам Мосгорисполкома, 1990. 48 с.

24. Marie Weïßenfels, Eric Klopp and Franziska Perels. Changes in Teacher Burnout and Self-Efficacy During the COVID-19 Pandemic: Interrelations and e-Learning Variables Related to Change. *Front. Educ.*, 05 January 2022. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.736992>.

22. Monica Pellerone. Self-Perceived Instructional Competence, Self-Efficacy and Burnout during the Covid-19 Pandemic: A Study of a Group of Italian School Teachers. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.* 2021, 11, 496–512. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11020035>.

## References

5. Babinceva L.N. Razvitie social'no-psihologicheskoy kompetentnosti kak resurs profilaktiki "emocional'nogo vygoraniya" u pedagogov [The development of socio-psychological competence as a resource for the prevention of "emotional burnout" among teachers]. *Pedagogicheskij IMIDZH. Raz-del "Psihologicheskie nauki" = Pedagogical IMAGE. Section "Psychological Sciences"*, 2017, no. 3 (36), pp. 118-125. Available at: <http://journal.iro38.ru>.

21. Vardanyan Yu.V., Paramonov A.A. Charakteristika modeli profilaktiki emocional'nogo vygoraniya sovremennogo pedagoga [Characteristics of the model of prevention of emotional burnout of a modern teacher]. *Pedagogika i psihologiya obrazovaniya = Pedagogy and Psychology of Education*, 2019, no. 4, pp. 160–171. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2019-4-160-171>.

11. Vodop'yanova N. E. *Psihodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of stress]. St. Petersburg, Piter Publ., 2009. 336 p.

25. Vodop'yanova N.E. *Resursnoe obespechenie protivodejstviya professional'nomu vygoraniyu sub"ektov truda (na primere specialistov "sub"ekt-sub"ektnyh" professij)*. Avtoref. diss. d-ra psihol. nauk [Resource provision of counteraction to professional burnout of labor subjects (by the example of specialists of "subject-subject" professions). Dr. philol. sci. diss. abstract]. St. Petersburg, 2014. 49 p.

7. Dzhiga N. D. Professional'nyj stress i emocional'noe vygoranie u pedagogov v usloviyah pandemii COVID-19 i distancionnogo obrazovaniya [Professional stress and emotional burnout among teachers in the context of the COVID-19 pandemic and distance education]. *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya = The World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2021, vol. 9, no. 6. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/38PSMN621.pdf>

16. Zashchirinskaya O.V., Parfenova O.A. Dinamika adaptacii pedagogov special'nyh shkol k kommunikativnym stressam social'nogo geneza [Dynamics of adaptation of teachers of special schools to communicative stress of social genesis]. *Obshchestvo: sociologiya, psihologiya, pedagogika = Society: Sociology, Psychology, Pedagogy*, 2022, no. 4, pp. 59–65. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.4.9>.

8. Kabylbekova Z., Parmankulova P. Professional'noe vygoranie prepodavatelej v usloviyah distancionnogo obucheniya v period pandemii COVID-19 [Professional burnout of teachers in distance learning during the COVID-19 pandemic]. *Annali d'Italia*, 2021, no. 21, pp. 27-32.

9. Kvitchastyj A.V. *Osobennosti social'no-psihologicheskoy kompetentnosti sub"ektov raznogo urovnya obrazovaniya*. Avtoref. diss. kand. psihol. nauk [Features of socio-psychological competence of subjects of different levels of education. Cand. philol. sci. diss. abstract]. Moscow, 2012. 26 p.

6. Konstantinova S.S. [The relationship between professional burnout and the communicative competence of teaching staff]. *Psihologiya, obrazovanie: aktual'nye i prioritetye napravleniya issledovaniy. Materialy Mezhdunarodnoj studencheskoj nauchno-prakticheskoy konferencii, posvyashchennoj 100-letiyu so dnya rozhdeniya H.I. Lejbovicha* [Psychology, education: current and priority areas of research: materials of the International Student Scientific and Practical Conference dedicated to the 100th anniversary of the birth of H.I. Leibovich]. Tver', 2020, pp. 43-48.

20. Molchanova L. N., Kuznecova A. A. Refleksivno-smyslovaya regulyaciya sostoyaniya psihicheskogo vygoraniya u pedagogov special'nogo korrekcionnogo obrazovatel'nogo uchrezhdeniya i ocenivanie ee effektivnosti [Reflexive and semantic regulation of the state of mental burnout among teachers of a special correctional educational institution and evaluation of its effectiveness]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Prospects of Science and Education*, 2019, no. 2 (38), pp. 212- 228. <https://doi.org/10.32744/pse.2019.2.16>.

15. *Oprosnik "Strategii preodoleniya stressovyh situacij" S. Hobfoll (1994) (adaptirovannyj N.E. Vodopyanovoj, E.S. Starchenkovej (2001))* [Questionnaire "Strategies for overcoming stressful situations" by S. Hobfall (1994)" (adapted by N.E. Vodopyanova, E.S. Starchenkova (2001))]. Available at: [https://studopedia.ru/11\\_129688\\_oprosvnik-strategii-preodoleniya-stressovyh-situatsiy-Strategic-Approach-to-Coping-Scale-SACS-s-hobfoll-.html](https://studopedia.ru/11_129688_oprosvnik-strategii-preodoleniya-stressovyh-situatsiy-Strategic-Approach-to-Coping-Scale-SACS-s-hobfoll-.html) (accessed 01.06.2020).

13. *Oprosnik na emocional'nyj intellekt: novye psihometricheskie dannye* [Emotional intelligence questionnaire: new psychometric data]. Available at: [http://creativity.ipras.ru/texts/books/social\\_IQ\\_2009/lusin\\_social\\_IQ\\_2009.pdf](http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ_2009/lusin_social_IQ_2009.pdf) (accessed 20.12.2018).

