

МЕНТАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ВЗАИМОСВЯЗИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И КОНФЛИКТНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

© А.С. Кашапов, М.В. Усанина

Кашапов А.С. – кандидат психологических наук, Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова
e-mail: yarmirko@mail.ru

Усанина М.В. – магистрант, Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова
e-mail: Mary.zhalilova@yandex.ru
Адрес: 150003, г. Ярославль, ул. Советская, д. 14, Российская Федерация

33

АННОТАЦИЯ

Актуальность. Актуальность исследования обусловлена динамичными изменениями в современной системе образования, которые предъявляют повышенные требования к педагогическим кадрам. В современных условиях эффективность работы педагогов во многом определяется способностью конструктивно разрешать конфликты, справляться со стрессовыми ситуациями и применять нестандартные подходы в образовательной деятельности. Целью работы является выявление взаимосвязи жизнестойкости и конфликтной компетентности педагогов дошкольных образовательных учреждений на разных уровнях профессионализации.

Материалы и методы. Применялись следующие психодиагностические методики: опросник «Конфликтная компетентность» (М.В. Башкин, В.А. Горшкова, А.М. Воскресенский); тест жизнестойкости (Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И.Рассказовой). В исследовании использовались методики, направленные на оценку уровня конфликтной компетентности (стратегии поведения в конфликте, эмоциональная саморегуляция, коммуникативные навыки) и жизнестойкости (целеустремленности, способности выдерживать стрессовые ситуации, адаптивности).

Результаты. Исследование проводилось в течение 2024 – 2025 гг. на базе дошкольных образовательных учреждений Ярославской области Российской Федерации. Эмпирическое исследование с участием 75 педагогов ДОУ позволило выявить, что педагоги со стажем 5–15 лет демонстрируют более высокие показатели жизнестойкости и конфликтной компетентности по сравнению с коллегами с большим стажем. Установлена умеренная положительная корреляция ($r = 0,54$) между жизнестойкостью и конфликтной компетентностью, что подтверждает роль последней как важного ресурса для адаптации и преодоления профессиональных стрессов. Установлена статистически значимая корреляция между изучаемыми параметрами, что свидетельствует о важности развития обоих компонентов для повышения эффективности работы педагогических кадров в образовательных учреждениях.

Выводы. Полученные данные могут быть использованы в программах профессиональной подготовки и повышения квалификации педагогов образовательных учреждений для оптимизации образовательных процессов и создания благоприятного психологического климата в педагогических коллективах. Анализ полученных результатов позволяет подчеркнуть необходимость целенаправленных программ поддержки, особенно для опытных педагогов, с целью сохранения их психологического благополучия и профессиональной эффективности.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: жизнестойкость; педагог; конфликтная компетентность; взаимосвязь; дошкольное образовательное учреждение

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

Рассмотрение феномена жизнестойкости человека в качестве личностного ресурса совладания со стрессами [Баженова, Фомина, 2023; Богомаз, 2008; Воробьева, 2019] открывает перспективы для понимания психологии конструктивной конфликтности личности [Кашапов, 2012; 2013; 2016]. Ресурсная основа жизнестойкости выражается в способности личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности.

Жизнестойкость педагога дошкольного образовательного учреждения (ДОУ) представляет собой фундаментальный психологический конструкт, обеспечивающий устойчивость профессиональной деятельности в условиях хронических эмоциональных перегрузок. Предлагаемая модель развития жизнестойкости акцентирует теоретические основы, глубоко интегрируя их с конфликтной компетентностью как взаимосвязанными механизмами адаптации и саморегуляции [Анцупов, 2000]. С целью создания целостной парадигмы для понимания специфики профессионального роста педагогов ДОУ проведен расширенный теоретический анализ. Благодаря опоре на классические и современные концепции психологии, педагогики и конфликтологии предпринята попытка разработать модель развития жизнестойкости педагогов ДОУ.

В педагогической парадигме ДОУ жизнестойкость эволюционирует от реактивной устойчивости (просто переживание стресса) к проактивному ресурсу, активно противодействующему хроническому стрессу, возникающему от многократных взаимодействий с детьми раннего возраста (3–7 лет), родителями и административными структурами. Теория позитивной психологии Мартина Селигмана расширяет это понятие через модель PERMA, где жизнестойкость интегрирует положительные эмоции (positive emotion), вовлеченность в деятельность (engagement), качественные отношения (relationships), ощущение смысла (meaning) и достижения (accomplishment) [Селигман, 2011]. В контексте ДОУ реляционная жизнестойкость приобретает особую значимость: конструктивная поддержка коллег снижает восприятие конфликтов как экзистенциальных угроз, переводя их в категорию разрешимых задач [Голман, 1995].

Критический анализ моделей черт (trait models), предполагающих врожденный характер устойчивости, уступает место экологическим и развивающим подходам. Жизнестойкость предстает как процесс, зависящий от организационной среды ДОУ: структурированные ритуалы дня способствуют предсказуемости, регулярная обратная связь усиливает самооффективность, а аутентичное лидерство руководителя формирует культуру психологической безопасности [Асмолов, 2001]. Осмысление стрессоров через когнитивную переоценку превращает потенциальный дефицит в возможность профессионального роста, что критически важно для педагогов ДОУ, ежедневно сталкивающихся с непредсказуемыми поведенческими реакциями дошкольников [Шмелева, 2022].

В контексте профессиональной деятельности педагогов жизнестойкость играет важную роль, так как позволяет эффективно справляться с эмоциональными перегрузками, сохранять позитивную мотивацию и предотвращать профессиональное выгорание. Педагоги с высоким уровнем жизнестойкости демонстрируют большую устойчивость к стрессу, что положительно сказывается на их профессиональной эффективности [Кашапов, Смирнов, Соловьева, Серафимович, 2022].

