

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №1, Том 6 / 2018, No 1, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-1-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/50PSMN118.pdf>

Статья поступила в редакцию 01.03.2018; опубликована 23.04.2018

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Серафимович И.В. Социально-психологическое здоровье педагогов и метакогнитивные процессы // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/50PSMN118.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Serafimovich I.V. (2018). Teachers' social-psychological health and metacognitive processes. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 1(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/50PSMN118.pdf> (in Russian)

УДК 159.99+316.6

**Серафимович Ирина Владимировна<sup>1</sup>**

ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова»

Филиал в г. Ярославле, Россия

Заместитель директора по внеучебной работе

Доцент кафедры «Менеджмента и гуманитарных дисциплин»

Кандидат психологических наук

E-mail: [iserafimovich@yandex.ru](mailto:iserafimovich@yandex.ru)

РИНЦ: [http://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=152137](http://elibrary.ru/author_profile.asp?id=152137)

Researcher ID: <http://www.researcherid.com/rid/I-5263-2015>

Google Scholar: <https://scholar.google.ru/citations?hl=ru&user=yku8locAAAAJ>

## Социально-психологическое здоровье педагогов и метакогнитивные процессы

**Аннотация.** В предлагаемой публикации рассматривается подход к формированию надситуативного мышления (его метакогнитивных признаков), которое содействует изменению отношения к социально-психологическому здоровью в когнитивном и мотивационном аспектах. В качестве предмета исследования выступали метакогнитивные признаки надситуативного педагогического мышления. Исследование проводилось руководителем, педагогах школ и дошкольных образовательных учреждений, в программу развития которых включено направление поддержки и укрепления социального и психологического здоровья школьников, педагогов, родителей. Выборка включала в себя около 2000 педагогических работников, продолжительность исследования составила около пяти лет.

Показано, что система занятий с педагогами оказывает воздействие на снижение показателей профессионального выгорания, улучшение психологического климата,

<sup>1</sup> Участие в работе психологических сообществ, достижения:

<https://psy.su/club/forum/profile/50976/>

<http://psy.su/psyche/projects/328/>

Масс-медиа поводы о результатах деятельности на сайте РЭУ им. Г.В. Плеханова за 2016-2017 год:

<http://www.rea.ru/ru/news/Pages/konf-molodej-obrazovanie-ekonomika.aspx>

<http://www.rea.ru/ru/news/Pages/round-table-forum-yaroslavl.aspx>

<http://www.rea.ru/ru/news/Pages/konkurs-innovacionnyh-obrazovatelnyh-tehnologij.aspx>

<http://www.rea.ru/ru/news/Pages/jaroslavl-semejnyj-krug.aspx>

увеличение показателей локус-контроля и саморефлексии. Продемонстрировано, что реализация программы психологического тренинга влияет на появление метакогнитивных признаков надситуативного мышления: активная причастность, реформирующая позиция в решении ситуации, поиск конструктивного выхода из ситуации, в том числе за пределами разрешаемой проблемной ситуации. Обосновано, что проявление и развитие признаков надситуативного мышления характеризуются направленностью на сохранение и укрепления социально-психологического здоровья.

Автором обозначено, что практические результаты работы можно использовать для разработки психологических тренингов и курсов повышения квалификации при сопровождении профессионализации с опорой на формирование и развитие метакогнитивных характеристик.

