

ЗАСОБИ САМОДІАГНОСТИКИ ПЕДАГОГОМ ДЕЗАДАПТАЦІЙНИХ ТЕНДЕНЦІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Косигіна Олена Володимирівна
*кандидат психологічних наук, доцент
завідувач кафедри педагогіки й андрагогіки
Комунальний заклад «Житомирський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти»
м. Житомир, Україна*

Фамілярська Лариса Леонідівна
*кандидат педагогічних наук
викладач кафедри педагогіки й андрагогіки
Комунальний заклад «Житомирський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти»
м. Житомир, Україна*

Kosyhina Olena
*PhD of Psychological Sciences,
Associate Professor
Head of the Department of Pedagogy and Andragogy
Communal institution «Zhytomyr Regional Institute of Postgraduate Pedagogical
Education»
Zhytomyr Regional Council, Zhytomyr, Ukraine*

Familyarskaya Larissa
*PhD of Pedagogical Sciences,
teacher of the Department of Pedagogy and Andragogy
Communal institution «Zhytomyr Regional Institute of Postgraduate Pedagogical
Education»
Zhytomyr Regional Council, Zhytomyr, Ukraine*

Анотація. Особистість вчителя, як представника професії типу «людина – людина», в результаті тривалого виконання ним трудових функцій неминуче зазнає психологічних змін, які можуть негативно впливати на професійну діяльність в цілому. У зв'язку з цим зумовлюється пошук ефективних способів і технологій, що забезпечують педагогу оптимальні можливості збереження власної особистості і здоров'я.

Abstract. The personality of a teacher, as a representative of a profession of the type "man-man", as a result of the long-term performance of his labor functions, inevitably undergoes psychological changes that may adversely affect professional activity in general. In this connection, the search for effective methods and technologies that provide the teacher with optimal possibilities for preserving their own personality and health is determined.

Ключові слова: професійна деформація, педагог, профілактика, особистість.

Key words: professional deformation, teacher, prevention, personality.

У ситуаціях щоденного професійного спілкування, вступаючи в контакти з суб'єктами трудової діяльності, педагоги регулярно відчують високу психологічну напругу і перебувають в стресових станах. Профілактика та корекція професійної деформації вчителя – один з найважливіших напрямів сучасної педагогічної науки і практики, в рамках якого ведеться розробка оздоровчих методів і засобів протистояння професійному вигоранню.

Професійна деформація тлумачиться як процес латентного формування внутрішніх змін у сталій особистісній структурі та характеру діяльності, що позначається на продуктивності праці, якості міжособистісної взаємодії [1], відчутті психологічного комфорту та безпеки, задоволеності професійним та особистим життям в умовах співпраці всіх суб'єктів освітньої взаємодії. Це впливає на цілісність особистості, знижує її адаптаційні можливості, стресостійкість і в більшості випадків має незворотний характер [3; 4].

На думку Грановської Р.М., професійні деформації виявляються через повторювані, усталені, стереотипні дії. Слід зазначити, що на початку професійної діяльності відпрацювання певних стереотипних дій є корисним, так як вони полегшують перебування особи на етапі первинного адаптаційного періоду в педагогічній професії. Але з часом саме відсутність подальшого розвитку, постійне перебування педагога у «зоні комфорту», стереотипії, що

набувають характер домінування, починають гальмувати його особистісний (і, зокрема, професійний) розвиток. Сприйняття педагогічних ситуацій стає вихолощеним, формується невиправдана упевненість у власній непогрішності, безапеляційне наполягання лише на використанні засвоєних на певному етапі професійної діяльності педагогічних методів, що призводить до звуження обсягу професійного мислення, використання типових поведінкових алгоритмів [2].

Таким чином, ступінь вираженості професійної деформації педагога містить такі взаємозалежні складові: індивідуально-психологічні особливості, стаж роботи вчителя, конкретний зміст педагогічної діяльності [5]. Професійна деформація виявляється, перш за все, в зміні ставлення педагога до своєї роботи, в незадоволеності своєю діяльністю та її результатами.

