Управління освіти і науки

Чернігівської обласної державної адміністрації

Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

імені К.Д. Ушинського

Обласний центр практичної психології і соціальної роботи

**Попередження професійної деформації педагогічних працівників**

Методичні рекомендації



Чернігів – 2014

**Автор:**

***Забаровська С.М.,*** методист обласного центру практичної психології і соціальної роботи Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К.Д.Ушинського

**Рецензенти:**

***Шлімакова І.І.***, к. психол. н., доцент кафедри екологічної психології та психічного здоров’я Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка

***Чепурна Г.Л.****,* к. психол. н., завідувач кафедри психології Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К.Д.Ушинського

**Відповідальний за випуск:**

***Довбня В.М.,*** в.о. ректора Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К.Д.Ушинського, доктор філософських наук

У методичних рекомендаціях розглянуто поняття професійної деформації, методичні засади здійснення психологічної діагностики, профілактики і корекції деформації особистості вчителя, представлена авторська програма профілактичного тренінгу «Профес-і-Я».

Методичні рекомендації можуть бути корисними методистам з психологічної служби, практичним психологам навчальних закладів.

*Рекомендовано до друку вченою радою*

 *Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К.Д.Ушинського*

*(протокол №4 від 24.09.2014 року)*

**Зміст**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Вступ…………………………………………………………….. | 4 |
| 1 | Професійна деформація педагогічних працівників: сутність, чинники та характеристики…………………………………….. | 5 |
| 2 | Діагностика професійної деформації у педагогів…………….. | 11 |
| 3 | Робота практичного психолога з попередження та корекції професійної деформації у педагогічних працівників ………... | 13 |
| 4 | Програма тренінгу з попередження професійної деформації педагогічних працівників «Профес-і-Я» ……………………… | 15 |
|  | Література……………………………………………………….. | 23 |
|  | Додаток *«Методика «Профессиональная деформация педагогов»*……………………………………………………….. | 25 |

**ВСТУП**

*Нема лихішої долі, ніж учительська,*

*Нема виснажливішої роботи, ніж учительська,*

*Де нерви паляться, мов хмиз сухий,*

*Де серце рветься в клекоті і чаді,*

*Але нема щасливішої долі,*

*Коли Людина з твоїх рук, Учителю,*

*Іде у світ: на краплю світ людніє.*

*Іван Драч*

Професія вчителя є, з однієї сторони, напевно, найбільш гідною, а з іншої – не позбавлена ризиків для здоров’я фахівця. І в першу чергу, для його психологічного здоров’я. Крім набуття професійних навичок, які доходять до автоматизму, професійно важливих якостей, що підвищують ефективність роботи, виконання професійної діяльності може деструктивно позначатися на особистості вчителя і його особистому житті.

Практичним психологам навчальних закладів відомі випадки, коли вчителі, які мають значний стаж роботи, високу кваліфікацію, звання і нагороди, проявляють інтолерантність у стосунках з учнями або їх батьками, конфліктують з колегами, застосовують директивний стиль викладання предмету, нетерпимі до інновацій. Такі поведінкові прояви можуть свідчити про професійну деформацію особистості.

Наслідки професійної деформації вчителя мають місце не лише у професійній сфері, але і в особистій. У особистих стосунках вчитель продовжує моралізувати, повчати, нав’язувати свої життєві принципи і цінності, оцінювати інших. Процес формування професійної деформації є неусвідомлюваним для самого фахівця. Зазвичай, коли її прояви вже об’єктивно спостерігаються, у особистості відсутнє критичне ставлення до своєї поведінки і набутих якостей. Хоча професійна деформація є психологічним явищем, але вона важко піддається психологічній корекції. Тому важливо з профілактичною метою ознайомлювати педагогічних працівників з психологічним феноменом впливу професії на особистість, ознаками професійної деформації вчителя, формувати навички самоаналізу, підтримувати прагнення до саморозвитку.

У даних методичних рекомендаціях розглянуто поняття професійної деформації, методичні засади здійснення психологічної діагностики, профілактики і корекції деформації вчителя, представлена авторська програма профілактичного тренінгу «Профес-і-Я».

1. **Професійна деформація педагогічних працівників: сутність, чинники та характеристики**

Виконання певної професійної ролі, яка є визначальною для особистості та виконується нею тривалий час, здійснює значний влив на її ціннісні орієнтації, мотиви діяльності, ставлення до інших людей тощо.