**Ключевые слова:** социально-психологическое здоровье; обучение; метапознание; профессиональное мышление; ситуативное мышление; надситуативное мышление; коммуникативные проблемные ситуации; профессионализация; локус-контроль; саморефлексия; метакогниции

### Введение

Новые задачи гибко меняющегося Российского общества требуют качественно иного типа мышления, которое не только решает текущие задачи, но и видит целостный контекст, дает возможность осмысливать, размышлять и одновременно действовать, эффективно решать профессиональные задачи. Такое мышление не эклектичное и «клиповое», а системное и гармоничное, позволяющее мыслить одновременно как о ситуации, так и своих собственных способах решения ситуации, характеризуется проявлением метакогнитивных составляющих надситуативного мышления. В настоящее время интерес к метакогнитивным процессам возрастает, но при этом данная область относится к числу малоизученных проблем. Тем не менее, проведенный нами в предшествующих статьях [7, 14] обзор иностранных и российских работ, посвященных изучению метакогниций, позволяет констатировать, что осознанное использование своих метакогнитивных ресурсов способствует более быстрому и одновременно продуктивному решению разнообразных профессиональных задач (В.А. Барабанщиков, В.В. Знаков, А.В. Карпов, В.Я. Ляудис, Ю.В. Пошехонова, А.О. Прохоров, Е.А. Сергиенко, М.А. Холодная, K. Dirkes, G. Schraw, R. Perkins и B. Salomon, S.G. Paris и P. Winograd).

Одной из таких важных профессиональных задач для педагогов и руководителей разного уровня в системе образования, не теряющей актуальности и значимости последние несколько десятилетий, можно считать многоаспектность проблематики видов здоровья, инклюзивного образования, здорового образа жизни. Сложность, неоднозначность и разнонаправленность стратегий решения проблемы обусловлена и тем, что само понятие здоровье рассматривается как междисциплинарная категория [2, 3, 4, 10]. В предыдущих публикациях [13, 15] нами дополнительно были сделаны некоторые теоретические и практические обобщения по отечественным исследованиям, посвященным вопросам социального и психологического здоровья (А.И. Анисимов, О.М. Бландинская, Б.С. Братусь, О.С. Васильева, А.А. Деркач, И.В. Дубровина, О.Ю. Камакина, И.В. Кузнецова, Л.М. Митина, Г.С. Никифоров, Р.В. Овчарова, В.Э. Пахальян, В.И. Панов, Е.Н. Приступа, В.И. Слободчиков, В.К. Солондаев, В.А. Урываев, Ф.Р. Филатов, О.В. Хухлаева). При этом стоит отметить, что в исследованиях как зарубежных и российских ученых, представлены некоторые факты, касающиеся взаимодействия метакогниций и социально-психологического здоровья. В работах таких авторов как А. Adler, J. Isaksen T. Kasser [1, 17, 18] показано, что помогают сохранять социально-психологическое здоровье приоритет нематериальных ценностей и целей, как в личной, так и в профессиональной деятельности, умение адекватно оценивать свои ресурсы и

возможности, а мешают – переживания по поводу своего здоровья или нездоровья, неумение быть гибким в зависимости от требований социума. Так, в частности, А. Adler говорил о том, что личная негативная оценка самочувствия и волнения, переживания о своем состоянии здоровья снижают самооценку, а J. Isaksen показывает, что увеличивает стрессоустойчивость и обеспечивает адекватность самооценки обретение личностного смысла собственной профессиональной деятельности.

У ряда российских ученых также можно проследить взаимодействие некоторых метакогнитивных составляющих мышления и различных компонентов здоровья или отношения к нему. Так, Л.А. Байкова [3] разрабатывает проблему социального здоровья в контексте метасистемного подхода, где важны внешнесистемные отношения личности со средой. В критерии психологического здоровья в числе прочих попали: полное использование своих талантов или способностей; спокойствие и уверенность; познавательная мотивация; принятие других; спонтанность; креативность; разрешение противоречий; чувство юмора. На наш взгляд, часть критериев можно считать метакогнитивными образованиями. О.М. Бландинская [4] выделяет компоненты отношения к здоровью: ценностно-смысловой, когнитивный, деятельностный, эмоционально-волевой компоненты. С точки зрения автора, от наличия всех этих компонентов и их взаимодействия у субъекта зависит забота о своем здоровье, понимание роли и значения здорового образа жизни в широком смысле этого слова.

