

# РАЗДЕЛ III.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

---

УДК 159.9:37.015.3

DOI: 10.18384/2310-7235-2018-2-114-124

### РОЛЬ ПЕРСОНАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ В ФОРМИРОВАНИИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ПЕДАГОГОВ О РЕСУРСОБЕСПЕЧЕННОСТИ

**Зотова Л.Э.**

*Московский государственный областной университет  
105005, г.Москва, ул.Радио, д.10А, Российская Федерация*

**Аннотация** В статье рассматривается вопрос о том, какие персональные ресурсы играют ключевую роль в представлении педагогов о себе как ресурсообеспеченных. Проведённое исследование показало, что большая часть педагогов не считают себя высоко-ресурсными, в то время как специфика профессиональной деятельности требует от них высокой степени психологической отдачи. Показано, что наибольший вклад в представление педагогов о собственной ресурсности вносят: оптимизм, осознанность и выбор копинг-стратегий, которые ориентированы на включённость в проблемную ситуацию и планирование действий по её разрешению. В заключении автор выделяет два фактора, которые являются ключевыми для представления педагогов о собственной ресурсообеспеченности: когнитивноориентированные стратегии поведения в сложных ситуациях и осознанное отношение к ним.

**Ключевые слова:** персональные ресурсы, ресурсообеспеченность, осознанность, оптимизм, активность, копинг-стратегии.

### ROLE OF PERSONAL RESOURCES IN SHAPING TEACHERS' UNDERSTANDING OF THE RESOURCE PROFILE

**L. Zotova**

*Moscow State Region University,  
10A, Radio ul. Moscow, 105005 Russian Federation*

**Abstract.** The article considers the question of which personal resources play the key role in forming the teachers' understanding about themselves as resource-rich. The study showed that the majority of teachers do not consider they have enough resources, while the specifics of professional activities require a high degree of psychological impact. The article shows that optimism, awareness and the choice of coping strategies make the greatest contribution to the teachers' understanding about their resource. It is important that their coping strategies

to be focused on inclusion into the problem situation and planning of actions to resolve it. In conclusion the author identifies two factors that are key to teachers' understanding of their resource availability: cognitive-oriented strategies of behavior in difficult situations and conscious attitude to them.

**Key words:** personal resources, resource availability, awareness, optimism, activity, coping strategies.

### Постановка проблемы

Педагогическая профессия является одним из самых стрессогенных видов профессиональной деятельности, что связано с наличием множества стресс-факторов. Особую категорию педагогов представляют специалисты, работающие с «трудными» детьми и подростками. Работа с детьми такого рода характеризуется не только высокой степенью эмоциональной и интеллектуальной напряжённости, но и тем, что «социально-дезадаптирующими факторами являются низкая социальная защищённость и престиж профессии, необходимость профессионального межличностного взаимодействия в конфликтных ситуациях, информационные перегрузки, многофункциональность социально-ответственной деятельности» [2, с. 122].

Исследования О.Ю. Багадаевой, А.А. Баранова, Л.Ф. Бурлачук, Л.М. Митиной, М.Ю. Краевой, Е.Ю. Коржовой, Н.В. Кузьминой, Е.Б. Филинковой, Б.И. Хасан и др. показывают экстремальность стрессоров педагогической профессии [1; 2; 9; 16], которые определяются совокупностью физических, социальных, профессиональных и организационных факторов [1].

Нагрузки, испытываемые педагогами, могут приводить к профессиональному выгоранию, эмоциональной неустойчивости, конфликтности, агрессивности и другим негативным факторам профессиональной деятельности.

Отметим, что не всегда трудные ситуации, возникающие в личностном и профессиональном плане, ведут к переживанию стресса. Если ресурсная наполненность личности такова, что позволяет решить возникающие проблемы – человек «проходит» жизненные перипетии без ярко выраженного стресса. Обладая достаточно прочным запасом ресурсов, профессионал может выносить повышенные стрессовые нагрузки, диктуемые профессиональной деятельностью.