А.Л.Свенціцький вказує: «...професійні стереотипи дій, відносин, стають настільки характерними для людини, що вона не у змозі в інших соціальних ролях вийти за межі стереотипу, що склався, змінити свою поведінку відповідно до нових умов» [17, с.91].

У широкому розумінні професійну деформацію можна розуміти як відбиток, який професійна діяльність накладає на людину.

Досить детально поняття професійної деформації розглядали у своїх працях С.П.Безсонов, Е.Ф.Зеєр, А.К.Маркова, О.Б.Полякова.

Змістовна інтерпретація феномену професійної деформації найчастіше проводиться у площині окремих негативних відхилень у структурі особистості, що стосуються таких властивостей, як пізнавальні процеси, спрямованість, досвід, воля, характер тощо.

О.Б.Полякова [12] під професійними деформаціями особистості пропонує розуміти деструктивні зміни особистості в процесі виконання діяльності; зміни усталеної структури діяльності та особистості, що негативно позначаються на продуктивності праці й взаємодії з іншими учасниками цього процесу; деструкції, що виникають при багаторічному виконанні однієї й тієї ж професійної діяльності, які негативно впливають на її продуктивність, породжують професійно небажані якості, що змінюють професійну поведінку людини; зміна психічної структури, якостей особистості під впливом виконання професійних обов’язків.

Сутність професійної деформації, за думкою С. П. Безносова [2], полягає у тому, що «...під впливом виконання професійної ролі у людини змінюються ті чи інші властивості особистості, утворюється професійний тип особистості, який проявляється і поза професійною сферою».

Е.Ф.Зеєр [4] розглядає 4 рівні прояву професійних деформацій:

1) загальнопрофесійні деформації (прослідковуються у більшості працівників зі стажем; ступінь вираженості деформацій різна; деформації роблять працівників впізнаваними, схожими);

2) спеціальні професійні деформації (виникають при спеціалізації; кожна спеціальність в рамках будь-якої професії має свій якісний і кількісний склад деформацій);

3) професійно-типологічні деформації обумовлені накладанням індивідуально-психологічних особливостей особистості (темпераменту, здібностей, характеру) на психологічну структуру діяльності. В результаті чого складаються професійно й особистісно обумовлені комплекси:

- деформації професійної спрямованості особистості: викривлення мотивації діяльності («зсув мотиву на ціль»); перебудова ціннісних орієнтацій; песимізм; скептичне ставлення до новачків і нововведень;

- деформації, які розвиваються на основі організаторських, комунікативних, інтелектуальних та інших здібностей: комплекс переваги; гіпертрофований рівень домагань; завищена самооцінка; психологічна герметизація; нарцисизм;

- деформації, обумовлені рисами характеру: рольова експансія, властолюбство; «посадова інтервенція»; домінантність; індиферентність;

4) індивідуалізовані деформації обумовлені особливостями працівників різних професій; надмірний розвиток окремих професійно важливих і професійно небажаних якостей (в результаті багаторічної професійної діяльності, психологічного зрощення особистості й професії) приводить до виникнення зверхякостей чи акцентуацій: надвідповідальність; суперчесність; гіперактивність; трудовий фанатизм; професійний ентузіазм.

Г.С.Абрамова та Ю.А.Юдчиц [1] виокремлюють 6 соціальних факторів, які впливають на виникнення професійних деформацій:

1) невизнання істинних заслуг спеціаліста, професіонала;

2) невідповідність морально-етичних вимог до професії реальній ситуації на робочому місці;

3) обмеження активності професіонала у оволодінні новими знаннями, перешкоджання до впровадження нових технологій і прогресивних методів (коли «ініціатива карна»);

4) обмеження його права на свободу вибору (стилю життя, напряму наукового дослідження);

5) приниження соціального статусу професії (у тому числі і в матеріальному плані), її значимості;

6) сімейно-побутові проблеми.

