

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2022.61.63.014

**Особенности выявления психологического здоровья  
воспитателей дошкольных образовательных организаций,  
работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья**

**Ермакова Вера Владимировна**

Старший преподаватель,  
кафедра дошкольного и начального общего образования,  
Институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки  
работников образования Тульской области,  
300041, Российская Федерация, Тула, ул. Ленина, 22;  
e-mail: kinenok230119987@yandex.ru

**Аннотация**

Цель исследования: изучение состояния психического здоровья воспитателей дошкольных образовательных организаций. В обследовании приняли участие 180 педагогов Тульской области. Методики исследования: шкала личностной и ситуативной тревожности Спилбергера-Ханина, методика самооценки психического здоровья, методика диагностики самочувствия, активности и настроения (САН), «Смысло-жизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко. Также нами был использован метод ранговой корреляции Спирмена. Анализ результатов пилотажного исследования: кумулятивное воздействие различных по природе факторов негативно отразилось на состоянии психологического здоровья воспитателей дошкольных образовательных организаций. Это выразилось в достаточно высоком проценте педагогов, имеющих высокий и низкий уровень ситуативной и личной тревожности. У каждого десятого обследуемого наблюдалось неблагоприятное самочувствие, снижение активности, ухудшение настроения. Полученные нами данные является основанием для дальнейшего изучения состояния здоровья воспитателей образовательных организаций, разработки и внедрения здоровьесберегающих образовательных технологий в их профессиональную деятельность. На наш взгляд, необходимо переосмыслить в целом подход к здоровьесбережению. Он должен быть направлен на повышение культуры здоровья педагогов, создание здоровьесберегающих условий осуществления профессиональной деятельности педагогов, включая разработку благоприятного для здоровья режима проведения организованных занятий, отдыха, на разработку программы психолого-педагогического сопровождения здоровьесбережения психолого-педагогическими средствами.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Ермакова В.В. Особенности выявления психологического здоровья воспитателей дошкольных образовательных организаций, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 3А. С. 141-150. DOI: 10.34670/AR.2022.61.63.014

**Ключевые слова**

Психологическое здоровье, воспитатели дошкольных образовательных организаций, дети с ограниченными возможностями здоровья, дошкольники, образование.

**Введение**

В современном изменяющемся российском обществе, характеризующемся нестабильностью социально-экономической жизни, повышаются требования к качеству жизни и к профессиональной деятельности в том числе. В то же время усиливается воздействие стрессогенных факторов, таких как увеличение темпа современной жизни и объема получаемой информации, виртуализация общества, ухудшение экологической обстановки, природные и техногенные катаклизмы. Все эти факторы приводят к значительному увеличению нарушений нервно-психического характера не только у детей, но и у взрослых. А также в связи с введением федеральных государственных образовательных стандартов повышаются требования к профессиональным компетенциям педагога, к их знаниям, умениям, к способности выдерживать и с легкостью выходить из различных стрессогенных ситуаций. Отпечатки нервно-психических переживаний, а также влияние дистресса проявляются в негативном отношении к работе, иногда даже к самим детям, постоянной усталости, рассеянности, снижении результатов профессиональной деятельности, неудовлетворенностью [Дерманова, 2020]. Именно поэтому профессиональный и личностный потенциал и успешность труда педагога стоит рассматривать через его психологическое здоровье. Ухудшение психологического здоровья педагога снижает эффективность обучения и воспитания, повышает конфликтность во взаимоотношениях, как с коллегами, так и с детьми и их родителями, что в свою очередь способствует возникновению и закреплению негативных черт характера и в структуре профессиональных качеств [Ермакова, 2016].

Таким образом, знание закономерностей сохранения и укрепления психологического здоровья в педагогической деятельности, умение управлять собственными негативными эмоциями и состояниями, а также овладение приемами и способами психологической саморегуляции являются важными компонентами успешной профессиональной деятельности любого педагога.