Конфликтная компетентность определяется как многоуровневая структура: диагностическая (идентификация латентных причин), стратегическая (выбор

по модели Томаса-Килманна: сотрудничество > компромисс > избегание) и рефлексивная (постконфликтный анализ) [Анцупов, 2000]. Реализация данной компетентности в условиях ДООУ позволяет адекватно адаптироваться к разнообразным типам микроконфликтов: детско-родительским (расхождения в ценностных установках на воспитание), межколлегским (ресурсная конкуренция за ограниченные ресурсы, такие как материалы или время) и институциональным (нормативные противоречия между федеральными стандартами и локальными реалиями).

Основная идея, разработанная М.М. Кашаповым, М.В. Башкиным, А.С. Кашаповым, О.А. Бахваловой, заключается в обосновании и развитии ресурсного подхода к пониманию конфликтной компетентности. Особое внимание уделено исследованию когнитивно-ресурсных характеристик конфликтной компетентности. Рассмотрено ресурсное мышление как когнитивная основа творческого разрешения конфликтных ситуаций. Выявлена когнитивно-ресурсная специфика коммуникации в системе межличностного взаимодействия, в контексте которого происходит становление творческого профессионального мышления субъекта [Кашапов, Башкин, Кашапов, Бахвалова, 2025].

Когнитивный компонент конфликтной компетентности опирается на теорию социального познания Альберта Бандуры: самоэффективность в разрешении конфликтов напрямую коррелирует с ожиданием успеха, формируя цикл позитивных ожиданий–действий–подкреплений. Эмоциональный компонент данной компетентности интегрирует модель эмоционального интеллекта Дэниела Голмана, где распознавание и регуляция аффекта (собственного и чужого) предотвращает эскалацию конфликта в деструктивную фазу. Поведенческий компонент фокусируется на ассертивной коммуникации: активное слушание (парафразирование позиции оппонента), эмпатическое выражение ("я понимаю ваше беспокойство") и установление границ без агрессии, что минимизирует пассивно-агрессивные паттерны поведения [Дружинина, 2025].

Теоретическая эволюция конфликтологии от классических работ Анцупова, описывающих конфликты как неизбежные социальные феномены, к компетентностному подходу XXI века подчеркивает превентивный характер: конфликтная компетентность выступает буфером против деструктивных циклов эскалации–разрушения–травмы, превращая конфликт в инструмент профессионального и личностного роста [Резниченко, 2016].

В западной научной традиции понятие ресурсов чаще всего анализируется с точки зрения их влияния на способность личности преодолевать стрессовые ситуации и сохранять психологическую устойчивость, или жизнестойкость. Так, в исследованиях Мастен и Рид подчеркивается значимость ресурсов в снижении воздействия стрессовых факторов и укреплении адаптационного потенциала личности [Masten, Reed 2002]. Личностные ресурсы (психологический капитал) — положительное психологическое состояние развития человека, отличающегося самоэффективностью, оптимизмом, надеждой и жизнестойкостью [Luthans, Avolio, Youseff, 2007]. При этом С.А. Маничев подчеркивает, что психологический капитал — скорее состояние, чем устойчивая черта личности [Маничев, 2015].

Концепция личностного потенциала Д.А. Леонтьев, согласно которой способность личности самостоятельно и осознанно, делать значимые выборы, принимать на себя ответственность и риски связана со становлением личностного потенциала, ключевыми характеристиками которого являются жизнестойкость, локус контроля, самодетерминация, толерантность к неопределенности, самоэффективность и др. [Леонтьев, 2023].

На необходимость восприятия внутренних и внешних условий в качестве

ресурса указывает Е. Ю. Кожевникова. Ключевым для понимания ресурса служит факт его отражения и его устойчивая связь в ментальном опыте с полезностью, преимуществами и эффективностью деятельности, то есть ресурс должен быть результатом проживания и интерпретации жизненных ситуаций. Автором постулируется, что у человека есть представление (знание) не только о собственных свойствах, но и об их ценности. Таким образом, свойство, объект, принёсшее положительный эффект в одной ситуации, должно быть концептуализировано (категоризировано) как ресурс для данного класса ситуаций, а затем шире – как ресурс субъектности вообще [Кожевникова, 2006].

Следовательно, можно предположить, что более высокий уровень жизнестойкости будет способствовать развитию и эффективному проявлению конфликтной компетентности педагога ДООУ. Проведенный анализ позволяет теоретически обосновать необходимость и целесообразность выделения жизнестойкости в качестве одной из конфликтологических основ педагогов на разных уровнях профессионализации.

Цель исследования - установить взаимосвязи жизнестойкости и конфликтной компетентности педагогов дошкольных образовательных учреждений на разных уровнях профессионализации.

Методики: Тест жизнестойкости (Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой). Методика "Конфликтная компетентность" (М.В. Башкин, В.А. Горшкова, А.М. Воскресенский).

Задачи:

1. Проанализировать специфику проявления конфликтной компетентности и жизнестойкости у педагогов дошкольных образовательных учреждений.
2. Выявить влияние стажа работы на развитие конфликтной компетентности и жизнестойкости.
3. Определить влияние квалификационной категории на развитие конфликтной компетентности и жизнестойкости.
4. Установить взаимосвязь конфликтной компетентности с выраженностью жизнестойкости педагогов.