Отечественные исследования Н.Е. Водопьяновой, Т.Ю. Ивановой, Т.О. Гордеевой, Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, С.Л. Соловьевой и др. базируются на представлении о ресурсах как важных психологических феноменах, опосредующих связь между стрессогенными событиями и психологическим состоянием человека [4; 6; 8; 11; 15].

Согласно теории сохранения ресурсов С. Хобфолла, под ресурсами понимается тот значимый капитал человека, который складывается из материальных объектов, факторов, связанных с социо-экономическим статусом человека, условий жизни человека, персональных и энергетических характеристик [18]. По мнению С. Хобфолла, человеку свойственно наращивать свой потенциал и создавать определённый запас ресурсов, что позволяет ему чувствовать себя защищённым перед лицом стрессов. Нарушение баланса

между приобретёнными и израсходованными ресурсами в пользу последних является ключевым моментом для возникновения вредоносного стресса. Важным моментом теории сохранения ресурсов является положение о том, что значимость потерь и приобретений ресурсов неоднозначна. Люди склонны акцентировать внимание на потерях, а не на приобретениях. Фиксация на потерях может приводить личность к иллюзии беспомощности и бессилия, снижать потенциал сопротивления стрессу [19].

В этом ключе встает вопрос о том, как личность оценивает соотношение своих потерь и приобретений, т. е. ресурсообеспеченность, какие личностные ресурсы являются важными для того, чтобы педагог воспринимал себя как субъекта, способного противостоять жизненным и профессиональным трудностям?

В фокусе нашего внимания находятся те ресурсы, которые, на наш взгляд, являются необходимыми для преодоления сложных личностных и профессиональных ситуаций: оптимизм, активность, осознанность, копинг-стратегии, используемые в трудных жизненных обстоятельствах.

Под оптимизмом, согласно И.С. Шуллеру и А.Л. Комуниан, мы понимаем устойчивую личностную позицию уверенности человека в преодолении жизненных трудностей, основанную на вере в силу человеческой природы и в собственные ресурсы [21]. Авторы также подчёркивают ключевую роль активности в формировании оптимистичного отношения к жизни. Оптимизм определяется как активная жизненная позиция личности, которая оказывает влияние на вы-

бор адаптивных моделей поведения, ролевую позицию и устойчивость к психологическому стрессу и является важной составляющей психологического здоровья личности. Таким образом, *активность*, наряду с оптимизмом, рассматривается как ресурс личности.

*Осознанность (Mindfulness)* – ещё одно психологическое понятие, рассматриваемое нами как ресурс. Осознанность – это внимательное отношение к текущему моменту, которое позволяет проживать его полноценно, отказаться от действий «на автопилоте», быть открытым новому опыту и новым возможностям, принимать ситуацию и себя в ней. Как отмечает А.М. Голубев, исследователи осознанности «...обращают внимание на то, что позиция принятия изменяет субъективное значение ситуации, и, таким образом, дистресс переживается как менее неприятный или угрожающий» [3, с. 45]. По мнению исследователей С. Бишоп, Дж. Кабат-Зинна, Э. Лангер, Р. Райана, Д. Сигела и др., осознанность несёт в себе богатый ресурсный потенциал [17; 20].

Являясь ресурсом личности, осознанность неразрывно связана с выбором эффективных копинг-стратегий с высокой когнитивной нагрузкой [5; 12; 19]. Цель *копинг-стратегий* – преодолеть сложные жизненные и профессиональные ситуации либо уменьшить их отрицательные воздействия. Ресурсным с точки зрения преодоления стресса является поведение, соответствующее характеристикам целенаправленности и осмысленности, наиболее адекватно отвечающее особенностям личности и ситуации, приводящее к сокращению избегающих

стратегий, большей дифференциации когнитивного и аффективного опыта, использованию копингов, ориентированных на решение жизненных проблем. Избегающие и агрессивные копинги традиционно считаются неконструктивными [7; 13].