**Основная часть**

Итак, отличительной особенностью современных научных изысканий в области здоровьесбережения является узкодисциплинарный подход, который заключается в том, что в зависимости от научного направления, формулируя альтернативный состоянию болезни прототип, исследователи дифференцируют понятие полноценного здоровья на составляющие ее части: физическое, психическое, психологическое здоровье, с последующим изучением системообразующих связей, обуславливающих его полноценность. При этом целостность, естественность, динамизм, нетривиальность феномена здоровья человека утрачивается. Возникает ощущение его вынесенности за рамки витального потока [Родин, 2015].

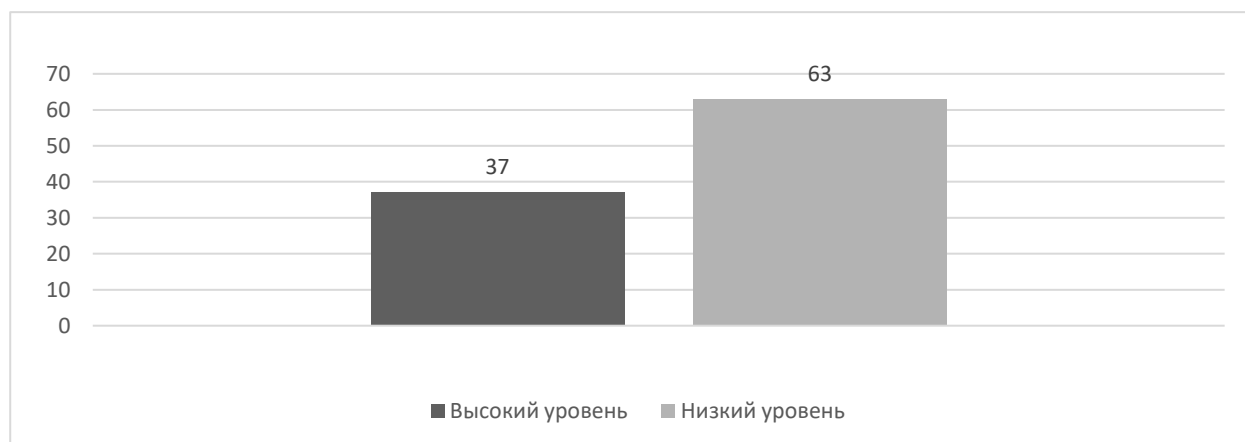
Однако, стоит отметить тот факт, что своевременное психическое развитие благоприятно сказывается на психическом и психологическом здоровье человека [Ананьев, 2018]. Особую озабоченность в последние годы вызывает состояние здоровья педагогов. Современные образовательные организации отличаются интенсификацией учебно-профессиональной

деятельности, которая зачастую сопровождается авторитарным стилем взаимоотношений руководителя и педагогов, несоблюдением санитарно-гигиенических условий труда, режима отдыха, гиподинамией. Не способствует сохранению и укреплению здоровья педагогов также и экономическая нестабильность в стране, социальное неблагополучие отдельных семей, падение нравственного уровня и духовных ориентиров населения [Никифоров, 2017]. В результате, кумулятивное воздействие различных по природе факторов превышает адаптационные возможности педагогов, как следствие, приводит к истощению резервов организма и психики.

В сентябре – октябре 2019 года с целью выявления влияния условий жизнедеятельности на состояние здоровья педагогов образовательных организаций, а также наличия взаимосвязи между показателями физического и психологического здоровья педагогов образовательных организаций нами проведено пилотажное исследование 180 педагогов образовательных организаций, посещающие курсы повышения квалификации на базе ГОУ ДПО ТО «Института повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования Тульской области».