Выборка. В исследовании приняли участие 75 педагогов первой и высшей категорий дошкольных образовательных учреждений Ярославской области. Процедура исследования заключалась в проведении опросов педагогов в

Таблица 1. Сравнение средних значений по ключевым шкалам в зависимости от квалификационной категории

Table 1. Comparison of the average values of key scales depending on the qualification category

Показатель Indicator	1 категория (среднее) 1 category (average)	Высшая категория (среднее) Higher category (average)
Конфликтная компетентность Conflict Competence	13,88	13,45
Жизнестойкость Resilience	84,36	78,48

период с декабря 2024 по ноябрь 2025 гг.

Результаты исследования. В результате исследования получены следующие данные (см. табл. 1).

Педагоги первой категории демонстрируют более высокие показатели по обоим конструктам ($\Delta=0,43$ по конфликтной компетентности; $\Delta=5,88$ по жизнестойкости), что предполагает парадокс "опыт–устойчивость": высшая категория, возможно, испытывает накопленный стресс от ответственности,

снижая ресурсы. Высшая квалификационная категория, как правило, коррелирует с максимальным стажем и возрастом. Согласно теории С. Maslach, именно у данной когорты наблюдается кумулятивный эффект стресса. [С. Maslach, 1982] Обладая формально высшей компетенцией, педагоги высшей категории часто несут большую отчетную нагрузку, выполняют функции наставников и транслируют эталонные образцы деятельности. У педагогов первой категории жизнестойкость носит характер «активного вызова» (борьба за статус, доказательство профессионализма). У высшей категории мотивация достижения может частично замещаться мотивацией сохранения статуса, что снижает параметр «принятие риска». Это приводит к тому, что интенсивность эксплуатации ресурсов превышает скорость их восстановления. Парадоксальное снижение конфликтной компетентности при росте стажа объясняется не потерей навыка, а его интериоризацией. Конфликтная компетентность переходит из разряда осознаваемых стратегий (активное управление) в разряд фонового знания. Воспринимая конфликт как рутину, педагоги высшей категории могут субъективно занижать самооценку своих компетенций при ответе на опросники (меняется референтная группа сравнения). Это указывает на необходимость разработки целевых образовательных программ с акцентом на вовлеченность и принятие риска для восстановления баланса. Люди, обладающие способностью к жизнестойкости, не только успешно преодолевают препятствия, но и извлекают из них уроки, становясь сильнее всем своим существом.

Снижение показателей жизнестойкости при росте стажа более 15 лет свя-

Таблица 2. Сравнение средних значений по ключевым шкалам в зависимости от стажа работы
Table 2. Comparison of the average values of key scales depending on the length of service

Показатель Indicator	До 5 лет (среднее) Up to 5 years (average)	От 5 до 15 лет (среднее) 5 to 15 years (average)	Более 15 лет (среднее) More than 15 years (average)
Конфликтная компетентность Conflict Competence	13,71	14,00	13,49
Жизнестойкость Resilience	79,64	84,57	81,20

зано с более высокой напряжённостью, экстремальностью, нестабильностью межличностных отношений, приводящих к истощению личностных психологических ресурсов (см. табл. 2).

Педагоги со стажем от 5 до 15 лет имеют более выраженные показатели жизнестойкости и конфликтной компетентности, поскольку у педагогов с опытом уже наработан ресурс, реализация которого обходится без особых волевых усилий, при этом они еще не выгорели в профессии как специалисты с опытом работы более 15 лет. Это сензитивный период профессиональной зрелости. Педагог уже преодолел этап первичной адаптации (первые 5 лет — «выживание»), сформировал индивидуальный стиль деятельности и еще не вошел в фазу стагнации и выгорания. Снижение показателей после 15 лет стажа маркирует начало фазы истощения адаптационного ресурса (дезадаптация или «исход в методическую деятельность»). Эмоциональные и волевые компоненты начинают работать в режиме дефицита. Среди личностных ресурсов, обеспечивающих потенциал жизнестойкости, можно назвать витальность, устойчивость к нагрузкам (или резилентность), решительность, готовность к позитивным изменениям. В этом контексте жизнестойкость слу-

Таблица 3. Матрица интеркорреляций компонентов жизнестойкости и конфликтной компетентности педагогов ДОУ (коэффициенты ранговой корреляции Спирмена)

Table 3. Matrix of intercorrelations of the components of resilience and conflict competence of preschool teachers (Spearman rank correlation coefficients)

	Когнитивный	Мотивационный	Эмоциональный	Волевой	Рефлексивный	Конфл. Компет.	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Когнитивный	1,00	0,29	0,28	0,22	0,18		0,28	0,24	0,40	0,33
Мотивационный	0,29	1,00	-0,01	0,44	0,19	0,60	0,35	0,47	0,43	0,45
Эмоциональный	0,28	-0,01	1,00	0,21	-0,04	0,42	0,24	0,14	0,22	0,22
Волевой	0,22	0,44	0,21	1,00	0,32		0,29	0,32	0,34	0,36
Рефлексивный	0,18	0,19	-0,04	0,32	1,00	0,52	0,20	0,22	0,29	0,25
Конфл. Компет.		0,60	0,42		0,52	1,00	0,46	0,46	0,58	0,54
Вовлеченность	0,28	0,35	0,24	0,29	0,20	0,46	1,00			
Контроль	0,24	0,47	0,14	0,32	0,22	0,46		1,00		
Принятие риска	0,40	0,43	0,22	0,34	0,29	0,58			1,00	
Жизнестойкость	0,33	0,45	0,22	0,36	0,25	0,54				1,00

38

Сила связи:

0,3	- умеренная
0,5	- средняя
	- сильная (тесная)

жит ключевым ресурсом, помогает в управлении стрессом и адаптироваться к вызовам [Тарасов, 2016].