Психологічними детермінантами деформацій особистості називають (Е.Ф.Зеєр [4]):

1. мотиви вибору професії: усвідомлювані мотиви (соціальна значимість, імідж, творчий характер, матеріальні блага); неусвідомлювані мотиви (прагнення до влади, домінування, самоствердження);
2. пусковим механізмом деформації стають деструкції очікувань на стадії входження у професійне життя (професійна реальність відрізняється від уявлень випускника; невдачі, негативні емоції, розчарування ініціюють розвиток професійної дезадаптації особистості);
3. в процесі виконання професійної діяльності спеціаліст повторює одні й ті ж дії та операції. В типових умовах праці стає невідворотним утворення стереотипів здійснення професійних функцій, дій, операцій. Вони спрощують виконання професійної діяльності, підвищують її визначеність, полегшують стосунки з колегами. Стереотипи надають професійному життю стабільність, сприяють формуванню досвіду й індивідуального стилю діяльності. Стереотипи – невідворотній атрибут профілізації спеціаліста; утворення автоматизованих професійних умінь і навичок, становлення професійної поведінки неможливі без накопичення безсвідомого досвіду і настановлень. Настає момент, коли професійне безсвідоме перетворюється в стереотипи мислення, поведінки і діяльності. Стереотипізація є однією з переваг психіки, але разом з тим вносить значне викривлення у відображення професійної реальності і породжує різного роду психологічні бар’єри;
4. різні форми психологічного захисту. Багато видів професійної діяльності характеризуються значною невизначеністю, що викликає психічну напругу, часто супроводжується негативними емоціями, деструкціями очікувань. У цих випадках вступають в дію захисні механізми психіки. На утворення деструкцій впливають такі форми психологічного захисту, як заперечення, раціоналізація, витіснення, проекція, відчуження;
5. розвитку професійних деформацій сприяє емоційна напруженість професійної праці. Часті негативні емоційні стани зі збільшенням стажу праці знижують фрустраційну толерантність спеціаліста. Емоційна насиченість професійної діяльності приводить до підвищення дратівливості, перезбудження, тривожності, нервових зривів;
6. в дослідженнях Н.В.Кузьміної на прикладі педагогічної професії встановлено, що на стадії професіоналізації по мірі становлення індивідуального стилю діяльності знижується рівень професійної активності особистості, виникають умови для стагнації професійного розвитку. Розвиток професійної стагнації залежить від змісту і характеру праці. Монотонна, одноманітна, жорстко структурована праця сприяє професійній стагнації. Стагнація, в свою чергу, ініціює утворення різних деформацій;
7. на розвиток деформацій спеціаліста значний вплив має зниження рівня його інтелекту. Дослідження загального інтелекту дорослих вказує, що зі збільшенням стажу роботи він знижується. Тут мають місце вікові зміни, але головна причина полягає в особливостях нормативної професійної діяльності. Незатребувані інтелектуальні здібності поступово згасають;
8. деформації обумовлені також тим, що у кожної людини є межа розвитку освіченості і професіоналізму. Вона залежить від соціально-професійних установок, індивідуально-психологічних особливостей, емоційно-вольових характеристик. Причинами утворення межі розвитку можуть стати психологічне насичення професійною діяльністю, незадоволеність іміджем професії, низькою зарплатою, відсутністю моральних стимулів;
9. факторами, що зумовлюють розвиток професійних деформацій, є різні акцентуації характеру особистості. В процесі багаторічного виконання однієї і тієї ж діяльності акцентуації професіоналізуються, вплітаються в тканину індивідуального стилю діяльності і трансформуються в професійні деформації спеціаліста. У кожного акцентуйованого спеціаліста свій ансамбль деформацій, і вони чітко проявляються в діяльності і професійній поведінці. Тобто, професійні акцентуації – це надмірне посилення деяких рис характеру, а також окремих професійно обумовлених властивостей і якостей особистості;
10. фактором, що зумовлює утворення деформацій, є вікові зміни, пов’язані зі старінням. Спеціалісти в галузі геронтопсихології відмічають наступні види і ознаки психологічного старіння людини:
* соціально-психологічне старіння, яке виявляється в послабленні інтелектуальних процесів, перебудові мотивації, зміні емоційної сфери, виникненні дезадаптивних форм поведінки, зростанні потреби в схваленні тощо;
* морально-етичне старіння, яке проявляється в нав’язливому моралізуванні, скептичному ставленні до молодіжної субкультури, протиставленні теперішнього минулому, перебільшенні заслуг свого покоління тощо;
* професійне старіння, яке характеризується несприйнятливістю до нововведень, канонізацією індивідуального досвіду і досвіду свого покоління, труднощами опанування нових засобів праці і виробничих технологій, зниженням темпу виконання професійних функцій тощо.