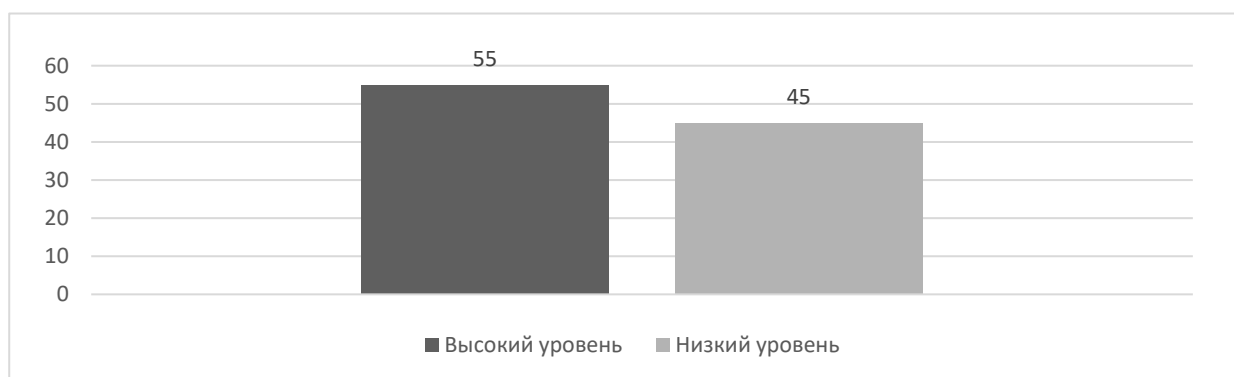
Психологическое здоровье педагогов (воспитателей) образовательных организаций изучалось с использованием следующих диагностических методик: «Шкала Спилбергера-Ханина для определения личностной и ситуативной тревожности», «Методика «Самооценка психического здоровья», «Методика и диагностика самочувствия, активности и настроения», «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко [Ермакова, 2016; Родин, 2015]. Также нами был использован метод ранговой корреляции Спирмена.

Использование шкалы ситуативной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина позволил нам дифференцировано измерить тревожность, как состояние, связанное с текущей ситуацией, так и как личностное свойство воспитателей. Интерпретация показателей педагогов по шкале ситуативной и личностной тревожности выявила высокий уровень ситуативной тревожности у 37% респондентов. Эти педагоги воспринимают необъективно широкий круг безопасных обстоятельств, как содержащих угрозу. Они реагировали на них состояниями повышенной тревожности, не соответствующей величине реальной опасности. Низкий уровень ситуативной тревожности наблюдался соответственно у 63% испытуемых, для которых было характерно депрессивное, пассивное, низкомотивационное состояние (рис. 1).



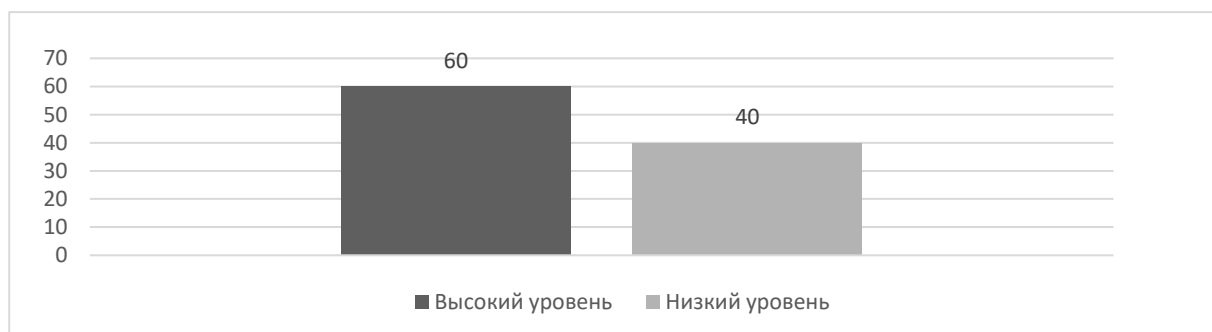
**Рисунок 1 - Оценка ситуативной тревожности воспитателей образовательных организаций, (кол-во педагогов в %)**

При анализе показателей, исследуемых по шкале личной тревожности, мы руководствовались пониманием последней как устойчивой индивидуальной характеристики, отражающей предрасположенность человека воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающих их самооценки, самоуважения. Воспитателей образовательных организаций с высокими показателями личной тревожности оказалось 55%. Они были склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций. Состояние повышенной тревожности данной категории педагогов проявлялось в самых разнообразных ситуациях, особенно связанных с оценкой его компетенции и престижа. Низкий уровень личностной тревожности наблюдался у 45%. Для этих испытуемых было характерно низкая личностная активность, и низкий уровень мотивационных компонентов профессиональной деятельности, заинтересованности, сформированности чувства ответственности в принятии решении тех или иных задач (рис. 2).