Заслуживает внимания, что Р.В. Овчарова [11] предлагая критерии социального здоровья, по большому счету, группирует их вокруг трех значимых составляющих. К ним относятся адаптация как в группе, так и в целом в обществе, освоение деятельности, причем с обязательной выработкой индивидуального стиля и саморегуляция, причем динамическая, учитывающая изменяющиеся обстоятельства. Нам хотелось бы отметить, что для достижения каждой из групп критериев мышление играет не последнюю роль. О.В. Хухлаева [16] психологическое здоровье рассматривает как систему из трех составляющих, которые находятся в постоянном динамическом взаимодействии: аксиологический (ценность собственного «Я», принятие себя и других, позитивное восприятие мира), инструментальный (использование рефлексии, умение человека осознавать эмоции, проявлять чувства, не задевая чувств другого, осознание причин и последствий как своего поведения, так и поведения окружающих) и потребностно-мотивационный (потребность в саморазвитии). На наш взгляд, интегративную, метакогнитивную функцию может выполнять в каждой составляющей когнитивное образование. Далеко не полный анализ, проведенный нами выше, позволяет отметить, что влияние метакогнитивных характеристик мышления на феномен социально-психологического здоровья в настоящее время остается неполно изученным явлением в психологии. Целью стало изучение влияния формирования надситуативного мышления педагогов (его метакогнитивных составляющих) на различные аспекты, связанные с сохранением и укреплением социально-психологического здоровья.

*Организация исследования.* В течении пяти лет для руководителей различных образовательных учреждений города Ярославля и педагогических коллективов (более 20 учреждений) была апробирована программа психологического тренинга: «Формирование надситуативного мышления у педагогов как одно из условий достижения социально-психологического здоровья», в который приняли участие более 2 000 человек. Для педагогических коллективов школ программа разрабатывалась и апробировалась совместно с Е.Ю. Однораловой [15], для дошкольных – с Ю.А. Лопаковой, авторская программа для руководителей реализовывалась в рамках курсовой подготовки. Все занятия тренинга были направлены на формирование группы качеств, характеризующих надситуативное мышление, его метакогнитивный аспект: принятия ответственности за свои действия и их ближайшие и отдаленные последствия, активная рефлексивная и реорганизующая позиция, поиск конструктивного выхода из любой возникающей проблемной ситуации, умение быть гибким и

аргументировать собственную позицию, что, в конечном счете, способствует совершенствованию навыков надситуативного решения педагогических проблемных ситуаций, связанных с социально-психологическим здоровьем.

### Выборка

На первом этапе исследования выборку оставили около 60 заместителей директоров школ города. На втором этапе участвовали педагоги школ ( $n = 100$ ) и дошкольных образовательных учреждений ( $n = 60$ ), в равной мере распределенные в экспериментальную и контрольную группы. Экспериментальную группу составляли педагоги учреждений города Ярославля, являющихся муниципальными площадками ресурсного центра по формированию мотивации на здоровый образ жизни у всех участников образовательного процесса. Как на первом, так и на втором этапе после первоначальной диагностики метакогнитивных составляющих профессионального педагогического мышления был реализован формирующий психолого-педагогический эксперимент.

### Используемые методы

1. Методика М.М. Кашапова, И.В. Серафимович, направленная на описание и самоанализ проблемной ситуации в деятельности.
2. Авторские опросники И.В. Серафимович, Т.А. Рахимовой по выделению отношения к здоровью и использованию способов сохранения и укрепления здоровья.
3. Методика А.Н. Лутошкина на оценку психологического климата в педагогическом коллективе.
4. Методика М. Куна, Т. Ман Партленда в модификация Т.В. Румянцевой «Кто я?».
5. Методика Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинда на изучение уровень субъективного локус-контроля.
6. Методика Р.В. Овчаровой на самооценку профессиональных качеств педагога.
7. Методика К. Маслач, С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой на выявление профессионального выгорания.
8. Экспертная оценка, наблюдение.