Спираючись на висновки, зроблені Е.Ф.Зеєром, виокремлюють наступні характеристики професійної деформації педагогів:

1. **Авторитарність** педагога проявляється в централізації всього навчально-виховного процесу, одноособовому здійсненні керівних функцій, використання переважно розпоряджень, рекомендацій, вказівок. Авторитарність виявляється в зниженні рефлексії – самоаналізу і самоконтролю педагога.
2. **Демонстративність** – це якість особистості, що проявляється в емоційно забарвленій поведінці, бажанні подобатися, прагненні бути на виду, проявити себе. Коли дана якість починає визначати стиль поведінки, то знижує якість педагогічної діяльності, стаючи засобом самоствердження.
3. **Дидактичність** – це прояв педагогічних надмірностей пояснювально-ілюстративних методів навчання. Вона проявляється у прагненні вчителя все пояснити самому, а у виховній роботі – у повчаннях.
4. **Педагогічний догматизм** виникає внаслідок частого повтору одних і тих ситуацій, типових професійно-педагогічних завдань. У педагога формується схильність до спрощення проблем, застосування вже відомих прийомів без врахування всієї складності педагогічної ситуації. Проявляється в ігноруванні психолого-педагогічних теорій, зневажливому ставленні до науки, інновацій, в самовпевненості і завищеній самооцінці.
5. **Домінантність** обумовлена виконанням педагогом владних функцій. Педагогу надані значні права: вимагати, карати, оцінювати, контролювати. Притаманна більшості педагогів зі стажем роботи більше 10 років.
6. **Педагогічна індиферентність** характеризується емоційною сухістю, ігноруванням індивідуальних особливостей учнів. Розвивається з роками як наслідок емоційної втоми і негативного досвіду взаємодії з учнями (авторитарна центрація).
7. **Консерватизм**. Розвитку консерватизму сприяє та обставина, що педагог регулярно репродукує один і той же матеріал, застосовує певні форми і методи навчання і виховання. Стереотипні прийоми педагогічного впливу поступово перетворюються в штампи, економлять інтелектуальні сили педагога, не викликають додаткових емоційних переживань, виникає супротив щодо інновацій.
8. **Педагогічна агресія** проявляється у ворожому ставленні до неуспішних учнів, в схильності до «караючих» педагогічних впливів, у вимогах безумовного підкорення педагогу.
9. **Рольовий експансіонізм** проявляється в тотальній зануреності в професію, фіксації на власних педагогічних проблемах і труднощах, в нездатності і небажанні зрозуміти іншу людину, в переважанні звинувачувальних і повчальних висловлювань, безапеляційних судженнях.
10. **Соціальне лицемірство** педагога обумовлене необхідністю виправдовувати високі моральні очікування учнів і дорослих, пропагувати моральні принципи і норми поведінки. Соціальна бажаність з роками перетворюється у звичку моралізаторства, нещирість почуттів і стосунків.
11. **Поведінковий трансфер** характеризує формування рис рольової поведінки і якостей, що притаманні вихованцям й учням. Ненормативна поведінка учнів (агресивність, ворожість, емоційна нестійкість) переноситься на професійну поведінку педагога.
12. **Інформаційна пасивність** педагога проявляється у небажанні удосконалення навичок роботи з інформацією і підвищенні власної інформаційної компетентності, припиненні професійної самоосвіти після накопичення певної кількості інформації і методичної бази для викладання свого предмету.
13. **Навчена безпомічність** формується тоді, коли суб’єкт переконується, що ситуація, в якій він опинився і яка його не влаштовує, зовсім не залежить від його поведінки, від його зусиль [3, с.23].

Отже, під професійною деформацією розуміють деструкції особистості, які виникають у процесі виконання професійної діяльності, негативно впливають на продуктивність цієї діяльності та на психологічну структуру особистості в цілому.

Часто професійні деформації ототожнюють з поняттям професійного вигорання. Але на відміну від професійного вигорання, коли «Я-людське» проникає в «Я-професійне», феномен професійної деформації визначається як проникнення «Я-професійного» в «Я-людське», тобто мається на увазі, що при професійній деформації вплив професійних рамок і установок не обмежується виключно професійною сферою. Можна говорити, що після виходу людини з професійної ситуації не відбувається її природнього «виправлення», тому навіть в особистому житті людина продовжує нести на собі «деформуючий відбиток» своєї професії.

Ступінь прояву деформації визначається стажем роботи, змістом педагогічної діяльності та індивідуально-психологічними особливостями особистості педагога.

1. **Діагностика професійної деформації у педагогів**

Діагностику професійної деформації вчителів можна здійснювати за допомогою наступних методів: спостереження, природного експерименту, експертного оцінювання, опитування.

