

Напрямок 2. Спеціальна освіта та інклюзивне навчання: світові тенденції,
українські реалії та перспективи

Стахова Ольга Олександрівна

кандидат психологічних наук, доцент
кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти,

Зубрицька Діана Віталіївна

здобувач магістерського рівня вищої освіти за спеціальністю
016 Спеціальна освіта

*Житомирський державний університет імені Івана Франка
м. Житомир, Україна*

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА-ЛОГОПЕДА

Активні та стрімкі зміни упродовж двох останніх десятиріч у функціонуванні сучасної системи спеціальної освіти в Україні актуалізували потребу нашого суспільства у підготовці висококваліфікованих фахівців, спрямованих перш за все на розвиток дітей із особливими освітніми потребами.

Цілком очевидним є факт, що така непроста взаємодія з вихованцями, їх найближчим оточенням, спілкування з колегами інших спеціальностей (класним керівником, психологами, соціальними працівниками, лікарями тощо) потребує неабиякої віддачі педагога, зокрема логопеда. Саме тому цей фахівець, як і всі представники учительської професії, повинен відрізнитися низкою сформованих професійних компетенцій, які дозволять йому на високому рівні здійснювати професійну діяльність.

Однією із таких професійно важливих якостей фахівця-логопеда є готовність і здатність долати стани напруження, повсякденні стресові ситуації, тобто мати достатньо розвинену професійну стресостійкість.

Належний рівень розвитку окресленої складової психологічного портрету логопеда зумовлений особливостями цієї професії.

Як зауважують А.Є. Бондарчук та Н.Ю. Цибуляк, «...професійну діяльність спеціального педагога можна охарактеризувати як таку, що протікає в умовах постійно мінливого середовища, несподіваних обставин; надзвичайно багатопланову, багатоаспектну, що має інституційний, процесуальний та інструментальний компоненти; насичену великою кількістю різноманітних дій та взаємодією з іншими людьми; що часто реалізується в умовах вираженого дефіциту часу; опосередковану по відношенню до результатів діяльності роботою інших людей; із високою особистісною відповідальністю за життя та здоров'я дітей, неможливістю отримати швидку позитивну динаміку своєї діяльності тощо ...» [4, с. 154]. За словами зазначених науковців, високі соціальні вимоги, а також постійна активізація внутрішніх ресурсів особистості зумовлюють підвищену стресогенність цієї професії.

Думка, співзвучна попередній, відображена й у роботі А.В. Баранчук та О.О. Стахової, які серед причин виникнення професійного стресу педагога

виокремлюють наявність високої відповідальності за якість освітнього процесу, організаційні недоліки й активно мінливі вимоги різних освітніх реформ і нововведень, які вимагають від учителів постійного освоєння нових видів діяльності в максимально стислі терміни [2].

Водночас, як показав проведений нами теоретичний аналіз наукових джерел, педагоги-логопеди після здобуття вищої професійної освіти на практиці зіштовхуються, окрім так званих «традиційних факторів» професійного вигорання (високий ступінь відповідальності за результати діяльності; перевантаження, часте виникнення непередбачених ситуацій; високий темп життя, прискорення темпу багатьох фізичних та психічних функцій; частий дефіцит часу тощо), зі специфічними труднощами, які виникають на початку їх професійної діяльності (страх помилок і невдач; труднощі в сім'ї, викликані професійною діяльністю, як-от великий обсяг часу, що витрачається на підготовку до занять, додаткові заняття у неробочий час; адикція (трудоголізм) до роботи; постійне прагнення до змагання й конкуренції; участь у різноманітних видах громадської діяльності).

Відтак, звертаючись до проявів професійного стресу педагога, зокрема логопеда, варто підкреслити, що їх палітра різноманітна.

Так, до основних із них належить фрустрація, яка виражається в постійному незадоволенні, розчаруванні та роздратуванні вчителя, котрі супроводжуються його невпевненістю в собі, емоційним напруженням, постійним занепокоєнням, заклопотаністю й нервозністю, що є ознакою професійної деформації педагога.

У свою чергу, М.С. Корольчук, працюючи над дослідженням психофізіологічних засад стресостійкості особистості, серед проявів професійного стресу педагога виокремив загальне нездужання, депресію, хронічну втому, втрату сну, які можуть призвести до «емоційного вигорання» особистості фахівця – особливого фізичного, емоційного та розумового виснаження вчителя. Вищеописані прояви не тільки погіршують загальний стан здоров'я педагога і його професіоналізм, а й значною мірою знижують ефективність педагогічної діяльності, виступаючи не найкращим прикладом для наслідування поведінки свого наставника дітьми [1].

Сьогодні існує досить багато способів подолання професійного стресу педагога, до яких належать соціальна підтримка, різноманітні тренінги, психотехнічні ігри та вправи тощо. Проте всі вони зазвичай спрямовані на зняття наслідків стресу. Пріоритетом же має бути формування стресостійкості педагога, особливо майбутнього педагога, зокрема логопеда, під час його навчання у ЗВО, яка забезпечить мінімізацію наслідків емоційного напруження. При цьому, як зазначають науковці, основною психологічною умовою формування стресостійкості майбутнього педагога повинен бути розвиток його позитивного ставлення до себе, до педагогічної діяльності та її учасників. Педагог, що володіє позитивною й адекватною самооцінкою, здатний впоратися з різними стресовими ситуаціями, пов'язаними з професійною діяльністю. У представників педагогічної спільноти, які позитивно сприймають себе, підвищується впевненість у власних силах, проявляється прагнення до активного саморозвитку

та самореалізації, що підвищує ефективність їх професійної діяльності, в той час як учителі з низькою самооцінкою, зіткнувшись із різноманітними проблемами, сприймають навколишній світ через призму своїх переживань і тривог, вдаються до авторитарного стилю, що негативно позначається на ефективності їх педагогічної діяльності [2 с. 265-268].

Таким чином, значення стресостійкості в професійній діяльності педагога-логопеда не можна недооцінювати. Саме тому здатність керувати емоціями та ефективно реагувати на стрес-фактори стає ключовою для підтримання якості взаємодії з дітьми й досягнення позитивних результатів у логопедичній практиці. Стресостійкість дозволяє логопедам здійснювати професійну діяльність на високому рівні, що визначає успішність, результативність і продуктивність педагогічної діяльності та можливість творчої самореалізації їх особистості.

Література

1. Корольчук М.С. Психофізіологічні засади дослідження стресостійкості особистості. URL: http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2011_94/Korol1.pdf (дата звернення: 11.03.2024).
2. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості. К.: Ніка-Центр, 2007. 432 с.
3. Стахова О.О., Баранчук А.В. Стресостійкість як професійно значуща риса особистості майбутнього педагога. URL: <https://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/48-visimnadtsyata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/414-stresostijkist-yak-profesijno-znachushcha-risa-osobistosti-majbutnogo-pedagoga> (дата звернення: 11.03.2024).
4. Цибуляк Н.Ю., Бондарчук А.Є. Структура професійної стресостійкості спеціального педагога. *Теорія і практика сучасної психології*. Запоріжжя, 2019. № 6, Т. 2. С. 154-158.