

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ УЧИТЕЛЯ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Перепелюк Тетяна Дмитрівна,

канд. психол. наук, доцент

Уманський державний педагогічний

університет імені Павла Тичини, м. Умань

Великі навантаження у педагогічній діяльності на емоційну сферу відзначав М.М. Рубінштейн, попереджаючи педагогів-початківців, що суспільство і наука поки що не забезпечують умов для їх необхідної самоосвіти і самовиховання. Тому в емоційному розвитку педагог повинен просуватися сам, щоб вижити і не деградувати як особистість. Можна погодитися з М.М. Рубінштейном щодо того, що лише емоційно зріла особистість у стані впоратися із труднощами, що виникають у професійній діяльності педагога.

У сучасних дослідженнях психологічних утруднень педагогічної діяльності продовжена розробка зазначеної проблеми з урахуванням нових умов розвитку сучасної вищої освіти, а також розглядаються характеристики професійної діяльності педагогів, які раніше не досліджувалися. До них належать: професіональні деформації (А.К. Маркова), труднощі педагогічної діяльності (Н.В. Кузьміна), психологічні помилки творчої діяльності і бар'єри спілкування (В.А. Кан-Калік, А.О. Леонт'єв, Т.Д. Щербан, Т.С. Яценко), психологічні причини дидактичних утруднень (Ю.К. Бабанський, В.А. Семиченко), внутрішньоособистісні протиріччя педагога та його емоційна стійкість (К.М. Левітан Р.П. Мільруд, Л.М. Мітіна, О.П. Саннікова, О.Я. Чебикін), кризи професійного розвитку (Е.Ф. Зеєр, Г.С. Сухобська), емоційні і смислові бар'єри педагога (Г.Ф. Заремба, З.Л. Ноліу), функціональні психічні стани педагога (А.О. Реан), психологічні бар'єри педагогічної та інноваційної педагогічної діяльності (І.О. Зимня, Л.С. Подимова, М.О. Подимов, В.О. Сластьонін), конфлікти у педагогічній діяльності (В.І. Журавльов)[1, с.2].

У дослідженнях відзначається, що найчастіше психологічні труднощі проявляються у період криз професійної діяльності, коли настає важка незадоволеність своєю працею і подальший розвиток неможливий без корінного ламання сформованої діяльності. Змістом труднощів у професійній діяльності вчителя визначається рівень розвитку його професіоналізму. Зміст труднощів також значимо впливає на такі якісні і кількісні показники праці вчителя, як задоволеність, зацікавленість діяльністю, працездатність, ступінь напруженості психічних функцій і процесів, що забезпечують досягнення цілей діяльності.

Цікавий аналіз психологічних бар'єрів у професійній діяльності здійснено О.Г. Палахововим. Дослідник виділяє три види психологічних труднощів:

- ✓ труднощі, викликані зовнішніми причинами (складні педагогічні ситуації та ін.);
- ✓ труднощі, викликані внутрішніми причинами (індивідуальні особливості особистості педагога, мотивація, самооцінка та ін.);
- ✓ психологічні труднощі, обумовлені зовнішніми причинами, похілними від внутрішніх (проявляються у викривленні сприйняття та уявлень про педагогічні ситуації) [102, - С.28].

Практична реалізація програми конструктивної зміни поведінки вчителя, розвиток його бар'єростійкості здійснювалася у формах науково-практичного семінару і тренінгу-семінару. Робота включала як різні види тренінгів, психотехнік, ділових ігор, так і традиційні форми роботи з вчителями – лекції, бесіди, круглі столи, дискусії.

Головна мета науково-практичного семінару – знайомство вчителів із простими, достатньо доступними методами зняття напруження. Мета тренінгу-семінару – формування вмінь управляти своїм психофізичним станом, контролювати свою поведінку. Використовувалися наступні групи методик:

- ✓ вільне малювання з бесідою про малюнок: уявлюване перетворення вчителя у частину малюнку, складання розповіді від імені частини малюнку;
- ✓ гри-релаксації, що допомагають зняти психічне напруження і сприяють придушенню негативних емоцій, гніву, роздратування, підвищеної тривожності та агресії;
- ✓ психотехнічні вправи, що допомагають підвищити професійну майстерність, навчитися швидко знімати стомлення і напруження, відновлювати працездатність, оптимально будувати спілкування з оточуючими;
- ✓ гри-драматизації, у рамках яких розігрувалися маленькі спектаклі на основі змісту виконаного раніше малюнку або спеціально запропонованої казки-метафори, що містила проблему, близьку до проблеми вчителя[3].

Виявлено особливості прояву бар'єростійкості вчителів з різним педагогічним стажем. Найбільш виражена конструктивна здатність регулювати свою поведінку у ситуаціях психологічного бар'єру у вчителів зі стажем роботи 20-30 і понад 30 років. Групи педагогів зі стажем до двох років, з 5-10-річним стажем роботи мають середній ступінь прояву бар'єростійкості. Педагоги з 2-5, 10-15 і 15-20-річним стажем роботи піддаються психологічному бар'єру більшою мірою і мають низький ступінь бар'єростійкості[4].

Отже, бар'єростійкий вчитель – це врівноважена, емоційно стійка, адекватно сприймаюча ситуації психологічного бар'єру особистість, упевнена у собі і достатньо задоволена своєю професійною діяльністю.

Література

1. Городецька Н.Г. Психологічні особливості подолання інноваційних бар'єрів у педагогічній діяльності. Дис. канд. психол. н. 19.00.07. – Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2009. 20 с.
2. Палахов А.Г. Типология психологических трудностей в педагогической деятельности учителя // О путях повышения эффективности труда учителя. М., 1989.
3. Остополець І.Ю. Діагностика і психокорекція професійних фрустрацій вчителя: Дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Східноукраїнський національний ун-т ім. В.Даля. Луганськ, 2003. 229 с.
4. Холодова О.О. Психологічні засоби запобігання та корекції фрустрації у професійній діяльності молодих учителів: Дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2004. 200 с.