

ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФЕССИИ И ПУТИ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ

И. Ю. Шитова, ассистент

Перед начинающим педагогом стоит задача практическим овладением всеми сторонами профессиональной деятельности: обучающей, воспитательной, педагогическим общением, способами самореализации своей личности, достижение результатов в обученности и воспитанности школьников. По истечении ряда лет одновременно с накоплением опыта, выработки собственного подхода, индивидуального стиля деятельности, профессиональной позиции у педагога появляется “психическая усталость”, профессиональная дезадаптация и т.п.

Цель данной работы – рассмотреть подходы, описывающие издержки педагогической деятельности, а так же пути и способы их преодоления.

Впервые исследования механизмов и условий возникновения профессиональной дезадаптации учителей были проведены А. С. Шафрановой. В 20-х годах изучалась динамика работоспособности учителей о существовании “латентных факторов” индивидуальности, предрасполагающих или препятствующих развитию психической усталости у работающих учителей. Ею была построена классификация профессий, на основе полученных данных:

1. профессии высшего типа – по признаку “необходимой постоянной работы над предметом и собой”, на основании творческого начала. В этот тип вошли профессии искусств и просвещения, позднее добавились врачи и инженеры.
2. профессии среднего типа – подразумевающие работу только над предметом.
3. профессии низшего типа – после обучения не требуют работы над собой и предметом

К особенностям группы “высших профессий”, автором, были отнесены следующие положения: работа всегда новая, ряд компонентов недоступен вашему наблюдению и учету, а доступные моменты требуют анализа; свойства продукта (личности учащегося) определяются свойствами самого педагога. Отмечается необходимость, путем специальной подготовки, развивать до совершенства психические и физические способности, обуславливающие успешное выполнение профессиональной деятельности так как в противном случае совершается “насилие над психикой” и как результат подавленность, измученность, раздражительность. Переутомление объясняется большим количеством внутренней работы, сложностью комплекса действий. Все выше перечисленное углубляется еще частой напряженностью в виде “специфических эмоций”. (см. Форманюк Т. В. Синдром “эмоционального сгорания” как показатель профессиональной дезадаптации учителя. //Вопросы психологии 1994 № 6.- с. 57-65) выше перечисленное усугубляется еще часто напряженностью в виде “специфических эмоций” (см. Форманюк Т. В.

Синдром "эмоционального сгорания" как показатель профессиональной дезадаптации учителя//Вопросы психологии 1994 №6 С.57-65).

Примерно в этот же период М. М. Рубинштейн выделил в структуре учителя важные качества такие как любовь к детям, оптимизм, а во взаимоотношениях учителей и учащихся придавал особое значение "нерассудочному влиянию" например, умение вживаться в чужую психику, даже перевоплощаться но не растворяться в ней. Учитель часто оказывается перед выбором какого голоса слушаться – разума, вооруженного наукой или нерационального, подсказываемого чутьем, учитывая то, что эмоциональная сфера редко осознается и трудно управляема. Анализируя труд учителя, М. М. Рубинштейн пришел к такому выводу, что только зрелая личность в состоянии справиться с педагогической деятельностью. (см. Рубинштейн М. М. Проблемы учителя.- М., 1923.)

На сложности и трудности педагогической профессии обратил внимание и В. В. Зеньковский. "Педагог все время думает не о себе, а о ребенке. Педагог все время только отдает, но никогда не получает. (см. Зеньковский В. В. Педагогика.– М., 1996. С. 59). Он также отмечал, чтобы педагогу понимать детей он должен "спускаться до их уровня" и потому "педагог невольно идет не вперед, а постоянно спускается до уровня своих питомцев, чтобы понимать их и быть понятным". (там же. С. 68). Характеризуя специфику педагогического труда, автор, определяет, норму профессиональной деятельности учителя – 25 лет, ссылаясь на "необыкновенно тяжелые условия" так как кроме усталости формируется еще и косность, неподвижность, стремление остановиться на шаблоне, самоуверенность.

В настоящее время Ю. Л. Львов выделяет причины спада профессиональной деятельности учителя после 10 – 15 лет работы так называемый "педагогический кризис". Автором, выделяются три основных фактора, способствующие развитию "педагогического кризиса". Во первых, стремление педагога использовать новые достижения науки и невозможность их реализовать в сжатые сроки обучения; отсутствия отдачи от учащихся; несоответствия ожидаемого результата и фактического, Во-вторых, возникновение и развитие излюбленных приемов, шаблонов в работе и осознание того, что нужно менять сложившуюся ситуацию, но как менять – неизвестно, в – третьих, возможность изоляции учителя в педагогическом коллективе, когда его поиски, Инновации не поддерживаются коллегами, что вызывает чувство тревоги, одиночества, неверия в себя. (см. Львов Л. Ю. К вопросу о спаде профессиональной активности учителя и его приливах. //Социально-педагогические проблемы развития профессиональной и общественной активности жителей. /под ред. С. Г. Вершловского.- М., 1988).