Спостереження психологом здійснюється на уроках та в позаурочний час. Увага приділяється наступним аспектам: особливостям спілкування і взаємодії вчителя з учнями, колегами, батьками, стилем викладання предмету, переважаючому самопочуттю, самовідношенню, стереотипам мовлення і мислення, провідним установкам, цінностям особистості, особистісним смислам, що знаходять своє виявляння у діяльності й спілкуванні.

Природний експеримент проводиться у звичайних для досліджуваного життєвих умовах з мінімальним втручанням у них психолога. Різновидом є виробничий експеримент, коли в ході професійної діяльності досліджуваного дослідник вводить незалежну змінну, спостерігаючи і фіксуючи поводження залежної змінної. Наприклад, у якості незалежної змінної може бути психологічна гра, в якій беруть участь вчитель і учні, виробниче завдання тощо. Умовами проведення природного експерименту є непоінформованість досліджуваного про участь в експерименті та звичні для нього трудові дії.

Експертне оцінювання якостей, властивостей, рис, особливостей поведінки і діяльності вчителя можуть здійснювати його колеги. З метою застосування цього методу психологом готується анкета, питання усного інтерв'ю або застосовується метод семантичного диференціалу.

Найбільшої популярності у роботі практичного психолога набули особистісні опитувальники, коли досліджуваний висловлює власну точку зору або характеризує себе.

У психології розроблена методика «Профессиональная деформация педагогов», що дозволяє визначити рівень сформованості професійної деформації особистості вчителя (додаток).

З метою діагностування вираженості професійної деформації у педагога можуть бути застосовані методики, що визначають рівень агресивності, конфліктності, тривожності, самооцінки, емпатії, толерантності, стиль викладання, типи реагування у конфлікті, локус контролю, відчуття стресу, втоми, смислові установки, задоволеність професією і роботою, переважаючі психічні стани тощо. Висновок повинен робитися на основі результатів за декількома методиками.

З метою встановлення рівня вираженості негативних психічних станів у педагогічних працівників професійно-технічних навчальних закладів області в 2013 році було проведене психологічне дослідження. В ньому взяли участь 34 особи.

Для діагностування переживання негативних психічних станів застосовувався опитувальник Г.Айзенка.

Отримані результати за методикою свідчать, що для половини досліджуваних (50%) характерний низький рівень тривожності, 47% мають середній рівень і лише 1 особа (3%) виявила високий її рівень. Це свідчить про те, що значна частина педагогів схильна відчувати певний неспокій, хвилювання в різних ситуаціях особистого та професійного життя.

38% опитаних мають високу самооцінку, стійкі до невдач, не бояться труднощів, здатні конструктивно долати перешкоди. Для 56% досліджуваних притаманна фрустрація, а для 6% – високий її рівень, що супроводжується різними негативними емоційними переживаннями, уникненням труднощів, невмінням долати перешкоди.

Схильні до проявів агресії, нестримні, мають труднощі у стосунках з людьми 6% досліджуваних, 62% – проявляють середній рівень агресивності. Спокійними і витриманими виявилися 32% опитуваних.

У 65% педагогів виявлена помірна ригідність, що проявляється в можливих труднощах перебудови раніше вироблених стереотипів поведінки і діяльності, у їх невисокій здатності змінювати звичну діяльність відповідно до зміни обставин, зниженні адаптаційних можливостей. Для значної частини (32%) опитуваних ригідність не характерна.

Узагальнені результати дослідження за методикою Г.Айзенка представлені у табл. 1.

Таблиця 1

Узагальнені результати дослідження

переживання негативних психічних станів у педагогічних працівників

|  |  |
| --- | --- |
| Рівень  | Шкали опитувальника Г.Айзенка |
| Тривожність | Фрустрація | Агресивність | Ригідність |
| Низький | 50% | 38% | 32% | 32% |
| Середній | 47% | 56% | 62% | 65% |
| Високий | 3% | 6% | 6% | 3% |

Отже, значна частина педагогічних працівників переживають помірно виражені фрустрацію, агресивність, ригідність та тривожність. Отримані результати потребують уточнення і подальшої профілактичної роботи щодо попередження ускладнення психологічного стану педагогів.