Все вышесказанное позволяет представить проблему исследования как поиск ресурсов, которые сдвигают субъективное представление педагогов о своей ресурсной наполненности в позитивную сторону, тем самым повышая стрессоустойчивость и помогая преодолевать сложные ситуации в личном и профессиональном плане.

**Цель** исследования: выявление персональных ресурсов педагогов, позволяющих им поддерживать представление о себе как о высококачественных.

**Задачи** исследования:

1) выявление представления педагогов о собственной ресурсной наполненности (индекса ресурсности);

2) выявление ресурсов, вносящих вклад в субъективное представление педагогов о собственной ресурсной наполненности;

3) выявление структуры ресурсной наполненности педагогов.

### Методы исследования

1. *Опросник «Оценка потерь и приобретений»*, разработанный Н.Е. Водопьяновой и М.В. Штейн на основе ресурсной концепции психологического стресса С. Хобфолла [3].

2. *Опросник внимательности и осознанности (Mindful Attention Awareness Scale - MAAS)* К. Брауна и Р. Райана адаптации А.М. Голубева [5].

3. *Опросник способов совладания (ОСС)* Р. Лазаруса и С. Фолкман «Ways of Coping Questionnaire» (WCQ) в

адаптации Т.Л. Крюковой и Е.В. Куфтяк [10].

4. *Шкала активности и оптимизма (Arousalability and Optimism Scale – AOS)* И.С. Шуллера и А.Л. Комуниан, адаптированная Н.Е. Водопьяновой и М.В. Штейн [3].

### Описание выборки исследования

В исследовании приняли участие 170 социальных педагогов школ и воспитателей детских домов Московской области. Из них 95% – женщины. Средний возраст – 41, 9 ± 10,06.

### Основные результаты исследования

Для решения *первой задачи* исследования мы обратились к выявлению *индекса ресурсности*, отражающего субъективную оценку ресурсообеспеченности педагога. Индекс ресурсности представляет собой интегральный показатель, отражающий соотношение «приобретений» и «потерь» педагогов за последние два года.

Выявлено, что высокий уровень ресурсности имеют меньше половины (46%) педагогов, 39% респондентов обладают средним уровнем ресурсной наполненности. Тревогу вызывает тот факт, что 15% педагогов находятся в «группе риска», их показатель ресурсности является низким.

Исследования В.А. Бодрова, Н.Е. Водопьяновой, А.В. Иванецкого, Т.Ю. Ивановой, Л.В. Куликова, Д.А. Леонтьева и др. указывают на то, что низкая ресурсная обеспеченность нарушает ряд наиболее значимых для регуляции психической деятельности и процесса адаптации характеристик личности, не позволяет ей активно выполнять все функции, в том числе профессиональные [4;8;11]. Исследования

Н.Е. Водопьяновой показали, что низкий уровень ресурсообеспеченности связан с высокой выраженностью профессионального выгорания в профессиональной среде [4], что проявляется в эмоциональном истощении, чувстве безразличия к окружающим и, как итог – в ощущении собственной некомпетентности, охлаждении к профессии, нежелании выполнять профессиональный долг.

Представления педагогов о ресурсообеспеченности являются субъективными, они не всегда отражают потенциальные и реально существующие ресурсы личности, но именно они рассматриваются как способность (или неспособность) противостоять личностным и профессиональным вызовам. Чем выше педагог оценивает преобладание приобретённых жизненно важных ресурсов относительно их потерь, тем выше его ресурсообеспеченность, которая может рассматриваться как профессионально необходимое качество.

Полученные нами результаты требуют ответа на вопрос: какие именно

ресурсы являются важными для субъективного представления педагога о себе как о ресурсной личности?

Таким образом, мы переходим к решению *второй задачи* исследования.

Опираясь на теоретические работы в области ресурсного потенциала личности, для рассмотрения мы выделили несколько персональных ресурсов: *оптимизм, активность, осознанность* и *копинг-стратегии*, используемые в проблемных ситуациях.