У такому стані педагог не здатний створювати у учнів позитивну мотивацію до навчання, забезпечувати високий рівень інтересу, уваги, ситуацію успіху та розвивати у дітей здоров'язбережувальну компетентність.

Розвиток професійних деформацій визначається різними чинниками:

- об'єктивними (пов'язаними з соціально-професійним середовищем –соціально-економічною ситуацією в країні, іміджем і характером професії, освітнім середовищем);
- суб'єктивними (зумовленими особистісними особливостями педагога та інших суб'єктів освітньої взаємодії);
- об'єктивно-суб'єктивними (вплив системи; характер та якість управління педагогічним колективом, зміст та форми організації освітнього процесу).

Аналіз досліджень сучасних науковців щодо проблеми формування та розвитку професійних деформацій [1; 3; 4], виявив найбільш поширені типи професійних деструкцій у педагогів, які диференціюємо у такі групи:

Особистісні акцентуації, що розвиваються під впливом педагогічної професії:

1) авторитарність (виявляється в відсутності толерантного ставлення до кожного із оточуючих, централізації освітнього процесу та характеризується зниженням здатності педагога до рефлексії);

2) демонстративність (виявляється в яскравому бажанні подобатися всім оточуючим, прагненні підвищеної прихильності до себе з боку колег, керівництва, учнів, їхніх батьків);

3) дидактизм (виявляється в прагненні педагога транслювати учням, колегам «істини в останній інстанції» замість професійного супроводу розвитку особистості дитини, що зумовлює застрягання педагога на рівні постійного моралізаторства та повчання, інтолерантного спілкування та «чорно-білого» сприйняття дійсності);

4) особистісний догматизм (виявляється в ігноруванні останніх досягнень психолого-педагогічної науки і практики, сучасних освітніх інновацій, можливостей використання інформаційно-комунікаційних технологій, що призводить до завищеної самооцінки і рівня домагань);

5) домінантність (виявляється у бажанні самоствердження за рахунок інших колег, учнів, осіб, нижчих за статусом, що є виявом порушення особистісної самоідентифікації);

6) вербальна та фізична агресія (виявляється у ворожому ставленні до «стабільно гірших» і невстигаючих школярів, у прихильності до «каральних» педагогічних впливів та у прагненні абсолютного підпорядкування більш сильному, більш впливовому тощо);

7) рольовий експансіонізм (виявляється у перевазі обвинувальної та повчальної риторики, безапеляційних суджень, фокусуванні на власних педагогічних проблемах і непорозумінні, нездатності побачити, почути, відчувати та зрозуміти іншого).

Професійна некомпетентність:

- 1) інформаційна ригідність (виявляється в відсутності когнітивної гнучкості, небажанні навчатися новим навичкам, набувати новий досвід);
- 2) педагогічний догматизм (виникає внаслідок частого повторювання одних і тих самих ситуацій, інформації в контексті навчального предмету, неготовність до перманентного розвитку власних професійних компетентностей).

Поведінковий трансфер та професійне відчуження:

- 1) деформована рольова поведінка педагога у формі байдужості, агресивності, емоційної лабільності, категоричності, нетерпимості (така сама, яку він спостерігає з боку «проблемних» учнів);
- 2) психоемоційне вихолощення, виснаження, сплюснення (розвивається після 5-ти, 10-ти років педагогічної діяльності як наслідок емоційної втоми і негативного індивідуального досвіду взаємодії);
- 3) синдром «соціальної бажаності» (наслідок «міфологізації» педагогічної професії, коли очікування щодо педагога «як взірця в усьому», призводить до звички моралізаторства, до особистісної інконгруентності);
- 4) професійна безпорадність (педагог вважає, що ситуація, в якій він опинився, і яка його не влаштовує, залежить від державних інституцій, керівництва, ставлення оточуючих, але абсолютно не залежить від зусиль цю ситуацію змінити, що гальмує його особистісне зростання).