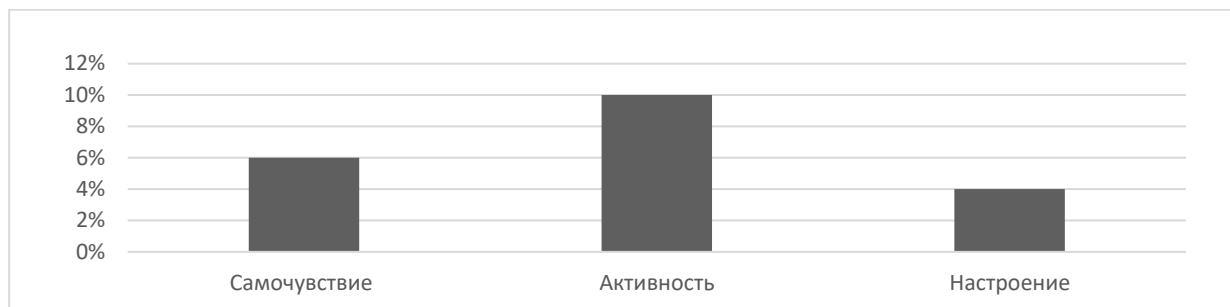
**Рисунок 2 - Оценка личностной тревожности воспитателей образовательных организаций, (кол-во педагогов в %)**

С помощью методики «Самооценка психического здоровья» мы рассчитали интегральный показатель психического здоровья педагогов. Около 60% испытуемых оценили свое психическое здоровье высоко и 40% – как соответствующее среднему уровню. У всех педагогов было выявлено душевное равновесие и состояние общего душевного комфорта (рис. 3).



**Рисунок 3 - Самооценка психического здоровья воспитателей образовательных организаций, (кол-во педагогов в %)**

Экспресс-оценка по методике САН выявила неблагоприятное самочувствие у 55%; активности соответственно у 15%, настроения – 30% респондентов образовательной организации (рис. 4).



**Рисунок 4 - Неблагоприятное психическое состояние педагогов образовательных организаций по методике САН (ко-во педагогов в%)**

По данным методики «Смыслоразностные ориентации» Д.А. Леонтьева общие показатели осмысленности жизни значительно различаются и поэтому данные показатели мы можем разделить на три группы (таблица 1):

I группа – воспитатели ДОО в возрасте 23 – 29 лет, без категории либо с первой квалификационной категорией;

II группа – воспитатели ДОО в возрасте 30 – 40 лет, со второй квалификационной категорией;

III группа – воспитатели ДОО в возрасте от 46 лет и старше, имеющие высшую квалификационную категорию.

**Таблица 1 - Средние результаты по шкалам методики «Смыслоразностные ориентации» Д.А. Леонтьева**

№ п/п	Шкалы/группы	I группа	II группа	III группа
1	Цели в жизни	26,6	29,6	36
2	Процесс жизни	26,3	30,8	38
3	Результативность жизни	22,1	24,6	27
4	Локус-контроля – Я	18,8	21	24
5	Локус контроля – жизнь	26	30	36

По всем шкалам теста у группы воспитателей дошкольных образовательных организаций с высоким уровнем профессионального развития лучшие результаты, что свидетельствует о высокой осмысленности жизни и об отсутствии у них экзистенциального вакуума, который влияет на психологическое здоровье.