Чтобы определить, какие из вышеперечисленных ресурсов являются важными для представления педагогов о своей ресурсообеспеченности, был проведён регрессионный анализ. Оказалось, что наибольший вклад вносят следующие ресурсы: высокая оценка собственных приобретений, оптимизм, осознанность, проблемно ориентированный копинг «планирование действий по решению проблемы», отказ от эмоционально-сфокусированного копинга «бегство от проблемы», низкая оценка своих потерь. На рисунке 1 представлен результат регрессионного анализа.

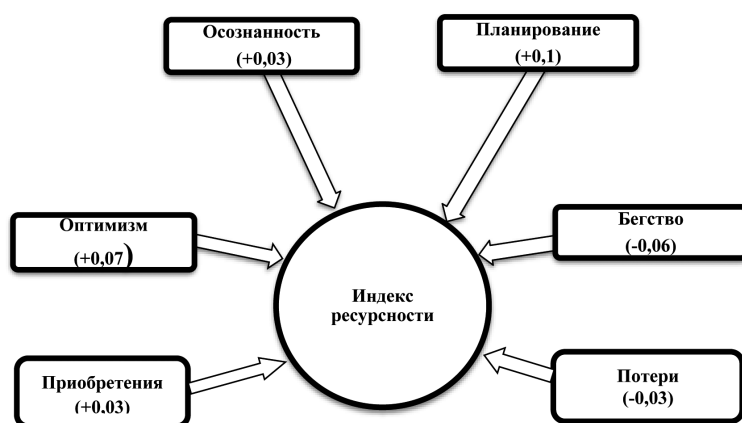


Рис. 1. Вклад ресурсов в представление педагогов о собственной ресурсообеспеченности.

Высокий уровень *оптимизма* помогает учителям преодолевать стрессовые нагрузки, верить в успех, строить свои жизненные планы и видеть в них позитивные цели, верить в себя и мир.

В работах Н.Е. Водопьяновой, А.Л. Комуниан, М.В. Штейн, И.С. Шуллера оптимизм рассматривается как необходимый элемент стрессоустойчивости личности наряду с активностью [4; 21].

Анализ соотношения оптимизма и активности позволил выявить, что у большинства педагогов ярко выражен оптимистический настрой, но они являются достаточно пассивными. *Активность* не вносит значительного вклада в представление педагогов о собственной ресурсообеспеченности. В то же время оптимистичный настрой при пассивном поведении может приводить к необоснованным ожиданиям, радужным мечтам о том, что кто-то изменит или решит ситуацию к лучшему без вмешательства самого педагога.

*Осознанность* вносит положительный вклад в представление педагогов о своей ресурсности. Осознанный педагог умеет фокусировать своё внимание на том, что происходит «здесь и сейчас», оценивать сложность проблемы, отбросив всё, что от неё отвлекает. Внимательное отношение к проблемным ситуациям и способам их разрешения является тем потенциалом, который создаёт у педагогов веру в свои силы и свою ресурсообеспеченность.

Представление о себе как о ресурсной личности имеют те педагоги, которые не фиксируются на своих реальных или воображаемых жизненных *потерях*, снижают их значимость для себя, умеют их «перерабатывать» в свой жизненный опыт. Они также

ценят свои *приобретения*, видят в них потенциал для своего будущего, умеют аккумулировать силы и энергию, которые эти приобретения дают.

Положительный вклад в ресурсообеспеченность педагогов вносит использование копинг-стратегии, ориентированной на *планирование действий* по разрешению сложной жизненной ситуации, т. е. педагоги, которые умеют учитывать свой опыт при разрешении стрессовых ситуаций, анализировать, применять логику, справляться со своими эмоциями, имеют высокую ресурсообеспеченность.

Использование стратегии *избегания* сложных ситуациях вносит отрицательный вклад в субъективное восприятие педагогами себя как ресурсных. Это значит, что ресурсный педагог умеет идти навстречу трудностям, признавать их существование, использовать в своём поведении копинг-стратегии, ориентированные на решение проблем.