На определенных периодах, профессиональной деятельности возможно появление "болезни общения": "истощения", "выгорания", уход от контактов. Так, Л. А. Китаев-Смык рассматривает "болезнь общения" – "выгорание", как следствие душевного переутомления. Оно характеризуется

исчезновением остроты чувств и переживаний; негативным отношением к партнерам по общению; возникновением конфликтов; упадническим настроением, потерей человеком представлений о ценности жизни, когда все становится безразличным.

Явление, называемое учеными "феноменом сгорания", характерно не только для отечественного учительства. Термин "эмоциональное сгорание" введен американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергом (1974) для характеристики психического состояния здоровых людей, находящийся в интенсивном общении с клиентами, пациентами, в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи.

В настоящее время в англоязычной литературе опубликовано свыше 1000 статей по синдрому "эмоционального сгорания" описательного и эпизодического характера.

Первоначально количество профессионалов подверженных "эмоциональному сгоранию" было незначительно: сотрудники медицинских учреждений и различных общественных организаций. Щваб Р. (1982) рассматривает главные профессии риска: учителя, полицейские, политики, юристы, менеджеры. В дальнейшем ведутся работы по исследованию синдрома "эмоционального сгорания", его описанию, Так, С. Маслач (1981) детализирует проявление этого синдрома: чувство эмоционального истощения, изнеможения (человек чувствует невозможность отдаваться работе так, как это было прежде); дегуманизация, деперсонализация (тенденция развивать негативное отношение к клиентам); негативное самовосприятие, в профессиональном плане – недостаток чувства профессионального и мастерства, Махер Е. (1983) обобщает перечень синдрома "эмоционального сгорания": усталость, утомленность, истощение; психосоматическое недомогание; негативное отношение к клиенту и самой работе; скудность репертуара рабочих; действий; злоупотребление табаком, кофе, "алкоголем и т.п.; отсутствие аппетита или наоборот переедание, негативная "Я-концепция"; агрессивные чувства (раздражительность, напряженность, тревожность, беспокойство, взволнованность до перевозбуждения); упадническое настроение и связанные с этим эмоции пессимизм, цинизм, чувство безнадежности, апатия, депрессия, чувство бессмысленности.

Феномен стал общепризнанным, возник вопрос о факторах способствующих или тормозящих его. В исследовании австралийских ученых П. Маркка и Дж. Молли выявлено, что "феномен сгорания" не связан ни с социальными характеристиками, не с биографическими, а определяется психологическими характеристиками. На появление "феномена сгорания" оказывают влияние такие особенности личности как "низкий уровень самоуважения, регрессивный тип совладания, низкий уровень социальной поддержки". (см. Кривцова С., Мухаматулина Е. Воспитание: наука хороших привычек.- М., 1996.- С. 226). Учителя с выраженным "синдромом сгорания" проявляют низкий уровень профессионального роста, неудовлетворенность работой, основными стрессогенными факторами считают проблемы, связанные с учительством.

Таким образом, овладение педагогической профессией связано не только с развитием личности учителя, его способностей, умений, навыков помогающих успешно выполнять работу, но и с негативными последствиями, такими как нарушение самочувствия, конфликтность, усталость, что проявляется во взаимоотношениях с детьми, коллегами, администрацией.

На сегодняшний день используются разнообразные подходы в разрешении обозначенных выше трудностей педагогической деятельности. Рассмотрим некоторые из них.

Наиболее распространенным средством является непрерывное психолого-педагогическое образование педагога, повышение его квалификации. Это связано с тем, что знания, полученные в период обучения в ВУЗе быстро устаревают. В американской литературе фигурирует даже единица измерения устаревания знаний специалиста так называемый “период полураспада компетентности”, заимствованный из ядерной физики. В данном случае означает продолжительность времени после окончания ВУЗа, когда в результате у старения полученных знаний по мере появления новых знаний по мере появления новой информации компетентность специалиста снижается на 50%.

Важным аспектом в профессиональной деятельности педагога является саморегуляция. Необходимость саморегуляции возникает, когда педагог сталкивается с новой, необычной, трудноразрешимой для него проблемой, которая не имеет однозначного решения или предполагает несколько альтернативных вариантов. В ситуации, когда педагог находится в состоянии повышенного эмоционального и физического напряжения, что побуждает его к импульсивным действиям. Или в случае если он находится в ситуации оценивания со стороны детей, коллег, других людей.