### Результаты исследования и их обсуждение

На первом этапе исследования, который был реализован с руководителями образовательных учреждений (заместителями директоров школ) в качестве цели курсов повышения квалификации, организуемых при содействии департамента образования мэрии Г. Ярославля было формирование и развитие надситуативного управленческого мышления, управленческих компетенций по мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление социально-психологического здоровья всех участников образовательного процесса. В ходе практикоориентированных семинарских занятий были выявлены проблемные ситуации педагогов-руководителей в организации деятельности персонала, в мотивации на сохранение и укрепление социально-психологического здоровья. Далее был выполнен поиск способов решения проблемных ситуаций; осуществлена экспертная оценка выработанных способов решения проблемных ситуаций по критериям реализуемости, действенности, практической целесообразности, трудозатратам. В качестве причин нежелания педагогических коллективов реализовывать элементы здоровьесберегающей деятельности были обозначены

такие как: перфекционизм в решении проблемных зон в отношении социально психологического здоровья и, как следствие, отказ от деятельности как таковой (около 15 %), непонимание особенностей взаимосвязи процесса обучения с задачей деятельности по сохранению здоровья (20 %), отсутствие дополнительных знаний и навыков по вышеуказанному направлению деятельности у педагогов (20 %). В качестве перспективных были оценены предложения о том, что необходима работа с педагогическими коллективами, направленная на формирование и развитие метакогнитивных составляющих профессионального педагогического мышления.

На втором этапе исследования, который реализовывался как с педагогами дошкольных образовательных учреждений (ДОУ), так и с педагогами общеобразовательных школ (ОШ) были специально подготовлены и реализованы практические семинарские занятия для формирования и развития надситуативного мышления (его метакогнитивных составляющих) в экспериментальной группе. Нами проблемность рассматривается как наименьшая структурная единица профессионального педагогического мышления. Уровень выделения, выявления проблемности в деятельности педагога позволяет реализовываться разным по сложности и результативности уровням профессионального мышления. Основные отличия прослеживаются в сферах: мотивационной основы мышления и направленности на конечный результат, ценностно-смысловой сфере, когнитивной, эмоционально-регулятивной. Развитие метакогнитивной направленности надситуативного профессионального мышления проходило именно через вышеуказанные классы процессов по отношению к социально-психологическому здоровью.

Отметим некоторые из полученных данных, выявленных при работе с педагогами ДОУ. Отличительных особенностей между контрольной и экспериментальной группами (*t*-критерий Стьюдента) в начале исследования не было. На заключительном этапе исследования (табл. 1, 2, рис. 1):

Во-первых, установлено (хотя достоверных отличий не выявлено), что в экспериментальной группе 62 % педагогов стали довольны отношениями с другими, в контрольной осталось прежнее значение – 48 %. В контрольной группе у 25 % воспитателей ухудшается состояние после работы, а экспериментальной группе у 7 %. По характеристике способов поддержания здоровья (питание, спорт, поддержка в семье) в экспериментальной группе в 2 раза выше процент педагогов (44 %), имеющих хобби и занимающихся спортом.

Во-вторых, нами были обнаружены некоторые значимые отличия контрольной и экспериментальной групп: в экспериментальной группе чаще применяется решение проблем, как копинг-стратегия поведения в стрессовой ситуации ( $t = -2,682, p \leq 0,05$ ), также повысились показатели психологического климата в коллективе ( $t = -3,114, p \leq 0,01$ ) и наблюдается возрастание уровня субъективного локус-контроля ( $t = -4,797, p \leq 0,01$ ), увеличение профессиональной гибкости ( $t = -3,51, p \leq 0,01$ ), самосознания ( $t = -2,443, p \leq 0,05$ ), саморефлексии ( $t = -2,92, p \leq 0,05$ ). Показатели профессионального выгорания у педагогов экспериментальной группы после проведенных занятий ниже, чем у педагогов контрольной (табл. 1).

