

**Коновальчук Інна Миколаївна,**  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
старший викладач кафедри початкової освіти  
та культури фахової мови,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка

## **МАЙСТЕРНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ВЧИТЕЛЕМ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕХНІКИ**

Теоретичні та практичні аспекти педагогічної майстерності вчителя представлені в дослідженнях Л. Загородньої, І. Зязюна, Л. Крамущенка, І. Кривоноса, Н. Пихтіної, С. Тітаренко, А. Федорович та ін. Одним із структурних елементів педагогічної майстерності, що забезпечує її практичну реалізацію, є педагогічна техніка вчителя. Вона включає комплекс засобів і прийомів, володіння якими дають учителю можливість ефективно реалізувати свій професіоналізм у роботі з дітьми та батьками. На думку І. Зязюна, педагогічна техніка являє собою вміння вчителя використовувати власний психофізичний апарат як інструмент педагогічного впливу; це прийоми володіння собою (своїм організмом, настроєм, мовленням, увагою й уявою) і прийоми впливу на інших (вербальними і невербальними засобами) [1, с. 37].

Педагогічна техніка поєднує взаємопов'язані складові: внутрішнє психологічне налаштування вчителя на майбутню діяльність через самовплив на розум, волю, почуття та зовнішнє втілення внутрішнього творчого самопочуття вчителя в його міміці, голосі, мовленні, рухах, пластиці. Як форма організації поведінки вчителя педагогічна техніка базується на двох групах умінь: 1) здатність керувати своїм емоційним станом, мобілізувати творче самопочуття, регулювати зовнішній вигляд, володіти технікою мовлення; 2) уміння взаємодіяти, співпрацювати, впливати на особистість і клас у процесі вирішення педагогічних завдань.

Професія вчителя передбачає значні психічні навантаження, «це праця серця та нервів», тому важливо в педагогічній діяльності уміти досягти оптимального емоційного внутрішнього стану. Учитель має вміти регулювати

власний психофізичний стан і тим самим зберігати працездатність і здоров'я. Важливими якостями, які уможливають здійснення педагогічної діяльності без емоційного напруження є усвідомлення соціальної місії своєї професії, педагогічний оптимізм, упевненість у власній компетентності, відсутність страху перед учнями, довіра до дітей, урівноваженість, цілеспрямованість, витримка, рішучість.

Психологічна стійкість у професійній діяльності є основою педагогічної техніки педагога. В її основі – позитивне ставлення до себе, учнів, праці. Позитивні емоції надихають, надають упевненості, викликають почуття радості, успіху, позитивно впливають на взаємини з учасниками педагогічного процесу. Негативні емоції гальмують активність, дезорганізують поведінку і діяльність, викликають тривогу, страх, невпевненість. Педагогу необхідно постійно працювати над собою, самовдосконалюватися, вірити у свої можливості й отримувати задоволення від праці.

Здатність керувати собою свідчить про сформованість багаторівневої системи саморегуляції особистості. Проблема психологічної саморегуляції у професійній діяльності вчителя розглядається у контексті керування педагогом внутрішнім самопочуттям, психологічним налаштуванням на майбутню діяльність. Саморегуляція – це створення вчителем потрібних або бажаних станів, тобто таких, які забезпечують ефективність його дій [2, с. 28].

Самопочуття педагога також залежить від його комунікативної культури та психолого-педагогічної спрямованості, тому може впливати на взаємини з учнями, їх батьками, колегами по роботі. Володіння технікою саморегуляції допомагає вчителю бути врівноваженим і наполегливим у здійсненні своїх педагогічних задумів, дає змогу ефективно взаємодіяти у конфліктних ситуаціях, забезпечує продуктивність діяльності педагога та підтримує його працездатність протягом тривалого часу.

Ефективними вважаються такі способи психоемоційної саморегуляції: звернення до власного почуття обов'язку й усвідомлення цінностей, мотивів, соціальної значимості професії учителя; метод фізичних дій; аутогенне

тренування – самонавіювання в стані релаксації, загального м'язового розслаблення і психічного спокою; емоційна розрядка й відпочинок у цікавій, захоплюючій діяльності; емоційне налаштування на урок [3, с. 28-35].

Професія педагога в силу своєї специфіки є стресогенною, оскільки передбачає довготривалий емоційно складний процес спілкування з особами різного віку, установок, досвіду, соціального статусу. В результаті емоційного перевантаження, що виникає у педагога у процесі здійснення ним професійної діяльності, може спостерігатися подальше зниження стійкості психічних функцій та працездатності. Стрес, який часто переживають учителі, характеризується надмірними психологічними навантаженнями. До основних професійних стресорів педагогічної діяльності відносяться: надмірно інтенсивне спілкування; високий ступінь відповідальності за дітей; інформаційні перевантаження; екстремальні ситуації, які потребують негайного реагування. Найнебезпечніша стресова реакція у педагогічній діяльності – «синдром професійного вигорання», який характеризується фізичним та емоційним виснаженням, що впливає на працездатність учителя, його здоров'я та психічне самопочуття. Способи, що допомагають уникнути чи вийти зі стресу це – музикотерапія, працетерапія, танцювальна терапія, відеотерапія, розумне заняття спортом, гумор, спілкування з природою, аутогенне тренування.

Таким чином, майстерність використання педагогічної техніки забезпечує здатність учителя оптимізувати свою професійну діяльність, ефективно досягати її результатів, отримувати задоволення від роботи, спілкування з дітьми та іншими учасниками освітнього процесу, можливість зберігати своє здоров'я та емоційне самопочуття.

### **Список використаних джерел**

1. Педагогічна майстерність: Підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамущенко, І. Ф. Кривонос та ін.; За ред. І. А. Зязюна. 3-е вид., допов. і переробл. К. : СПД Богданова А. М., 2008. 376 с.

2. Федорчук В. В. Основи педагогічної майстерності. Кам'янець-Подільський : Зволейко Д., 2008. 140 с.

3. Філатова Л. С. Педагогічна майстерність : навчальний посібник для здобувачів вищої освіти педагогічних університетів за спеціальностями 013 Початкова освіта; 016 Спеціальна освіта. Харків : ХНПУ, 2021. 90 с.

**Корінська Ольга Олегівна,**  
здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,  
спеціальність 231 Соціальна робота,  
ДЗ «Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка»

## **ЗНАЧЕННЯ ІКТ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА**

Процес інформатизації українського суспільства характеризується стрімким розвитком інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) та їх застосуванням в усіх сферах життєдіяльності. Як зазначав Д. Дубов, у нашій країні відбувається «інтенсивна інформатизація більшості сфер людського життя та діяльності, а це є запорукою того, що новітні інформаційні технології невдовзі стануть визначальними чинниками соціально-економічного та інтелектуально-духовного розвитку українського соціуму» [2, с. 5].

Соціальна робота є сьогодні багатогранною професією, форми, методи і технології якої постійно оновлюються. Тож стрімкий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій зумовлює й осучаснення практики роботи соціального працівника. ІКТ значно посилюють процеси соціальної мобільності, на що не здатні традиційні форми та методи забезпечення соціальних гарантій [3, с. 330].

Актуальність проблеми зумовлена тим, що сучасний соціальний працівник повинен глибоко усвідомлювати своє місце та роль у соціальних процесах, що наразі є просто неможливим без застосування новітніх