Зазначимо, що усвідомлення педагогом дезадаптаційних тенденцій в професійній діяльності є важливим напрямом превентивної діяльності у післядипломній педагогічній освіті та передбачає пошук способів забезпечення збереження цілісності особистості.

Пропонуємо для отримання педагогом оцінки рівня перевантаження, конкретних практичних рекомендацій щодо здійснення самозмін в професійній

діяльності перейти за посиланням <https://u.to/P0lgFQ> для самодіагностики стану (рис. 1) [6].

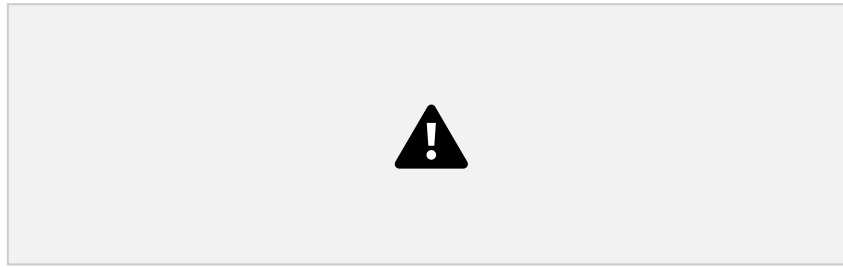


Рис. 1. Результати оцінки стану перевантаження та конкретні рекомендації для самозмін

Також, доцільно використовувати можливості сучасних цифрових технологій, зокрема, додатки тайм-менеджери (органайзери) для продуктивнішого управління власним часом. Серед них – [Google Календар](#) – функціонал якого дозволяє раціонально спланувати розпорядок дня на кожен тиждень, знайти час для особистого життя і зосередитися на виконанні важливої роботи (рис. 2). Календар сповіщає про необхідність здійснення конкретно запланованих дій, за потребою налаштовується повторюваність.

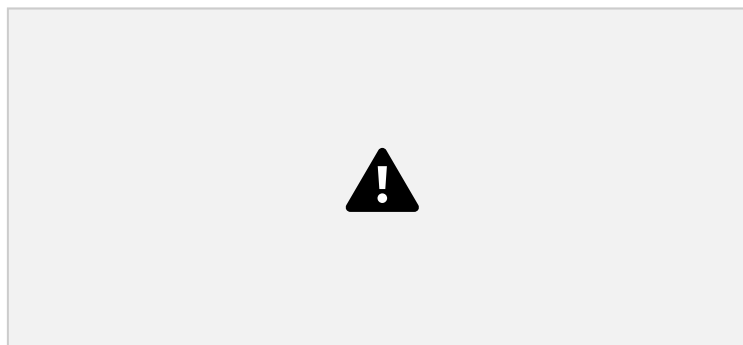


Рис. 2. Інтерфейс програми Google Календар

Водночас, можна створювати нагадування про події чи заходи фахової діяльності, де вказується місце проведення, точний час і є можливість вибрати характер оповіщення (SMS, e-mail). Планування допоможе оптимізувати власне життя для більшої продуктивності і меншого стресу.

Підтримка правильного життєво-професійного балансу є найважливішим фактором професійного та особистого успіху, тому необхідно намагатися максимально раціоналізувати виконання дій при будь-яких обставинах.

Література

1. Витковский А. Когда вдруг заметишь, что тебе все равно... // Первое сентября. – 2000. – №14.
2. Грановська Р.М. Елементи практичної психології. - Л.: ЛДУ. – 1988. – 560 с.
3. Кривцова С. Правила внутреннего сгорания // Педология. – 2000. – №3. – С. 37-41.
4. Мешко Г.М., Мешко О.І. Професійне здоров'я педагога як умова ефективної виховної діяльності // Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. – Випуск 24. – Житомир: ЖДУ, 2005. – С. 94-96.
5. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя. – М.: Флинта: Московский психолого-педагогический институт, 1998. – 204 с.
6. Rob Cross, Scott Taylor, Deb Zehner. Collaboration Without Burnout. Harvard Business Review, JULY–AUGUST, 2018. Режим доступу: <https://hbr.org/2018/07/collaboration-without-burnout>