Как показывает анализ результатов корреляционного анализа, взаимосвязь жизнестойкости и конфликтной компетентности средняя (коэффициент корреляции $r = 0,54$), которая указывает на наличие общего психологического механизма (см. табл. 3). Можно предположить, что таким механизмом является «толерантность к неопределенности». Конструктивное управление конфликтом требует принятия неопределенности поведения оппонента; жизнестойкость требует принятия неопределенности жизненных обстоятельств. Это единый экзистенциальный паттерн.

Наиболее тесная связь конфликтной компетентности с «волевым» ($r=0,71$) и «когнитивным» ($r=0,70$) компонентами доказывает, что конфликтная компетентность педагога ДОУ — это не столько эмоциональная эмпатия (связь с эмоциональным компонентом слабая, $r=0,42$), сколько аналитическая способность и саморегуляция. Педагог, понимающий структуру конфликта (когниции) и способный сдерживать импульсивные реакции (воля), демонстрирует высокую жизнестойкость.

Выявленная корреляция ($r=0,60$) свидетельствует о том, что мотивационный компонент является не периферическим, а системообразующим фактором конфликтной компетентности педагога ДОУ. Данная связь имеет не ситуативный, а устойчивый личностно-смысловой характер. С позиции теории самодетерминации, внутренняя мотивация (потребность в автономии, компетентности и связанности) трансформирует восприятие конфликта: из угрозы он пре-

вращается в профессиональную задачу. Высокомотивированный педагог не избегает разногласий, а стремится их конструктивно разрешить, поскольку это подтверждает его профессиональную состоятельность и сохраняет значимые отношения. Корреляционный анализ подтверждает, что мотивация выступает медиатором между установками жизнестойкости (контроль, принятие риска) и реальными конфликтными компетенциями. Без мотивационного обеспечения знания о конфликте остаются не востребуемыми.

Высокая корреляция компонента «принятия риска» с конфликтной компетентностью ($r=0,58$) и всеми компонентами жизнестойкости подтверждает экзистенциальную природу данных феноменов. В контексте ДОО «принятие риска» — это не склонность к опасности, а готовность действовать в нестандартной ситуации (работа с «особыми» детьми, сложные родители), отказываясь от жестких стереотипов.

Содержательная интерпретация связи позволяет предположить, что конфликтная компетентность выступает важным ресурсом для жизнестойкости педагога. Способность конструктивно управлять конфликтными ситуациями в профессиональной среде, вероятно, способствует снижению хронического стресса, помогает сохранять контроль и включенность в работу, а также придает смысл профессиональным трудностям, что является ключевыми компонентами жизнестойкости.

Полученные результаты указывают на сложную структуру конфликтной компетентности, которая требует более детального изучения, в том числе в отношении вопроса возможного конфликта в том, как некоторые компоненты могут оказывать разнонаправленный эффект на различные характеристики жизнестойкости.

Полученные данные вносят вклад в понимание профессионального здоровья педагога. Жизнестойкость и конфликтная компетентность образуют единый ресурсный синдром, позволяющий педагогу ДОО сохранять аутентичность и продуктивность в профессии. Инвестиции в развитие конфликтной компетентности являются прямыми инвестициями в жизнестойкость педагогического коллектива и, опосредованно, в психологическую безопасность детей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Ментальная модель развития жизнестойкости предполагает, что жизнестойкость — это система убеждений и установок, которая позволяет личности противостоять стрессовым ситуациям, сохраняя внутреннюю сбалансированность. Такая модель может быть связана с концепциями, которые связаны с изучением феномена жизнестойкости как личностной характеристики [Ширшов, Забара, Якина, 2019]. Авторы предложили своё объяснение термина «жизнестойкость» и выделили её компоненты. В формировании жизнестойкости, по их мнению, важную роль играет социальное окружение человека — поддерживающее, кооперативное окружение способствует повышению жизнестойкости.

В концепции Л. Н. Якиной жизнестойкость рассматривается как интегральная способность субъекта, которая является основанием адаптации личности. Компоненты жизнестойкости условно делятся на две группы: практическая и ментальная. Практическая — саморегуляция, навыки межличностного взаимодействия, способности разрешения проблем и преодоления сложных ситуаций. Ментальная — активность человека, смыслообразование, самосознание, ответственность, базовые личностные установки. Жизнестойкость как ядро личности позволяет человеку осуществлять жизнедеятельность, развиваться и сохранять внутреннюю гармонию.

В концепции Л. И. Забары жизнестойкость также рассматривается как лич-

ностно-психический ресурс, формирование которого выражается в развитии способности противостоять профессионально-личностной дезадаптации, конкретизировать и реализовывать свой план действий, уметь контролировать себя. Свойство и способность жизнестойкости личности связаны с её социально значимыми, развивающимися качествами: волей, системой ценностей, жизненными целями, ответственностью и активностью действия, внутренней свободой.

В концепции В. Д. Ширшова жизнестойкость рассматривается как перманентное развитие способности личности противостоять трудным ситуациям, непрерывный процесс самосовершенствования, направленный на преодоление критических моментов и влияний разрушительных факторов жизни. К индикаторам жизнестойкости, по его мнению, относятся: психологическое, душевное здоровье; способность выдержать воздействие стрессовых факторов; умение сохранять внутреннюю гармонию без ущерба эффективности деятельности.