**Таблица 2 - Сравнительный анализ показателей методики «Смыслоразностные ориентации»**

№ п/п	Шкалы/группы	I группа	II группа	III группа
1	Цели в жизни	0,99	3,04	4,02
2	Процесс жизни	2,44	3,15	4,8
3	Результативность жизни	1,23	2,8	
4	Локус-контроля – Я	1,23	2,8	
5	Локус контроля – жизнь	1,9	3,09	4,1

Сравнительный анализ показал, что достоверно значимы различия между первой и второй группами по шкале «Процесс жизни»; между второй и третьей группами по шкалам «Цели в жизни», «Процесс жизни», «Локус контроля-жизнь»; между первой и третьей группами по всем

шкалам.

Таким образом, данные этой методики показывают, что смысложизненные ориентации тесно взаимосвязаны с уровнем профессионального развития воспитателей ДОО.

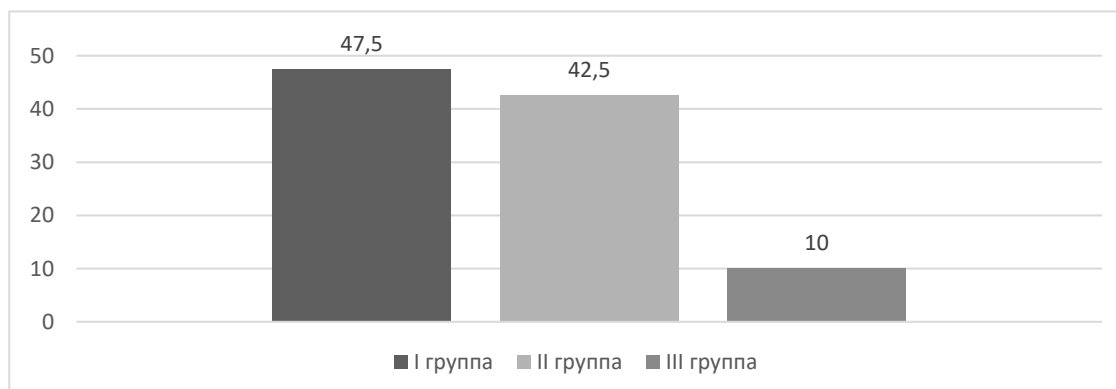
По результатам методики «Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко мы смогли увидеть наличие или отсутствие синдрома эмоционального выгорания. Итак, все испытуемые разделяются по количеству набранных баллов, как в отдельных фазах, так и по общему количеству набранных баллов. Всю выборку можно разделить на три группы, по такому критерию как, сформированность фаз:

1 группа – синдром полностью сформировался хотя бы в одной из фаз (итоговое количество баллов в одной из фаз больше или равно 61);

2 группа – синдром находится в стадии формирования хотя бы в одной из фаз (итоговое количество баллов в одной из фаз находится в промежутке от 37 до 60 баллов);

3 группа – синдром не сформировался (итоговое количество баллов ни в одной из фаз не превышает 36 баллов).

В первую группу вошло 47,5% педагогов, во вторую группу 42,5%, а в третью группу – 10% (рис. 5).



**Рисунок 5 - Результаты по методике «Эмоциональное выгорание» (кол-во педагогов в %)**

Таким образом, мы видим, что самой многочисленной оказалась группа педагогов с синдромом выгорания, сформировавшимся хотя бы в одной из фаз, однако стоит отметить тот факт, что у большинства воспитателей ДОО не сформировался данный синдром.

Таким образом, наиболее высокие показатели имеют педагоги со стажем работы от 10 до 15 лет, то есть, педагоги, вошедшие в данную группу, возрастные границы которой 29-39 лет, оказались наиболее подверженными синдрому эмоционального выгорания. Можно предположить, что это связано с особенностями возраста, а именно с частично совпадающим с этим возрастом кризисом среднего возраста. Примерно в этом возрасте наступает момент, когда человек в первый раз оглядывается назад, оценивает прошлое, он задумывается о том, чего достиг, оценивает свои профессиональные достижения, в виде повышения заработной платы, статуса, должности и т.д. Если этого не происходит, осознанно или нет, человек начинает испытывать эмоциональный дискомфорт, психическое напряжение, неудовлетворенность трудом, переутомление. И, возможно, это может быть одним из факторов формирования синдрома эмоционального выгорания, который приводит к дисбалансу психологического здоровья педагога. Важно отметить, что все испытуемые педагоги – это женщины. Именно этот