Таблица 1

**Показатели профессионального выгорания педагогов ДОУ экспериментальной и контрольной групп**

Параметры сравнения	Контрольная группа	Экспериментальная группа	<i>t</i> -критерий Стьюдента
Эмоциональное истощение	24,31	17,33	-2,13
Деперсонализация	14,92	8,67	-2,212

Составлено по материалам исследований автора. *t*-критическое = 2,042, при  $p \leq 0,05, t = 2,750$  при  $p \leq 0,01$

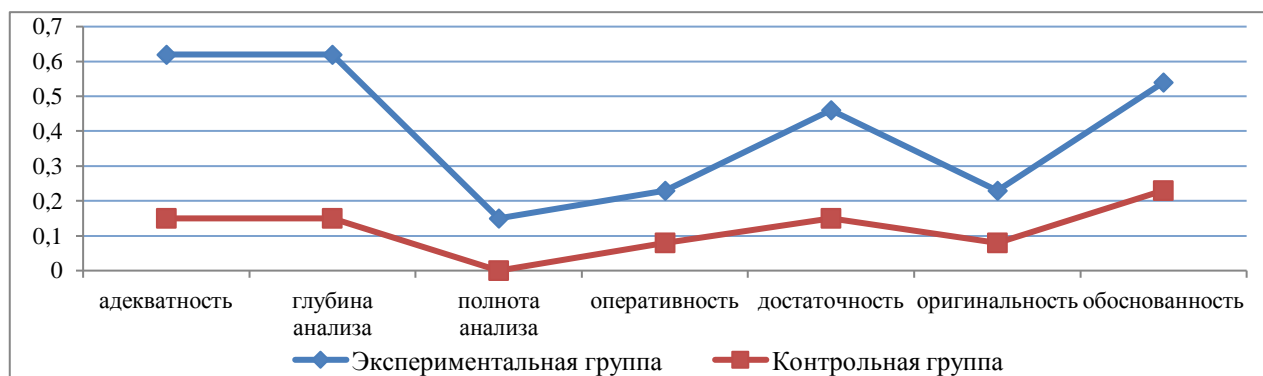
Полученные нами результаты сопоставимы с данным Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой [5], проанализировавших труды в области профессионального выгорания (И.О. Бабич, А.Ю. Василенко, А.Н. Густелевой, Н.В. Мушастой) и сделавших вывод о том, что профессиональное выгорание связано с как невысоким уровнем осмысленности жизни в целом, так и с низким когнитивно-смысловым ресурсообеспечением профессиональной деятельности, в частности. Кроме того, с точки зрения авторов, вышеуказанный синдром формируется под воздействием оценивания окружающих в негативном ракурсе, преобладанием материальных ценностей, низкой внутренней мотивацией и самоактуализацией, негибкостью в мышлении и поведении. Сходные закономерности частично удалось обнаружить и в нашем исследовании. Так можно наблюдать, что после проведенных занятий наблюдается увеличение показателей надситуативности мышления таких как адекватности ( $t = -2,76, p \leq 0,05$ ), обоснованности ( $t = -2,52, p \leq 0,05$ ), глубины ( $t = -2,80, p \leq 0,05$ ). Это позволяет предполагать и говорить о более целостном понимании сути проблемных ситуации, возникающих в отношении с учениками, родителями или коллегами, развитии умения глубже видеть суть происходящего, обосновывать на основании этого собственную логику поведения в различных проблемных ситуациях, соотношенную с целями и задачами педагогической деятельности (табл. 2).