Психологические основы саморегуляции включают в себя управление как познавательными процессами, так и личностью: поведением эмоциями и действиями. В настоящее время для саморегуляции психических состояний используется нейролингвистическое программирование.

В русле данного направления Г. Дьяконовым разработан цикл упражнений ориентированных на восстановление ресурсов личности. Зная себя, свои потребности и способы их удовлетворения, человек может более эффективно, рационально распределять свои силы в течении каждого дня, целого учебного года. (см. Регуляция эмоциональных состояний. “Детский психолог”. 1993, вып. 4, с. 67-79).

Аутогенная тренировка используется в таких видах деятельности, которые вызывают у человека повышенную эмоциональную напряженность. Педагогическая работа связана с интенсивным общением как с детьми так и с их родителями, что требует от педагога эмоционально-волевой регуляции. Сам аутотренинг представляет собой систему упражнений для саморегуляции психических и физических состояний. Он основан на сознательном применении человеком различных средств психологического воздействия на собственный организм и нервную

систему с целью их релаксации или активизации. Использование приемов аутотренинга позволяет человеку целенаправленно изменить настроение, самочувствие, что положительно отражается на его работоспособности, здоровье.

Кроме упражнений аутогенной тренировки, для регуляции эмоциональных состояний используются и другие способы. Так, например Г. Н. Сытин в своей книге “Животворящая сила. Помоги себе сам.” (-М, 1991.- 416 с.) предлагает метод словесно – образного эмоционально – волевого управления состоянием человека, который базируется на методах психотерапии и некоторых аспектах нетрадиционной медицины.

Широко используется психокоррекция как совокупность психологических приемов применяемых психологом для оказания психологического воздействия на поведение здорового человека. Психокоррекционная работа проводится с целью улучшения адаптации человека к жизненным ситуациям; для снятия повседневных внешних и внутренних напряжений; для предупреждения и разрешения конфликтов с которыми сталкивается человек. Психокоррекция может осуществляться как индивидуально, так и в группе. Группы людей, создаваемые с психокорректорными целями, могут быть следующих в видов: Т-группы, группы встреч, гештальт группы, группы психодрамы, группы телесной терапии, группы тренинга умений. Каждый тип группы направлен на решение конкретных целей, предполагает взаимодействие по определенным правилам. Применительно к педагогической деятельности, охарактеризуем сферу практического применения каждого вида групп.

Т-группы (группы социально-психологического тренинга). Работа в ней направлена на то, чтобы помочь педагогу лучше узнать самого себя как личность; выработать индивидуальный стиль деятельности, научиться лучше понимать своих коллег и родителей; с которыми приходится вступать в общение по поводу обучения и воспитания детей; обучение правильному поведению в ситуациях межличностного общения.

Группы встреч. Основная цель – осознание и реализация того потенциала личности и интеллектуального развития, который заложен в каждом индивиде. Эффективно использовать такой вид работы для начинающих учителей и воспитателей с целью повышения их уровня самосознания и развития личности. Можно включать старшеклассников и родителей для достижения доверия между взрослыми и детьми.

Гештальт группы. Работа руководителя группы осуществляется не со всеми участниками, а один на один с кем-либо из ее членов, добровольно согласившийся на время стать главным действующим лицом. Остальные члены группы наблюдают за процессом взаимодействия ведущего и клиента. Ключевыми понятиями в такой работе группы являются “осознание” и “сосредоточенность на настоящем”. Опыт работы в таком направлении повышает эффективность индивидуальной педагогической работы с детьми.

Группы психодрамы. Широко используется ролевая игра, а так же элементы импровизации жизненных ситуаций, предназначенные для более полного раскрытия внутреннего мира человека. Педагог прошедший курс психодрамы, с успехом может использовать соответствующие знания для, разнообразных занятий с учащимися на уроках, в повышение их воспитательной отдачи.

В работе групп телесной терапии особое значение придается общению с телом человека, управлению им. Виды телесной терапии являются сильными методами эмоционального высвобождения и эффективных изменений в теле, чувствах личности. Это важно для исследования того, как потребности, желания чувства кодируются разрешению конфликтов в это области.

Основная цель группы тренинга умений – выработка нужных внешних форм поведения. Полезно использовать при выработке профессиональных коммуникативных умений будущих педагогов.

Таким образом, мы рассмотрели “обратную сторону” профессиональной деятельности педагога, связанную с “искажением, его личности и как следствие деформацией личности учащегося.

Профессиональный педагог – единственный человек, который большую часть своего времени отводит на обучение и воспитание детей, нового поколения. Это требует от общества создания таких условий, при которых учитель, выполнял бы качественно профессиональные задачи, осуществлял самосовершенствование своей личности и педагогической деятельности в целом, на основе методов, разработанных в теории и практики психолого-педагогических дисциплин.