факт, указывает на то обстоятельство, что именно у женщин стадии жизненного цикла в большей мере структурированы не хронологическим возрастом, а стадиями семейного цикла – брак, появление детей, оставление выросшими детьми родительской семьи. А возраст 29-39 лет – это тот возрастной этап, когда первый ребенок, уже возможно, подросток, а если есть другие дети, то еще не совсем самостоятельные. Специальные исследования показывают, что на рабочую усталость женщины не так влияют какие-то специфические особенности, связанные с ее профессиональным трудом, как семейное положение и количество детей. Этот факт также может быть одним из возможных факторов возникновения нарушения в психологическом здоровье педагога. Еще одной причиной может быть так называемый «педагогический кризис» – это спад профессиональной деятельности педагога после 10-15 лет работы.

Педагоги со стажем 0-5 лет. Возрастные границы в данной группе 23-29 лет. Возможной причиной нарушения психологического здоровья на данном возрастном этапе может стать несоответствие ожиданий, связанных с профессией и реальной действительностью. Молодым педагогам сами ожидают от себя компетентности, при этом они чувствуют себя неадекватными, когда сталкиваются с ситуациями, к которым не были подготовлены. Это также средний возраст создания семьи, что также сказывается на здоровье педагога.

У педагогов со стажем работы более 20 лет, возрастные границы 40-53 лет, как правило психологическое здоровье надламывается и фазы синдрома эмоционального выгорания также имеют тенденцию к росту, так как этот возрастной период связан с кризисом идентичности личности.

Наиболее устойчивой группой педагогов стала группа педагогов со стажем 15-20 лет, возрастные границы 35-41 год. Для этого возрастного периода характерно освоение родительской дистанции с детьми, появляется возможность больше времени и внимания уделять своей собственной жизни. Это приводит к обновлению переживаний, появляется чувство полноты жизни, причастности ко всем ее проявлениям.

Итак, в ходе пилотажного исследования было изучено психологическое здоровье педагогов дошкольных образовательных организаций. По результатам пилотажного исследования приходим к мысли о том, что существует взаимосвязь сохранения психологического здоровья и наличия синдрома эмоционального выгорания со стажем работы, наиболее высокие показатели имеют педагоги со стажем работы от 10 до 15 лет. Это может быть вызвано такими факторами как кризис середины жизни, нагрузки связанные с наличием семьи и детей, «педагогический кризис», то есть спад профессиональной деятельности после 10-15 лет работы. У педагогов со стажем работы более 20 лет, сохранность психологического здоровья и все фазы синдрома эмоционального выгорания также имеют тенденцию к росту. Этот период может быть связан с кризисом идентичности личности. Наконец, у педагогов со стажем работы до 5 лет, нестабильное психологическое здоровье, риск возникновения эмоционального выгорания высок, возможно связано с несоответствием ожиданий, связанных с профессией с реальной жизнью, а также с возможным кризисом семейной жизни, совпадающим с данным возрастом.

В заключении хотелось сказать, что, рассматривая влияние организационных факторов, наиболее значимыми являются такие факторы как:

- количество детей в группе, при большом количестве детей (более 20 человек), педагогу гораздо сложнее контролировать происходящие процессы;
- взаимоотношения с руководством – конфликты по горизонтали в группе работников гораздо менее психологически опасны, чем конфликты с людьми, занимающими более высокое профессиональное положение.