Таблица 2

**Сравнительный анализ групп педагогов  
ДОУ по качествам профессионального мышления**

Качества надситуативного мышления	<i>t</i> -критерий Стьюдента
адекватность	<b>-2,76</b>
глубина анализа	<b>-2,80</b>
полнота анализа	-1,477
оперативность	-1,477
достаточность	-1,76
оригинальность	-1
обоснованность	<b>-2,52</b>

Составлено по материалам исследований автора. *t*-критическое = 2,042, при  $p \leq 0,05, t = 2,750$  при  $p \leq 0,01$



**Рисунок 1.** Сравнительный анализ групп педагогов ДОУ по качествам профессионального мышления (составлено по материалам исследований автора)

Выявленные нами факты соответствуют также выводам, сделанным в трудах Л.М. Митиной, о том, что позволяет сохранять профессиональное здоровье новый профессионально-личностный смысл жизни, появляющийся на основе анализа, рефлексии, и являющийся динамичной характеристикой. Л.М. Митина на базе своих исследований подчеркивает, что педагогическая деятельность относится к разряду стрессогенных и эмоционально напряженных, в следствие чего учительство как профессиональная группа (в процентном соотношении к другим профессиям) отличается крайне низкими показателями физического и

психического здоровья, и эти показатели снижаются по мере увеличения стажа работы, появляется «истощение», «сгорание» [9].

Теперь обратим внимание на практические материалы, полученные при работе с педагогами ОШ. В ходе проведенных занятий изменились в сторону увеличения показатели «деятельного Я» ( $t = 2,982, p \leq 0,01$ ) и «рефлексивного Я» ( $t = 2,162, p \leq 0,05$ ), что в свою очередь позволяет отметить направленность и выход в рефлексивную позицию по отношению к себе (саморефлексия), умение распознавать свои эмоциональные состояния и повышение активности в реализации личных особенностей, принятие активной личной позиции в профессиональной деятельности. Можно предположить, что на основе развития умения оценивать полярность качеств личности (как условно «положительных и отрицательных») и позитивной оценки собственных возможностей, формируется принятие себя, осознание собственной неповторимости и ценности (табл. 3).

Повысились некоторые критерии социально-психологического здоровья: увеличилось чувство гордости за коллектив и способность эмоционально объединиться для решения общей задачи ( $t = -2,194, p \leq 0,05$ ), повысилась самооценка ( $t = 4,733, p \leq 0,01$ ).

**Таблица 3**

**Сравнительный анализ средних значений педагогов СШ, по методике «Кто Я?»**

Группы педагогов	Самооценка			Идентификация						
	Положительная	Отрицательная	Среднее	Социальное Я	Коммуникативное Я	Материальное Я	Физическое Я	Деятельное Я	Перспективное Я	Рефлексивное Я
Экспериментальная	5,81	0,69	5,11	2,54	0,95	0,07	0,16	0,58	0,28	1,67
Контрольная	5,62	0,72	4,9	2,74	0,8	0	0,06	0,42	0,12	1,42
<i>t</i> -критерий Стьюдента	<b>-4,733</b>	-	<b>-4,558</b>	<b>2,555</b>	-	-	-	<b>-2,982</b>	-	<b>2,162</b>

Составлено по материалам исследований автора. *t*-критическое = 2,009, при  $p \leq 0,05, t = 2,678$  при  $p \leq 0,01$

Саморефлексия участников экспериментальной группы показала, что произошли некоторые изменения в обозначении, выделении ресурсов для сохранения и укрепления собственного социально-психологического здоровья. Так, наряду с внешними ресурсами, называемыми респондентами, такими как наличие спортзала, достойной зарплаты для отдыха, недорогого и качественного питания, благоприятной экологической обстановки, появились и внутренние ресурсы – условно которые можно назвать самомотивационные («чтобы не быть больным в старости, чтобы с красивой фигурой загорать на пляже, чтобы на семью были силы» и т. п.). Вышеуказанные данные позволяют предположить, что система занятий расширяет оценку различных внешних и внутренних возможностей для сохранения и укрепления собственного здоровья.