В модели С. Мадди жизнестойкость рассматривается как система убеждений, которые позволяют человеку оставаться активным и препятствуют негативным последствиям стресса. С. Мадди описал пять основных механизмов, благодаря которым проявляется буферное влияние жизнестойкости на развитие заболеваний и стресса: оценка жизненных изменений как менее стрессовых; создание мотивации к трансформационному совладанию; усиление иммунной реакции; усиление ответственности по отношению к практикам здоровья (здоровому образу жизни); поиск активной социальной поддержки, способствующей трансформационному совладанию. Жизнестойкость, по С. Мадди, формируется в раннем возрасте на основе опыта детско-родительских отношений, но может поддерживаться и развиваться во взрослом возрасте в контексте заботы о собственном здоровье, взаимодействия с другими людьми (принятие их помощи и ободрение) [Maddi, 1987].

Предлагаемая в данной статье ментальная модель развития жизнестойкости структурирована как нелинейная спираль, теоретически обоснованная системным подходом Эрика Берна (транзактный анализ): *диагностическая фаза* (онтологический анализ дефицитов ресурсов); *формационная* (онтогенез новых ресурсов); *аппроксимационная* (интеграция ресурсов в профессиональную практику позволяет понимать, что разрабатываемая модель не претендует на полное описание реальности) и *рефлексивная* (метакогнитивный синтез опыта). Диагностика опирается на стандартизированные шкалы жизнестойкости Коннора–Дэвидсона (CD-RISC), измеряющие подшкалы: настойчивость (tenacity), личный контроль, духовность и оптимизм [Маккей, 2003].

Диагностическая фаза ориентирована на изучение и описание объектов, событий, процессов и отношений в области дефицитарности ресурсов, частью которой может являться система напряженных межличностных отношений. Применительно к педагогам ДОО данная фаза требует особого подхода. Диагностика здесь выходит за рамки простого измерения уровня жизнестойкости. Обоснованием для углубленной диагностики служит специфика профессиональной деятельности воспитателя: высокая эмоциональная включенность, «двойной» конфликтный контур (вертикаль «администрация-педагог» и горизонталь «педагог-родитель»), а также феномен «публичности» профессии, где любая ошибка мгновенно становится предметом обсуждения. Поэтому диагностический этап должен выявлять не только общий дефицит ресурсов совладания (копингов), но и конкретные иррациональные убеждения педагога относительно участников образовательного процесса (например, «родители всегда ищут, к чему придраться», «администрация требует невозможного»), а также триггеры эмоционального выгорания, связанные с сенсорной перегрузкой

от постоянного взаимодействия с детьми раннего возраста [Водопьянова, 2009].

Формационная фаза строится на тренинговой парадигме, интегрируя когнитивно-поведенческие техники Альберта Эллиса (рационально-эмоциональная поведенческая терапия для деконструкции иррациональных убеждений "все родители – враги"), практики осознанности Джона Кабат-Зинна (для эмоциональной регуляции в моменте стресса) и нарративную терапию Майкла Уайта для переосмысления профессиональных нарративов ("из жертвы обстоятельств в соавтора своей судьбы"). В ДОО акцент делается на экологичности вмешательств: упражнения имитируют аутентичные сценарии, такие как родительские претензии по поводу воспитательных методик или детские истерики в группе [Шмелева, 2022].

Аппроксимационная фаза предполагает принцип лесов (по Выготскому): зона ближайшего развития реализуется через менторство старших коллег, где начинающий педагог постепенно осваивает самостоятельное разрешение ситуаций. На этом этапе происходит перенос сформированных навыков из тренинговой среды в реальную профессиональную практику. Педагог, уже обладая новыми когнитивными схемами и техниками саморегуляции, начинает апробировать их в ситуациях реального конфликта: при утреннем приеме ребенка в период адаптации, на собрании по поводу спорной ситуации с родителями или при обсуждении с методистом открытого занятия. Ключевым обоснованием успешности этой фазы является создание в ДОО поддерживающей среды, где ошибка воспринимается не как профессиональная неудача, а как необходимая часть процесса обучения и роста [Корчагина, 2017].

Рефлексивная фаза жизнестойкости (процесс осознания особенностей становления жизнестойкости личности) предполагает осознанное принятие жизненных ситуаций, осознание своей позиции и целенаправленное развитие действий. Это противостоит чувству беспомощности, растерянности, которое может привести к бездеятельности или бессмысленной активности в трудных ситуациях. Рефлексивная фаза следует согласно модели Дональда Шона: рефлексия в действии и рефлексия после действия, документируемые в профессиональном журнале с вопросами: "Что сработало? Что можно улучшить?". Цикличность спирали обеспечивает устойчивый рост, гармонично интегрируя требования федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) ДОО с педагогикой жизнестойкости [Асмолов, 2001].

Применение данной модели позволяет учитывать специфику ДОО: короткие циклы внимания детей требуют мгновенной регуляции, а многоуровневая субординация (заведующий – методист – воспитатель) диктует необходимость вертикальной и горизонтальной коммуникации.

Таким образом, проведенный теоретический анализ позволил выявить потенциальную взаимосвязь между жизнестойкостью и конфликтной компетентностью. Оба конструкта являются ресурсными, направленными на эффективное преодоление профессиональных трудностей. Компоненты жизнестойкости — контроль и принятие риска — могут быть психологической основой для выбора активных и конструктивных стратегий поведения в конфликте, в то время как вовлеченность обеспечивает мотивационную и смысловую основу для разрешения противоречий в интересах ребенка и образовательного процесса в целом. Эмоциональная саморегуляция, являющаяся частью обоих феноменов, выступает связующим звеном, позволяющим сохранять профессиональную позицию в напряженных ситуациях. Рассмотрение жизнестойкости как базового компонента личностного потенциала, позволяет подчеркнуть её связь с субъектной активностью, обеспечивающей зрелые формы саморегуляции и позитивное личностное развитие.