## Заключение

Полученные нами данные является основанием для дальнейшего изучения состояния здоровья воспитателей образовательных организаций, разработки и внедрения здоровьесберегающих образовательных технологий в их профессиональную деятельность. На наш взгляд, необходимо переосмыслить в целом подход к здоровьесбережению. Он должен быть направлен на повышение культуры здоровья педагогов, создание здоровьесберегающих условий осуществления профессиональной деятельности педагогов, включая разработку благоприятного для здоровья режима проведения организованных занятий, отдыха, на разработку программы психолого-педагогического сопровождения здоровьесбережения психолого-педагогическими средствами.

## Библиография

1. Алексейчева Е.Ю. Гуманизация образования как способ создания гуманного будущего // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 131-135.
2. Алексейчева Е.Ю. Многомерное образование: выбор или предопределенность // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 201-204.
3. Алексейчева Е.Ю. Формирование компетентностей будущего в открытом образовании // Развитие цифровых компетенций и функциональной грамотности школьников: лучшие практики дистанционного образования на русском языке / Материалы Международного педагогического Форума. Под редакцией М.М. Шалашовой, Н.Н. Шевелёвой. 2020. С. 15-25
4. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. СПб.: Речь, 2018. 384 с.
5. Дерманова И.Б. (ред.) Диагностика эмоционально-нравственного развития. СПб.: Речь, 2020. С. 124-126.
6. Ермакова В.В. Психологическое здоровье воспитателей дошкольных образовательных организаций как условие их эффективной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ДО и профессиональных стандартов // Педагогика: традиции и инновации. Челябинск: Два комсомольца, 2016. С. 110-112.
7. Казенина А.А., Алексейчева Е.Ю. Проблема гуманитаризации образования в условиях цифровой образовательной среды // Актуальные вопросы гуманитарных наук: теория, методика, практика. Сборник научных статей VII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. К 25-летию Московского городского педагогического университета. 2020. С. 118-124.
8. Никифоров Г.С. (ред.) Диагностика здоровья. Психологический практикум. СПб.: Питер, 2017. 960 с.
9. Прохоров О.А. (ред.) Практикум по психологии состояний. СПб.: Речь, 2017. С. 121-122.
10. Родин Ю.И. Проблема здоровья человека сквозь призму культуры и образования // Ежемесячный научный журнал Национальной ассоциации ученых. 2015. № 2-8 (7). С. 132-135.

## The state of the psychological health of teachers of preschool educational institutions

**Vera V. Ermakova**

Senior Lecturer,  
Department of Preschool and Primary General Education,  
Institute of Advanced Training of the Tula Region,  
300041, 22, Lenina str., Tula, Russian Federation;  
e-mail: kinenok23011987@yandex.ru



## Abstract

The purpose of the study: to study the state of mental health of educators of preschool educational organizations. 180 teachers of the Tula region took part in the survey. Research methods: Spielberger-Khanin personal and situational anxiety scale, mental health self-assessment method, method of diagnosing well-being, activity and mood (SAN), "Meaningful Orientations" by D.A. Leontiev, "Diagnosis of emotional burnout" by V.V. Boyko. We also used the Spearman rank correlation method. Analysis of the results of the pilot study: the cumulative impact of factors of various nature had a negative impact on the state of psychological health of educators of preschool educational organizations. This was reflected in a fairly high percentage of teachers with high and low levels of situational and personal anxiety. Every tenth subject experienced unfavorable health, reduced activity, worsened mood. The data obtained by us is the basis for further study of the health status of educators of educational organizations, the development and implementation of health-saving educational technologies in their professional activities. In our opinion, it is necessary to rethink the whole approach to health saving. It should be aimed at improving the health culture of teachers, creating health-saving conditions for the implementation of professional activities of teachers, including the development of a health-friendly regime for conducting organized classes, recreation, and developing a program of psychological and pedagogical support for health conservation by psychological and pedagogical means.

## For citation

Ermakova V.V. (2022) Osobennosti vyyavleniya psikhologicheskogo zdorov'ya vospitatelei doshkol'nykh obrazovatel'nykh organizatsii, rabotayushchikh s det'mi s ograniченными возможностями zdorov'ya [The state of the psychological health of teachers of preschool educational institutions]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (3A), pp. 141-150. DOI: 10.34670/AR.2022.61.63.014

## Keywords

Psychological health, educators of preschool educational organizations, children with disabilities, preschoolers, education.