Интересны в данном контексте ответы на вопрос об авторитетах в сохранении и укреплении здоровья. В экспериментальной группе наиболее значимые авторитеты – это спортсмены, знакомые и врачи, в контрольной – преобладающая категория – «Я сам» и аналогичные категории, что, и в экспериментальной, но с меньшим удельным весом. Вероятно, приблизиться к одному из вариантов объяснения полученного факта можно, опираясь на исследования Е.Ю. Савина, А.Е. Фомина [12], которые установили, что высокий уровень развития общих метакогнитивных навыков на фоне низкого предметно-специфического знания приводят к эффектам переоценки собственной компетентности.

Таблица 4

Категории ответов на вопрос: «Кто для вас выступает в качестве авторитета в сохранении и укреплении здоровья?» (в %, педагоги СШ)

	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Руководитель	5	5
Врачи, медицинский персонал	15	12
«Я сам»	5	22
Здоровые люди	9	5
Знакомые, родители, близкие	20	20
Спортсмены	34	17
Коллеги	5	2
Никто	7	10
Средства массовой информации (СМИ)	0	7

Составлено по материалам исследований автора

Изменился в сторону увеличения показатель надситуативного решения проблем, особенно обоснованность, аргументированность педагогического решения ( $t = -2,064$ ,  $p \leq 0,05$ ), проявляющийся в умении принятое решение осмысливать с точки зрения перспективности и долгосрочности решения, понимания более глубокой сути происходящего.

Полученные нами результаты частично согласуются со сведениями о здоровье педагогов в России и за рубежом, которые приводит Т.Н. Ле-Ван [8], ссылаясь на работы С.Н. Ченцовой, А.А. Антоновой, В.Г. Сердюковой, Н.С. Гаркуши и свои исследования. Автор констатирует, с одной стороны, слабый уровень здоровья педагогов, низкую ценность здоровья, слабую самоорганизацию в области сохранения своего здоровья и учащихся, а с другой, деструктивное/попустительское отношение педагогов к своему здоровью, которое сопряжено с низким уровнем заботы о сохранении и укреплении здоровья обучающихся. Таким образом, мы можем предположить, что осмысление не в полной мере значимости собственного социально-психологического здоровья, путей его достижения, способов сохранения, сути самого понятия и его проявлений не позволяет замечать в педагогической деятельности те моменты, которые так или иначе связаны с различными составляющими социально-психологического здоровья обучающихся, и, соответственно, прилагать усилия для поддержания оптимального уровня.

### Заключение. Выводы

1. Сравнительный анализ изменений в экспериментальной и контрольной группах дает возможность заметить проявление метакогнитивных признаков надситуативного мышления, таких как активная причастность и реформирующая позиция в решении ситуации (анализ себя и окружения со всех сторон); поиск конструктивного выхода, в том числе за пределами разрешаемой проблемной ситуации.

2. Целенаправленно организованная работа как руководителями среднего звена в образовательных учреждениях, так и с педагогическими коллективами, направленная на формирование метакогнитивных составляющих надситуативного мышления позволяет заметить преобразования когнитивного, мотивационного и регулятивного компонентов отношения к социально-психологическому виду здоровья.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Понять природу человека. СПб. М.: Академический проект, 1997. 256 с.
2. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. СПб.: 2006. 384 с.