**3. Робота практичного психолога з попередження та корекції професійної деформації у педагогічних працівників**

Педагогічні працівники, що зазнали професійної деформації, потребують тривалої корекційно-реабілітаційної допомоги. Проте, поряд з об’єктивною потребою в ній, у них, здебільшого, відсутнє критичне ставлення до своїх установок, якостей, поведінки. Не завжди педагогічні працівники готові звернутися до психолога чи брати участь у груповій роботі. Реакцією на пропозицію взяти участь у корекційній роботі може бути заперечення проблеми й опір. Опір пропрацюванню труднощів може мати як активний, так і пасивний характер: від пасивного відмовчування, заперечення проблеми в себе особисто, пропусків занять, «забування» про заняття, підбурювання інших відмовитися від участі, обезцінювання значення й ефективності до прямої агресії, бурхливого емоційного реагування. Тому практичному психологу варто проявляти значну терпимість, коректність, тактовність і конфіденційність.

Психолог може запропонувати індивідуальні консультації, в ході яких аналізується емоційний стан вчителя, особливості його спілкування і з учнями, їх батьками і колегами. За результатами консультацій може бути узгоджена індивідуальна психологічна корекція симптомів психологічної деформації. За потреби, психолог може вчителю запропонувати фахівця суміжної галузі – психотерапевта, або терапевтичну групу з даної проблеми.

Загальними стратегіями психокорекції професійної деформації вчителя можна вважати:

* розвиток самосвідомості, усвідомлення власної «Я-концепції» та місця в ній «Я»-професійного;
* переоцінка власної особистості та життєвих цінностей;
* формування бажаних якостей і рис;
* усвідомлення життєвих установок, зміна на більш конструктивні;
* позбавлення від професійних стереотипів мислення;
* розширення репертуару рольової поведінки;
* формування емоційної компетентності;
* зростання лабільності мислення і поведінки;
* формування відкритості, свободи і спонтанності;
* гармонізація різних сфер життя особистості.

Оскільки професійна деформація особистості вчителя є складним багатодермінованим психологічним утворенням, яке формується протягом багатьох років, вона важко піддається психологічній корекції. Процес психологічної корекції повинен бути тривалим, глибоким, безперервним. Умови праці та недостатня підготовка практичного психолога навчального закладу часто унеможливлюють її кваліфіковане здійснення. Тому актуальною постає потреба у первинній профілактиці професійних деструкцій педагогів.

Профілактика професійних деформацій вчителів практичним психологом може здійснюватися шляхом впровадження різних форм роботи: інформаційні виступи на засіданнях педагогічних колективів, участь у засіданнях методичних об’єднань, просвітницько-профілактичні тренінги, заняття з елементами тренінгу, інформаційні буклети та брошури, індивідуальні й групові консультації, ділові ігри тощо.

Профілактика деформацій особистості може реалізовуватись за наступними напрямками:

* підвищення компетентності (соціальної, психологічної, педагогічної, комунікативної, емоційної);
* діагностика рівня професійної деформації з наступним плануванням її подолання;
* проведення тренінгів особистісного і професійного росту;
* формування навичок самоаналізу і саморегуляції;
* періодична зміна професійних обов’язків чи зміна виду роботи.

Обов’язковим є інформування вчителів про сутність та характеристики професійної деформації, шляхи запобігання і способи корекції. Важливо навчити педагогів усвідомлювати ознаки деформації у власному способі мислення і поведінки, самопочутті.

**4. Програма тренінгу з попередження професійної деформації педагогічних працівників «Профес-і-Я»**

 **Мета тренінгу:** сформувати у педагогічних працівників знання та навички щодо попередження деформації особистості в процесі виконання професійної діяльності.

**Завдання:**

1. сприяти усвідомленню професійного «Я-образу»;
2. з’ясувати вплив професії вчителя на особистість;
3. познайомити вчителів з поняттям професійної деформації;
4. сформувати навички самоаналізу та саморозвитку.

**Тривалість заняття:** 2 години.

**Оптимальна кількість учасників:** 10-15 осіб.

**Матеріали та обладнання:** стільці у кількості учасників, 4 аркуші формату А1, набір карток «Креатив-1», бланки методики «Профессиональная деформация педагогов», диференційного опитувальника у кількості учасників, маркери, скотч, ножиці, плакат з переліком актуальних здібностей, 4 аркуші формату А4 з надписами сфер життєдіяльності, ручки, папір.