В исследованиях Т.С. Пилишвили и З.Ш. Шабданбекова отмечается, что только копинг, направленный на решение проблем, «оценивается учеными как наиболее перспективный с точки зрения психологического благополучия личности, поскольку он связан с предвосхищающим активным поведением субъекта, его самодетерминацией как самостоятельным выбором наиболее оптимального и гибкого совладания с потенциально возможным будущим стрессовым событием, что делает данный вид копинга важнейшим личностным ресурсом» [14, с. 69].

Для решения *третьей задачи* мы обратились к факторному анализу, который позволил выявить структуру представления педагогов о собствен-

ной ресурсообеспеченности. Результаты факторного анализа с помощью ортогонального метода вращения Варимакс представлены в таблице 1.

Таблица 1

### Факторный анализ представления педагогов о собственной ресурсной наполненности

Ресурсы	Фактор 1 Факторные нагрузки	Фактор 2 Факторные нагрузки
Осознанность	0,741	0,128
Копинг: бегство	-0,779	0,081
Копинг: планирование решения проблемы	-0,028	0,788
Копинг: положительная переоценка	0,134	0,731
Общая дисперсия	3,085	2,535
Доля общей дисперсии	0,220	0,181

Выделение двухфакторной структуры ресурсообеспеченности педагогов обосновано использованием метода анализа главных компонент, для чего отбирались только те факторы, собственное значение которых приближается к 1, низкие собственные значения включённых в факторный анализ переменных нами не учитывались.

Первый фактор объясняет 22% дисперсии и включает в себя два показателя с высокими факторными весами: копинг «бегство от проблемы» (характеризуется отрицательной величиной), осознанность (характеризуется положительной величиной). Мы обозначили данный фактор как «Осознанное внимание к сложной ситуации».

Второй фактор объясняет 18% дисперсии и включает в себя два показателя с высокими факторными весами: копинг «планирование решения проблемы», что заключается в анализе ситуации и приложении целенаправленных усилий по её разрешению, и копинг «положительная переоценка», характеризующийся переосмыслением ситуации для снижения эмоциональ-

ного переживания. И та, и другая стратегии включают в себя когнитивный элемент в виде анализа, переосмысления, переформулирования, оценки. Этот фактор мы обозначили «Когнитивноориентированные копинги».

Данные факторного анализа позволяют говорить о том, что осознанное внимание к проблемной ситуации и использование когнитивноориентированных копингов для её решения являются важными ресурсами для формирования представлений педагогов о себе как ресурсообеспеченных и способных противостоять стрессовым ситуациям.

### Выводы

1. Представление о себе как высоко-ресурсной личности имеют меньше половины педагогов. 15% педагогов попадают в зону риска, они отмечают у себя низкий уровень ресурсообеспеченности.

2. Значимый вклад в представление педагогов о собственной ресурсообеспеченности вносят: высокая оценка собственных приобретений и низкая оценка потерь, оптимизм, осознан-

ность, проблемно-ориентированный копинг «планирование действий по решению проблемы», отказ от эмоционально-сфокусированного копинга «бегство от проблемы».

3. В формировании представлений педагогов о собственной ресурсооб-

еспеченности ключевую роль играют такие факторы, как направленность на когнитивноориентированные стратегии поведения в проблемных ситуациях и осознанное внимание к ним.