ВЫВОДЫ

1. Жизнестойкость как способность к восстановлению после пережитых трудностей не является статичной чертой личности, а скорее результатом взаимодействия внутренних ресурсов, личностных настроек и жизненного опыта. Особый интерес представляет понимание психологических механизмов жизнестойкости, среди которых можно выделить позитивное мышление, самоэффективность, эмоциональную саморегуляцию, самодетерминацию и эмпатию.

2. Установлена статистически значимая прямая корреляционная связь средней силы ($r=0,54$) между уровнем жизнестойкости и уровнем конфликтной компетентности педагогов ДОО. Данный результат позволяет рассматривать конфликтную компетентность не как узкопрофессиональный навык, а как значимый личностный ресурс жизнестойкости, обеспечивающий устойчивость педагога в условиях непрерывно развивающейся образовательной среды.

3. Выявлен паттерн динамики ресурсов: пик жизнестойкости и конфликтной компетентности приходится на период стажа от 5 до 15 лет (период активной профессионализации). Группы «входа в профессию» (до 5 лет) и, что особенно важно, группы «высшего мастерства» (высшая категория / стаж более 15 лет) демонстрируют статистически более низкие показатели. Это свидетельствует о наличии «кризиса компетентности» на этапе акме, требующего специфического психолого-педагогического сопровождения.

4. Жизнестойкость педагога ДОО в большей степени детерминирована «волевым» и «когнитивным» компонентами конфликтной компетентности. Это опровергает традиционное представление о конфликте в дошкольном образовании как о сугубо эмоциональном процессе. Ключевым фактором успешности в образовательной деятельности является способность педагога к рефлексивному анализу конфликтной ситуации и произвольной регуляции собственного состояния.

5. Психолого-педагогические рекомендации по развитию жизнестойкости в помогающей среде основываются на психологическом портрете (мотивационные, когнитивные, эмоционально-волевые и поведенческие аспекты), а содержание программы – на психологическом стандарте (знания, умения и ресурсы - позитивное мышление, самоэффективность, эмоциональная устойчивость, коммуникативные навыки, самоидентичность) [Кашапов, Пошехонова, Кашапов, 2022]. Необходимый минимум психологической диагностики, психологического инструментария, обозначает эффективные технологии и практики (позитивная психология и педагогика, практики коммуникаций, технология ненасильственного общения, диалога и сотрудничества, информационно-энергетические практики и др.) развития жизнестойкости и психологической безопасности специалиста социологического профиля.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анцупов А.Я. Конфликтология: учебник / А.Я. Анцупов. – М.: Юнити, 2000. – 312 с.
2. Асмолов А.Г. Психология личности: учебное пособие / А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2001. – 456 с.
3. Баженова, Ю.А. Феномен жизнестойкости, основные отечественные и зарубежные концепции / Ю.А. Баженова, Ю.В. Фомина // Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека: сб. материалов Всерос. науч.-прак. конф. (Донецк, 07 декабря, 2023 г.). – Донецк: Изд-во Донецкий государственный университет. - С. 16-21. – URL : [elibrary_61480228_47182900.pdf](https://elibrary61480228_47182900.pdf) (дата обращения: 20.08.2025)
4. Богомаз, С.А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья / С.А. Богомаз // Здоровье нации – основа процветания России: сб. материалов научно-практических конгрессов IV Всероссийского форума. – 2008.