## References

1. Alekseicheva E.Yu. (2021) Gumanizatsiya obrazovaniya kak sposob sozdaniya gumannogo budushchego [Humanization of education as a way to create a humane future]. *Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar* [Methodology of scientific research. Materials of the scientific seminar]. Yaroslavl'. pp. 131-135.
2. Alekseicheva E.Yu. (2020) Formirovanie kompetentnostej budushchego v otkrytom obrazovanii [Formation of future competencies in open education] *Razvitie cifrovyyh kompetencij i funktsional'noj gramotnosti shkol'nikov: luchshie praktiki distantsionnogo obrazovaniya na russkom yazyke / Materialy Mezhdunarodnogo pedagogicheskogo Foruma. Pod redakciej M.M. SHalashovoj, N.N. SHEvelyovoj* [Development of digital competencies and functional literacy of schoolchildren: best practices of distance education in Russian. Materials of the International Pedagogical Forum. Edited by M.M. Shalashova, N.N. Sheveleva ]. pp. 15-25
3. Alekseicheva E.Yu. (2021) Mnogomernoe obrazovanie: vybor ili predopredelennost' [Multidimensional education: choice or predestination] *Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar*. / Ser. «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU». YAroslav' [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Library of the Workshop of organizational activity technologies of MSPU"]. Yaroslavl. pp. 201-204.
4. Anan'ev V.A. (2018) *Osnovy psikhologii zdorov'ya. Kniga 1. Kontseptual'nye osnovy psikhologii zdorov'ya* [Fundamentals of health psychology. Book 1. Conceptual foundations of health psychology]. St. Petersburg: Rech' Publ.
5. Dermanova I.B. (ed.) (2020) *Diagnostika emotsional'no-nravstvennogo razvitiya* [Diagnostics of emotional and moral

- development]. St. Petersburg: Rech' Publ.
6. Ermakova V.V. (2016) Psikhologicheskoe zdorov'e vospitatelei doskol'nykh obrazovatel'nykh organizatsii kak uslovie ikh effektivnoi deyatelnosti v sootvetstvii s trebovaniyami FGOS DO i professional'nykh standartov [Psychological health of educators of preschool educational organizations as a condition for their effective activity in accordance with the requirements of the Federal State Educational Standards for Education and Professional Standards]. In: *Pedagogika: traditsii i innovatsii* [Pedagogy: Traditions and Innovations. Chelyabinsk: Two Komsomol members]. Chelyabinsk: Dva komsomol'tsa Publ.
  7. Kazenina A.A., Alekseicheva E.Yu. (2020) Problema gumanitarizatsii obrazovaniya v usloviyah cifrovoj obrazovatel'noj sredy [The problem of humanitarization of education in a digital educational environment] Aktual'nye voprosy gumanitarnykh nauk: teoriya, metodika, praktika. Sbornik nauchnykh statej VII Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem. K 25-letiyu Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta [Topical issues of the humanities: theory, methodology, practice. Collection of scientific articles of the VII All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation. To the 25th anniversary of the Moscow City Pedagogical University]. pp. 118-124.
  8. Nikiforov G.S. (ed.) (2017) *Diagnostika zdorov'ya. Psikhologicheskii praktikum* [Diagnostics of health. Psychological workshop]. St. Petersburg: Piter Publ.
  9. Prokhorov O.A. (ed.) *Praktikum po psikhologii sostoyanii* [Workshop on the psychology of states]. St. Petersburg: Rech' Publ.
  10. Rodin Yu.I. (2015) Problema zdorov'ya cheloveka skvoz' prizmu kul'tury i obrazovaniya [The problem of human health through the prism of culture and education]. *Ezhemesyachnyi nauchnyi zhurnal Natsional'noi assotsiatsii uchenykh* [Monthly scientific journal of the National Association of Scientists], 2-8 (7), pp. 132-135.