*Статья поступила в редакцию 30.03.2018 г.*

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Багадаева О.Ю. Стрессогенные факторы в профессии педагога дома ребенка // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. 2014. № 2 (28). С. 149–153.
2. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: учебное пособие. М., 1998. 263 с.
3. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб., 2009. 336 с.
4. Водопьянова Н.Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда: автореф. дис. ... докт. психол. наук. СПб., 2014. 49 с.
5. Голубев А.М. Природа полноты сознания. Адаптация опросника внимательности и осознанности МААС // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Психология. 2012. Т. 6. Вып. 2. С. 44–51.
6. Гордеева Т.О. Оптимизм как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал. Структура и диагностика. М., 2011. С. 112–132.
7. Зотова Л.Э. Агрессия как активное проявление фрустрации (в свете теории психических состояний Н.Д. Левитова) // Проблемы взаимодействия в психологии и социальной практике: материалы Международной научно-практической конференции «III Левитовские чтения». М., 2008. С. 56–59.
8. Иванова Т.Ю., Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Функции личностных ресурсов в ситуации экономического кризиса // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 2. С. 323–346.
9. Краева М.Ю. Кризис профессиональной идентичности педагога в условиях модернизации образовательной системы // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2011. № 4. С. 103–108.
10. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.
11. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016. № 2. С. 18–37.
12. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1. № 2. С. 37–47.
13. Овсяник О.А., Зотова Л.Э., Шульга Т.И., Сидячева Н.В. Проявление агрессивного поведения в процессе социально-психологической адаптации личности // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2015. № 1 (45). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23094557> (дата обращения: 10.01.2018).
14. Пилишвили Т.С., Шабданбекова З.Ш. Активное совладающее поведение как акмеологический ресурс в профессиональной деятельности учителей // Акмеология. 2016. № 3 (59). С. 68–72.
15. Соловьева С.Л. Ресурсы личности [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: [сайт]. 2010. № 2 (3). URL: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2010\\_2\\_3/nomer/nomer02.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2010_2_3/nomer/nomer02.php) (дата обращения: 10.01.2018).



16. Филинкова Е.Б., Князева И.А. Представления учителей о деятельности директоров школ // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2014. № 1. С. 83–92.
17. Brown K.W., Ryan R.M. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 84. № 4. P. 822–848.
18. Hobfoll S.E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress // Journal of American Psychologist. 1989. Vol. 44. № 3. P. 513–524.
19. Hobfoll S.E., Johnson R.J., Ennis N., Jackson A.P. Resource Loss, Resource Gain, and Emotional Outcomes Among Inner City Women // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 84. № 3. P. 632–643.
20. Gibbons C., Morgan H. Mindfulness – As a Coping Strategy // Irish Association for Counselling and Psychotherapy. 2015. Vol. 15. Iss. 2. P. 14–18.
21. Schuller I.S., Comunian A.L. Cross-Cultural Comparison of Arousability and Optimism Scale (AOS) // 18th International Conference of Stress and Anxiety Research Society. Dusseldorf, 1999. P. 457–460.

#### REFERENCES

1. Bagadaeva O.Yu. [Stressors in the profession of the teacher of an infants' home]. In: *Vektor nauki Tol'yattinskogo gosudarstvennogo universiteta* [Vector of science of Togliatti State University], 2014, no. 2 (28), pp. 149–153.
2. Burlachuk L.F., Korzhova E.Yu. *Psikhologiya zhiznennykh situatsii* [Psychology of life situations]. Moscow, 1998. 263 p.
3. Vodop'yanova N.E. *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of stress]. St. Petersburg, 2009. 336 p.
4. Vodop'yanova N.E. *Resursnoe obespechenie protivodeistviya professional'nomu vygoraniyu sub'ektov truda: avtoref. dis. ... dokt.psikhol. nauk* [Provision of resources for combating professional burnout of the subjects of labour: abstract of D. thesis in Psychological sciences], 2014. 49 p.
5. Golubev A.M. [The nature of the fullness of consciousness. Adaptation of the questionnaire mindfulness MAAS]. In: *Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologiya* [Bulletin of Novosibirsk State University. Series: Psychology], 2012, vol. 6, iss. 2, pp. 44–51.
6. Gordeeva T.O. [Optimism as a component of personal potential]. In: *Lichnostnyi potential. Struktura i diagnostika* [Personal potential. Structure and diagnosis]. Moscow, 2011, pp. 112–132.
7. Zotova L.E. [Aggression as an active expression of frustration (in the light of N.D. Levitov's theory of mental states)]. In: *Problemy vzaimodeistviya v psikhologii i sotsial'noi praktike: materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "III Levitovskie chteniya"* [Problems of interaction in psychology and social practice: Materials of international scientific-practical conference "III Levitov's readings"]. Moscow, 2008, pp. 56–59.
8. Ivanova T.Yu., Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. [Functions of personal resources in the situation of economic crisis]. In: *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics], 2016, vol. 13, no. 2, pp. 323–346.
9. Kraeva M.Yu. [The crisis of professional identity of the teacher in the conditions of educational system modernization]. In: *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo univer-*