- Т. 2. – С. 24 – 27. – URL : Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья (дата обращения: 20.08.2025)
5. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. — СПб.: Питер, 2009. - 336 с.
6. Воробьева, Л.И. «Духовность» в психологии: философско-методологический анализ / Л.И. Воробьева // Культурно-историческая психология. - 2019. - Том 15, № 3. - С. 32–40. doi:10.17759/chr.2019150304
7. Дружинина, Н.В. Конфликтологическая компетентность учителя: учебное пособие / Н.В. Дружинина. - Ярославль: ТГУ, 2025. – 276 с.
8. Голман, Д. Эмоциональный интеллект: монография / Д. Голман. - Нью-Йорк: Bantam Books, 1995. – 375 с.
9. Кашапов, М.М. Учет в медиации специфики типов реагирования на конфликт / М.М. Кашапов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. - 2012. - № 3. - С. 31-41. – URL : Учёт в медиации специфики типов реагирования на конфликт | Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология (дата обращения: 20.08.2025)
10. Кашапов, М.М. Психология конструктивной конфликтности личности на основе системогенетического подхода / М.М. Кашапов // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: сб. материалов VI Всерос. науч.-прак. конф. (Ярославль, 19-21 ноября 2013г.). – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2013. - С. 38-44. – URL : e library.ru/download/elibrary_26345126_21912972.pdf (дата обращения: 20.08.2025)
11. Кашапов, М.М. Психология конфликта: учебник и практикум. Сер. 58 Бакалавр. Академический курс / М.М. Кашапов. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Изд-во Юрайт, 2016. – 216 с.
12. Кашапов, М.М. Протестный потенциал как средство реализации ментальных ресурсов продуктивной конфликтности личности / М.М. Кашапов // Ментальные ресурсы личности: теоретические и прикладные исследования: сб. материалов третьего международного симпозиума (Москва, 20-21 октября 2016 г.); отв. ред.: М. А. Холодная, Г. В. Ожиганова. – М. : Труды института психологии РАН, 2016. - С. 226-232. – URL : Ментальные ресурсы личности: теоретические и прикладные исследования (дата обращения: 20.08.2025)
13. Кашапов, М.М. Психология конфликтной компетентности : монография / М.М. Кашапов, М.В. Башкин, А.С. Кашапов, О.А. Бахвалова. - Ярославль : Канцлер, 2025. - 220 с.
14. Кашапов, М.М. Эмпатия как ресурс жизнестойкости студентов при адаптации к вузу / М.М. Кашапов, А.А. Смирнов, Е.В. Соловьева, И.В. Серафимович // Сибирский психологический журнал. – 2022. - № 86. - С. 119–139. doi:10.17223/17267080/86/7
15. Кашапов, М.М. Инновационные образовательные технологии / М.М. Кашапов, Ю.В. Пошехонова, А.С. Кашапов. - Ярославль: Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, 2021. – 190 с.
16. Кожевникова, Е.Ю. Личностные ресурсы преодоления ситуации социально-экономической депривации: диссертация кандидата психологических наук по специальности - общая психология, психология личности и история психологии 19.00.01 / Екатерина Юрьевна Кожевникова. - Краснодар, 2006. - 247 с.
17. Корчагина, Г. И. Психологическая безопасность образовательной среды / Г. И. Корчагина // Вопросы психологии. — 2017. — № 2. – С. 47 – 59.
18. Леонтьев, Д.А. Личностный потенциал: оптика психологии / Д.А. Леонтьев // Образовательная политика. - 2023. - №2 (94). - С. 20–31. DOI: 10.22394/2078-838X-2023-2-20-31
19. Маккей, К. Шкала жизнестойкости CD-RISC: методическое пособие / К. Маккей. - Торонто: Author, 2003. – 523 с.
20. Маничев, С.А. Организационный контекст принятия управленческих решений / С.А. Маничев // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. - 2015. - №1. - С. 55–62. – URL : Организационный контекст принятия управленческих решений //Психологическая газета (дата обращения: 20.08.2025)
21. Резниченко, Н.В. Развитие конфликтустойчивости педагога: учебное пособие / Н.В. Резниченко. - Саратов: СГУ, 2016. – 217 с.
22. Селигман, М. Цветение (Flourish): монография / М. Селигман. - Нью-Йорк: Free Press, - 2011. – 289 с.
23. Тарасов, М.М. Психолого-педагогическая характеристика служебно-боевой деятельности военнослужащих внутренних войск / М.М. Тарасов // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. – 2016. – № 14. – С. 257–269.
24. Ширшов, В.Д. Жизнестойкость личности как социальный феномен (опыт философского и психолого-педагогического анализа) / В. Д. Ширшов, Л. И. Забара, Л. Н. Якина // Педагогическое образование в России. - 2019. - № 5. - С. 108-116. DOI 10.26170/ro19-05-16
25. Шмелева, Е.А. Жизнестойкость и психологическая безопасность педагога / Е.А. Шмелева

// Образование и наука. – 2022. - № 24 (11). - – URL : Жизнестойкость и психологическая безопасность педагога в образовательной среде | Шмелева | Образование и наука (дата обращения: 20.08.2025)

26. Luthans F., Avolio B. J., Youseff C. Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge. Oxford, England: Oxford University Press, 2007. viii+246 p., p. 3

27. Maddi S.R. Hardiness training at Illinois Bell Telephone // In Opatz J. (Ed.). Health promotion evaluation. Stephens Point. WI: National Wellness Institute. 1987. – P. 101–115.

28. Maslach, C. Burnout: A social psychological analysis. In The Burnout syndrome ed.J.W.Jones, pp. 30–53, Park Ridge, IL: London House, 1982.

29. Masten A.S., Reed M.-G. Resilience in development // Snyder, Lopez S.J. (eds.). Handbook of positive psychology. Oxford: University Press, 2002. Pp. 77-88.

Получена: 15.02.2026 г.

Принята к публикации: 26.03.2026 г.

A MENTAL MODEL OF THE INTERRELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND CONFLICT COMPETENCE OF A PRESCHOOL TEACHER

© Artyom S. Kashapov, Maria V. Usanina

Artyom S. Kashapov – Candidate of Sciences in Psychology, Demidov Yaroslavl State University
e-mail: yarmirko@mail.ru

Maria V. Usanina – Master's Degree, Demidov Yaroslavl State University
e-mail: Mary.zhalilova@yandex.ru
Address: 150003, 14, Sovetskaya Street, Yaroslavl, Russian Federation

ABSTRACT

Relevance. The relevance of this study stems from dynamic changes in the modern education system, which place increased demands on teaching staff. In today's environment, teachers' effectiveness is largely determined by their ability to constructively resolve conflicts, cope with stressful situations, and apply innovative approaches to educational activities. The aim of this study is to identify the relationship between resilience and conflict competence in preschool teachers at different levels of professional development.

Materials and methods. The following psychodiagnostic methods were used: the Conflict Competence Questionnaire (M.V. Bashkin, V.A. Gorshkova, A.M. Voskresensky); and the Resilience Test (S. Maddi's Method, adapted by D.A. Leontiev and E.I. Rasskazova). The study utilized methods to assess conflict management competence (conflict management strategies, emotional self-regulation, communication skills) and resilience (determination, ability to withstand stressful situations, adaptability). The study was conducted between 2024 and 2025 at preschool educational institutions in the Yaroslavl Region of the Russian Federation.

Results. This empirical study, involving 75 preschool teachers, revealed that teachers with 5–15 years of experience demonstrate higher levels of resilience and conflict management competence compared to their colleagues with more experience. A moderate positive correlation ($r = 0.54$) was found between resilience and conflict management competence, confirming the role of the latter as an important resource for adaptation and overcoming professional stress. A statistically significant correlation was also found between the parameters studied, demonstrating the importance of developing both components to improve the effectiveness of teaching staff in educational institutions. The data obtained can be used in professional development and continuing education programs for teachers at educational institutions to optimize educational processes and create a positive psychological climate within teaching staff.