*Хід заняття*

**Вступне слово ведучого**

*Час на виконання: 3 хв.*

Часто говорять, що «вчитель – не лише професія, а покликання». Це певною мірою справді так. Оскільки ми спостерігаємо, що вчителі, які мають значний стаж роботи, залишаються вчителями не лише на робочому місці, але і вдома, у колі сім’ї, друзів, на відпочинку. Сторонні, незнайомі вам, люди часто можуть сказати, що ви – вчитель, за певними ознаками: стилем спілкування, взаємодії, манерою триматися, одягом, зачіскою тощо. Проте, нажаль, тривале виконання педагогічної діяльності зумовлює не лише стиль життя людини, але й може деструктивно позначатися на її особистості, дисбалансувати структуру життєдіяльності людини, де професія стає визначальною. Інші сфери життя наповнюються мало чи взагалі залишаються нереалізованими. І лише свідома робота з самоаналізу і саморозвиту є умовою попередження професійної деформації педагога. Пропонуємо вам у ході цього тренінгу отримати нові знання щодо зв’язку особистості з професією, отримати навички самоаналізу.

**Вправа 1. «Хто я?»**

*Мета: познайомити учасників, визначити місце професійного «Я» у структурі «Я»-образу учасників.*

*Час на виконання: 10 хв.*

Учасники розміщені колом. Їм пропонується написати 20 визначень стосовно самих себе у порядку спадання значимості, відповідаючи на питання «Хто Я?». Визначення мають бути прописані у формі іменників.

Учасники по черзі представляються і зачитують свій перелік визначень (ідентичностей). Після представлення кожного, ведучий зауважує, щоб учасники звернули увагу на те, чи є у цьому переліку професійні ідентичності, де вони стоять у рейтингу. Учасники відмічають їх.

Питання для обговорення:

* На яких місцях за значенням стоять професійно зумовлені ідентичності? Що це може значити?
* Що для людини значить професійна ідентичність?

**Вправа 2. «Моє професійне «Я»**

*Мета: виявити особливості професійного «Я»-образу учасників, спонукати до рефлексії власних рис і якостей.*

*Час на виконання: 15 хв.*

В колі на підлозі ведучий розкладає картки «Креатив-1» і пропонує учасникам їх розглянути. Кожен учасник повинен метафорично ототожнити свій образ професійного «Я» з однією із запропонованих карток і обрати цю картку.

Учасники по черзі, демонструючи картку, пояснюють чому обрана картка асоціюються з їх образом професійного «Я».

Ведучий може задавати наступні питання:

* Чи подобається тобі цей образ?
* Що в цьому образі тебе задовольняє?
* Що в цьому образі тобі не подобається?
* Які емоції та почуття ти відчуваєш, дивлячись на картку, що асоціюється з твоїм професійним «Я»?
* Що б ти хотів змінити?
* Яка картка асоціюється з бажаним образом? (учаснику пропонується обрати іншу картку та пояснити свій вибір).

Питання для обговорення:

* Які спільні якості (властивості, риси) ви спостерігали в учасників тренінгу?
* Наскільки, на Ваш погляд, ці якості (властивості, риси) притаманні вчителям загалом?
* Які ці риси (якості, властивості) впливають на життя вчителя за межами роботи?

**Вправа 3. «Вплив професії на моє життя»**

*Мета: з’ясувати особливості впливу професії вчителя на всі сфери життя людини.*

*Час на виконання: 10 хв.*

Учасники об’єднуються в чотири групи за сферами життєдіяльності людини: «фізична», «соціальна», «емоційна», «духовна». Ведучий пояснює, що до фізичної сфери належать такі поняття, як стан організму, здоров’я, зовнішній вигляд, харчування, близьке матеріальне оточення, гігієна, сон, секс тощо; до соціальної сфери – праця, робочі стосунки, гроші, кар’єра, статус і т. п.; до емоційної – стосунки в сім’ї, емоційне самопочуття, стани, дружба тощо; до духовної – віра, мрії, цінності, цілі, фантазії.

Командам пропонується визначити вплив професії вчителя на їх сферу життєдіяльності («фізичну», «соціальну», «емоційну» чи «духовну») та прописати це на великому аркуші паперу, а також визначити ступінь сприятливості цього впливу від («---» до «+++») за кожним пунктом.

Команди перед загалом презентують свої напрацювання. Ведучий узагальнює сприятливість та несприятливість впливу професії на життя людини.

**Інформаційне повідомлення**

*Мета: познайомити вчителів з поняттям професійної деформації, розглянути її прояви у педагогічних працівників.*

*Час на виконання: 7 хв.*

Виконання певної професійної ролі, яка є визначальною для особистості та виконується нею тривалий час, здійснює значний влив на її ціннісні орієнтації, мотиви діяльності, ставлення до інших людей тощо. Зміни у структурі особистості під впливом професії трактують як професійні деформації.