- ситета. *Seriya: Psikhologicheskie nauki* [Bulletin of Moscow Region State University. Series: Psychology], 2011, no. 4, pp. 103–108.
10. Kryukova T.L., Kuftyak E.V. [The questionnaire of ways of coping]. In: *Zhurnalprakticheskopsikhologa* [Journal of the practical psychologist], 2007, no. 3, pp. 93–112.
  11. Leont'ev D.A. [Self-regulation, resources, and personal potential]. In: *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian psychological journal], 2016, no. 2, pp. 18–37.
  12. Muzdybaev K. [Strategies of coping with life]. In: *Zhurnal sotsiologii i sotsial'noi antropologii* [Journal of sociology and social anthropology], 1998, vol. 1, no. 2, pp. 37–47.
  13. Ovsyanik O.A., Zotova L.E., SHul'ga T.I., Sigacheva N.V. [The manifestation of aggressive behaviour in the process of socio-psychological adaptation of the personality]. In: *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem (elektronnyi nauchnyi zhurnal)* [Modern research of social problems (electronic scientific journal)], 2015, № 1 (45). Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23094557> (accessed: 10.01.2018).
  14. Pilishvili T.S., Shabdanbekova Z.Sh. [Active could-use behavior as acmeological resource in professional activities of teachers]. In: *Akmeologiya* [Acmeology], 2016, no. 3 (59), pp. 68–72.
  15. Solov'eva S.L. [Resources of the person]. In: *Meditinskaya psikhologiya v Rossii* [Medical psychology in Russia], 2010, no. 2 (3). Available at: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2010\\_2\\_3/nomer/nomer02.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2010_2_3/nomer/nomer02.php) (accessed: 10.01.2018).
  16. Filinkova E.B., Knyazeva I.A. [Representations of teachers about the activities of school directors]. In: *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki* [Bulletin of Moscow Region State University. Series: Psychology], 2014, no. 1, pp. 83–92.
  17. Brown K.W., Ryan R.M. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, vol. 84, no. 4, pp. 822–848.
  18. Hobfoll S.E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. In: *Journal of American Psychologist*, 1989, vol. 44, no. 3, pp. 513–524.
  19. Hobfoll S.E., Johnson R.J., Ennis N., Jackson A.P. Resource Loss, Resource Gain, and Emotional Outcomes Among Inner City Women. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, vol. 84, no. 3, pp. 632–643.
  20. Gibbons C., Morgan H. Mindfulness – As a Coping Strategy. In: *Irish Association for Counselling and Psychotherapy*, 2015, vol. 15, iss. 2, pp. 14–18.
  21. Schuller I.S., Comunian A.L. Cross-Cultural Comparison of Arousability and Optimism Scale (AOS). In: *18th International Conference of Stress and Anxiety Research Society*. Dusseldorf, 1999, pp. 457–460.
- 

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Зотова Лариса Эдуардовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии Московского государственного областного университета;  
e-mail: zolar@yandex.ru

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Larisa E. Zotova – PhD, Associate Professor of the Department of Social Psychology, Moscow Region State University;  
e-mail: zolar@yandex.ru

**ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ**

Зотова Л.Э. Роль персональных ресурсов в формировании представления педагогов о ресурсообеспеченности // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2018. № 2. С. 114–124.  
DOI: 10.18384/2310-7235-2018-2-114-124.

**FOR CITATION**

Zotova L. Role of personal resources in shaping teachers' understanding of the resource profile. In: *Bulletin of Moscow Regional State University. Series: Psychology*, 2018, no. 2, pp. 114–124  
DOI: 10.18384/2310-7235-2018-2-114-124.