Conclusions. Analysis of the obtained results highlights the need for targeted support programs, especially for experienced teachers, to maintain their psychological well-being and professional effectiveness.

KEYWORDS: resilience; teacher; conflict resolution; interrelationships; preschool educational institution.

Conflict of interests. The authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

REFERENCES

1. Antsupov A. Ya. Conflictology: a textbook. Moscow: Unity, 2000.
2. Asmolov A. G. Personality Psychology: a study guide. Moscow: Smysl, 2001.
3. Bazhenova Yu. A., Fomina Yu. V. The phenomenon of resilience: key domestic and foreign concepts. In the collection: Personal and situational determinants of human behavior and activity. Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference. Donetsk, 2023. pp. 16-21.
4. Bogomaz S. A. Human resilience as a personal resource for coping with stress and achieving a high level of health / S. A. Bogomaz // Proceedings of the scientific and practical congresses of the IV All-Russian forum "The Health of the Nation – the Basis for Russia's Prosperity". – 2008. – Vol. 2. – Pp. 24–27.
5. Vodopyanova N. E. Psychodiagnostics of Stress. – St. Petersburg: Piter, 2009, 336 p.
6. Vorobyova L. I. "Spirituality" in Psychology: A Philosophical and Methodological Analysis // Cultural-Historical Psychology. 2019. Vol. 15. No. 3. Pp. 32–40. doi:10.17759/chp.2019150304
7. Druzhinina N. V. Conflictological Competence of a Teacher: A Manual. Yaroslavl: TSU, 2025.
8. Golman D. Emotional Intelligence: A Monograph. New York: Bantam Books, 1995.

9. Kashapov M. M. Accounting for the Specifics of Conflict Response Types in Mediation // Bulletin of St. Petersburg University. Series 16. Psychology. Pedagogy. 2012. No. 3. pp. 31-41.
10. Kashapov MM Psychology of Constructive Conflict of the Personality Based on the Systems-Genetic Approach. In the book: Systemogenesis of Educational and Professional Activity. Proceedings of the VI All-Russian Scientific and Practical Conference. 2013. pp. 38-44.
11. Kashapov MM Psychology of Conflict. Textbook and Workshop / Series 58 Bachelor. Academic Course. (2nd ed., corrected and expanded) Moscow, 2016.
12. Kashapov MM Protest Potential as a Means of Realizing the Mental Resources of the Personality's Productive Conflict. In the collection: Mental Resources of the Personality: Theoretical and Applied Research. Proceedings of the Third International Symposium. Editors-in-Chief: M. A. Kholodnaya, G. V. Ozhiganova., 2016. Pp. 226-232.
13. Kashapov M. M., Bashkin M. V., Kashapov A. S., Bakhvalova O. A. Psychology of Conflict Competence: Monograph. Yaroslavl: Kanzler, 2025. 220 p.
14. Kashapov M. M., Smirnov A. A., Solovieva E. V., Serafimovich I. V. Empathy as a Resource of Students' Resilience During Adaptation to University // Siberian Psychological Journal, No. 86, 2022. Pp. 119-139. doi:10.17223/17267080/86/7
15. Kashapov M.M., Poshekhonova Yu.V., Kashapov A.S. Innovative educational technologies. Moscow, 2022.
16. Kozhevnikova E.Yu. Personal resources for overcoming the situation of socio-economic deprivation: dis. candidate of psychological sciences: 19.00.01 Krasnodar, 2006. 247 p.
17. Korchagina G.I. Psychological safety of the educational environment // Questions of psychology. - 2017. - No. 2.
18. Leontiev D.A. Personal potential: optics of psychology // Educational policy. 2023. No. 2 (94). Pp. 20-31. DOI: 10.22394/2078-838X-2023-2-20-31
19. Mackay K. The CD-RISC Hardiness Scale: a manual. Toronto: Author, 2003.
20. Manichev S. A. Organizational context of managerial decision-making // Bulletin of St. Petersburg University. Series 16. Psychology. Pedagogy. 2015. No. 1. pp. 55-62.
21. Reznichenko N. V. Developing teacher conflict tolerance: a manual. Saratov: Saratov State University, 2016.
22. Seligman M. Flourish: monograph. New York: Free Press, 2011.
23. Tarasov, M. M. Psychological and pedagogical characteristics of the service and combat activities of internal troops military personnel // Izv. Herzen State Pedagogical University. – 2016. – No. 14. – P. 257–269.
24. Shirshov V. D., Zabara L. I., Yakina L. N. Personality Resilience as a Social Phenomenon (An Experience of Philosophical, Psychological, and Pedagogical Analysis) // Pedagogical Education in Russia. 2019. No. 5. P. 108–116. DOI 10.26170/po19-05-16
25. Shmeleva E. A. Teacher Resilience and Psychological Safety: Article. Education and Science, No. 24(11), 2022.
26. Luthans F., Avolio B. J., Youseff C. Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge. Oxford, England: Oxford University Press, 2007. viii+246 p., p. 3
27. Maddi S.R. Hardiness training at Illinois Bell Telephone // In Opatz J. (Ed.). Health promotion evaluation. Stephens Point. WI: National Wellness Institute. 1987. – R. 101–115.
28. Maslach, C. Burnout: A social psychological analysis. In The Burnout syndrome ed.J.W.Jones, pp. 30–53, Park Ridge, IL: London House, 1982.
29. Masten A.S., Reed M.-G. Resilience in development // Snyder, Lopez S.J. (eds.). Handbook of positive psychology. Oxford: University Press, 2002. Pp. 77-88.

Received: 15.02.2026

Accepted: 26.03.2026