3. Oryol V.E. *Sindrom emocional'nogo vygoraniya lichnosti* [Emotional burnout syndrome]. Moscow, Institut psihologii RAN Publ., 2005. 330 p.

10. Poznyakov V.P. *Psihologicheskie otnosheniya individual'nyh i gruppovyh sub"ektov sovmestnoj ekonomicheskoy deyatel'nosti* [Psychological relations of individual and group subjects of joint economic activity]. Moscow, Institut psihologii RAN Publ., 2018. 530 p.

2. *Skvortsova zayavila o vozmozhnom emocional'nom vygoranii rossiyan v izolyacii* [Skvortsova said about the possible emotional burnout of Russians in isolation]. Available at: <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/5e8cddf09a7947b38a771e8e>. (accessed 01.06.2022).

23. Sobchik L.N. *Metody psihologicheskoy diagnostiki, is. 3. Diagnostika mezh-lichnostnyh otnoshenij: modifitsirovannyj variant interpersonal'noj diagnostiki T. Liri: metodicheskoe rukovodstvo* [Methods of psychological diagnostics. Issue 3. Diagnostics of interpersonal relations: a modified version of interpersonal diagnostics by T. Leary. Methodological guide]. Moscow, MKC GU po trudu i social'nym voprosam Mosgorispolkoma Publ., 1990. 48 p.

12. *Test "Social'nyj intellekt" Gilforda* [Guilford's Social Intelligence Test]. Available at: <http://psyttests.org/iq/guilford/guil-ford4.html?single> (accessed 20.12.2018).

14. *Test O.F. Potemkinoy. Diagnostika social'no-psihologicheskikh ustanovok lichnosti v motivacionno-potrebnostnoj sfere* [O.F. Potemkina's test. Diagnostics of socio-psychological attitudes of individuals-news in the motivational and need sphere]. Available at: <https://hrportal.ru/tool/test-potemkinoy-diagnostikasocialno-psihologicheskikh-ustanovok-lichnosti-v-motivacionno> (accessed 15.05.2021).

1. Yatmanov V.A. *"Izvestiya": sajt* [Izvestia: website]. Available at: <https://iz.ru/1012584/ekaterina-iasakova/stress-karantirovan-spros-na-psikhologovvo-vremia-pandemii-vyros-na-69>. (accessed 15.06.2022).

17. Camelia-Mădălina Răducu† and Elena Stănculescu\*. COVID-19 Pandemic: Relationships With Socio-Contextual Stress—A Latent Profile Analysis. *Psychiatry*, 25 April 2022 | <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.870098>.

24. Marie Weißenfels, Eric Klopp and Franziska Perels. Changes in Teacher Burnout and Self-Efficacy During the COVID-19 Pandemic: Interrelations and e-Learning Variables Related to Change Front. Educ., 05 January 2022. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.736992>.

4. Maslach C. Vurnout. The Cost of Caring. Englewood Cliffs; Prentice – Hall; 1982. 177 p.

18. Rebecca J. Collie. COVID-19 and Teachers' Somatic Burden, Stress, and Emotional Exhaustion: Examining the Role of Principal Leadership and Workplace Buoyancy. Volume: 7. January 18, 2021 Research. <https://doi.org/10.1177/2332858420986187>.

19. Sánchez-Pujalte, Laura, Diego N. Mateu, Edgardo Etchezahar, and Talía Gómez Yepes. 2021. "Teachers' Burnout during COVID-19 Pandemic in Spain: Trait Emotional Intelligence and Socioemotional Competencies" Sustainability 13, no. 13: 7259. <https://doi.org/10.3390/su13137259>.

22. Monica Pellerone. Self-Perceived Instructional Competence, Self-Efficacy and Burnout during the Covid-19 Pandemic: A Study of a Group of Italian School Teachers. Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ. 2021, 11, 496–512. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11020035>.

### Информация об авторах / Information about the Authors

**Молчанова Людмила Николаевна**, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии здоровья и нейропсихологии. Курский государственный медицинский университет, г. Курск, Российская Федерация, e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru, ORCID: 0000-0001-6309-1825, Researcher ID: AAF-9625-2019

**Lyudmila N. Molchanova**, Dr. of Sci. (Psychological), Professor, Department of Psychology of Health and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation, e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru, ORCID: 0000-0001-6309-1825, Researcher ID: AAF-9625-2019

**Кузнецова Аlesia Анатольевна**, кандидат психологических наук, доцент, проректор по воспитательной работе, заведующий кафедрой, психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет, г. Курск, Российская Федерация e-mail: kuznetsova.a80@mail.ru, тел.: 8-919-215-50-94, ORCID: 0000-0002-9166-0770, Researcher ID: AAI-5730-2020

**Alesya A. Kuznetsova**, Cand. of Sci. (Psychological), Associate Professor, Vice-Rector for Educational Work, Head of the Department of Health Psychology and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation, e-mail: kuznetsova.a80@mail.ru, ORCID: 0000-0002-9166-0770, Researcher ID: AAI-5730-2020

**Малихова Лариса Николаевна**, аспирант кафедры психологии здоровья и нейропсихологии Курский государственный медицинский университет; Областное казенное общеобразовательное учреждение "Курская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья", дефектолог, директор, г. Курск, Российская Федерация e-mail: lnmalihova@yandex.ru

**Larisa N. Malikhova**, Post-Graduate Student, Department of Health Psychology and Neuropsychology, Kursk State Medical University; Regional State Educational Institution "Kursk Boarding School for Children with Disabilities", defectologist, director, Kursk, Russian Federation e-mail: lnmalihova@yandex.ru