3. Байкова Л.А. Социальное здоровье детей и молодежи: методология, теория и практика: монография / Л.А. Байкова; РГУ им. С.А. Есе-нина. Рязань, 2011. 224 с.
4. Бландинская О.М. Социально-психологические особенности мотивации сохранения и укрепления здоровья у старшеклассников: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.05 / Яр. ГУ им. П.Г. Демидова. Ярославль, 2002. 26 с.
5. Водопьянова, Н.Е. Позитивное самоотношение как фактор устойчивости к профессиональному выгоранию учителей // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2010. №4. С. 166-172.
6. Карпов А.В. Психология сознания. Метасистемный подход. М.: РАО, 2011. 1087 с.
7. Кашапов М.М., Серафимович И.В., Огородова Т.В. Метакогнитивное обоснование ситуативности/надситуативности мышления в качестве критерия оценки решения проблемных ситуаций в коммуникациях // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. 2015. Т. 157, кн. 4. С. 189-202.
8. Ле-Ван Т.Н. Отношение педагогов к собственному здоровью как фактор эффективности реализации ими здоровьесозидающей функции // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. Выпуск № 3. 2015. С. 84-89.
9. Митина Л.М., Анисимова О.А., Митин Г.В. Профессиональная деятельность и здоровье педагога // М.: Академия, 2005. 368 с.
10. Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб.: Питер, 2006. 607 с.
11. Овчарова Р.В. Методология практической деятельности психолога образования / Р.В. Овчарова // Образование и наука. 2002. № 1. С. 128-140.
12. Савин Е.Ю., Фомин А.Е. Когнитивные и личностные факторы уверенности в знании конкретной предметной области // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. 2011. № 3. С. 396-403.
13. Серафимович И.В. Роль метакогнитивных признаков профессионального надситуативного мышления педагогов в сохранении и укреплении социально-психологического здоровья // Психолог. 2017. № 4. С. 54-64. DOI: 10.25136/2409-8701.2017.4.22117. URL: [http://e-notabene.ru/psp/article\\_22117.html](http://e-notabene.ru/psp/article_22117.html).
14. Серафимович И.В., Базанова Г.Ю. Интеллект и метакогниции в профессионализации студентов (при решении проблемных ситуаций социального взаимодействия) // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2016. Том 5. № 4 (17) С. 400-405.
15. Серафимович И.В., Одноралова Е.Ю. Здоровьесберегающая компетентность и коммуникативные компетенции: возможности взаимовлияния // «Психология третьего тысячелетия»: I Международная научно-практическая конференция: сборник материалов. Дубна: Международный университет природы, общества и человека «Дубна», 2014. С. 234-239.
16. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2001. 208 с.
17. Isaksen J. Constructing meaning despite the drudgery of repetitive work // J. Hum. Psychol. 2000, V. 40 (3). P. 84-107.
18. Kasser, T., Dungan, N., Rosenblum, K.L., Sameroff, A.J., Deci, E.L., Niemiec, C.P., Ryan, R.M., Osp, A., Bond, R., & Dittmar, H. Changes in materialism, changes in psychological well-being: Evidence from three longitudinal studies and an intervention experiment. *Motivation and Emotion*, 2014. 38, 1-22. doi: 10.1007/s11031-013-9371-4.

**Serafimovich Irina Vladimirovna**

Plekhanov Russian university of economics

Yaroslavl branch, Russia

E-mail: iserafimovich@yandex.ru

## **Teachers' social-psychological health and metacognitive processes**

**Abstract.** The given article examines an approach to formation of non-contextual thinking (its metacognitive characteristics), which contributes to changing the attitude to social-psychological health in terms of cognition and motivation.

The subject of the research is metacognitive characteristics of non-contextual pedagogical thinking. The target groups were staff of schools and pre-school institutions where professional development programmes included the maintenance and promotion of social and psychological health of schoolchildren, teachers and parents. The sample group included approximately 2,000 teachers. The research lasted for about five years.

It has been shown that the implementation of the psychological training programme influences the appearance of non-contextual thinking characteristics: active involvement, reforming position in a problem solving, looking for a constructive solution including solutions lying outside the realm of the problem situation being solved. It has been shown that the training course for teachers enhances the decrease of the signs of professional burnout, leads to staff morale raising and to an increase in figures of locus of control and self-reflection. It has been proved that the development of the signs of non-contextual thinking is characterized by commitment to maintaining and promoting their social and psychological health.

The author has identified that practical results of the work can be used for the development of psychological training courses and qualification upgrading courses during professional development based on the development of metacognitive characteristics.

**Keywords:** social-psychological health; training; metacognition; professional thinking; contextual thinking; non-contextual thinking; problematic communicative situations; professional development; locus of control; self-reflexion; metacognition