На думку С.П.Безносова, сутність професійної деформації полягає у тому, що «...під впливом виконання професійної ролі у людини змінюються ті чи інші властивості особистості, утворюється професійний тип особистості, який проявляється і поза професійною сферою».

Окремі риси особистості, які найбільш залучені у професійній діяльності, загострюються, акцентуються, інші, менш затребувані, нівелюються, «атрофуються». Можна виокремити специфічні ознаки професійної деформації для різних професій (найбільш вивченими є професії лікарів, співробітників органів внутрішніх справ, менеджерів, психологів, педагогічних працівників).

Виокремлюють наступні характеристики професійної деформації педагогів: авторитарність, демонстративність, дидактичність, педагогічний догматизм, домінантність, педагогічна індиферентність, консерватизм, педагогічна агресія, рольовий експансіонізм, соціальне лицемірство, поведінковий трансфер, інформаційна пасивність, навчена безпомічність (ведучий розповідає детально про ці характеристики). Ці якості виявляються і в інших сферах життя людини, зумовлюючи непорозуміння з оточуючими, конфліктність, ригідність поведінки.

Таким чином, у широкому значенні професійну деформацію можна розуміти як відбиток, який професійна діяльність накладає на людину. Щоб попередити професійну деформацію особистості, необхідно володіти розвиненою рефлексивністю та здатністю до саморозвитку.

**Вправа 4. Діагностування**

*Мета: визначити рівень прояву професійної деформації в учасників тренінгу, сприяти розвитку навичок самоаналізу.*

*Час на виконання: 10 хв.*

Учасникам роздаються бланки методики «Профессиональная деформация педагогов». Їм пропонується щиро відповісти «так» або «ні» на ряд тверджень, погоджуючись чи не погоджуючись з кожним із них. Після завершення діагностування учасники самостійно визначають рівень професійної деформації, що характерний для них, за ключем. Результати діагностування залишаються конфіденційними. Учасники за бажанням діляться інформацією про кількість набраних балів, своїми враженнями, емоціями і почуттями.

**Інформаційне повідомлення «Актуальні здібності»**

*Мета: познайомити учасників тренінгу з теорією актуальних здібностей, визначити їх роль у професійному та особистому житті вчителя.*

*Час на виконання: 10 хв.*

Оскільки в основі професійної деформації лежить дисгармонійність особистості, то ведучий пропонує попрацювати з якостями чи рисами особистості.

Ведучий повідомляє, що в концепції Позитивної психотерапії лежить переконання, що кожна людина володіє двома базовими здібностями: до пізнання (когнітивність) і до любові (емоційність). Здібність до пізнання виражає раціональну, інтелектуальну сутність людини, здібність до любові – емоційну, душевну її сутність. Учасникам презентується плакат з переліком актуальних здібностей.

Здібність до пізнання означає здібність вчитися і вчити. Кожна людина намагається пізнати внутрішні зв’язки дійсності. Під впливом таких факторів, як час, соціальне середовище і можливості організму людини, здібність до пізнання виявляється в буденному житті в наступних актуальних здібностях: акуратність, охайність, пунктуальність, бережливість, слухняність, ввічливість, чесність/відкритість, вірність, старанність, точність, справедливість, надійність, сумлінність. Ці здібності вважаються вторинними, оскільки формуються в процесі виховання.

Здібність до любові означає здібність любити і бути любимим. Обидва компоненти однаково важливі: здібність активно встановлювати емоційні стосунки (любити) і здібність приймати і підтримувати емоційні стосунки (бути любимим). Здібність до любові виявляється в таких первинних здібностях, як вміння любити, бути прикладом, мати терпіння, приділяти комусь час, вміння встановлювати контакти, проявляти і приймати ніжність, вміти довіряти, мати надію, вірити і вміти сумніватися, мати впевненість у собі і своїх здібностях, мати внутрішню цілісність. Ці здібності є первинними, оскільки притаманні людині з народження.

Актуальні здібності «ввічливість» і «чесність» лежать в основі ключового конфлікту, що зумовлює поведінку людини в будь-яких життєвих ситуаціях. Здібності «любов» і «справедливість» є дихотомією, що потребує постійного врівноваження у стосунках між людьми.

Питання для обговорення:

* Як проявляються первинні і вторинні актуальні здібності у професії вчителя і в особистому житті людини?

**Вправа 5. «Диференційний аналіз»**

*Мета: розвиток особистісної рефлексії та самоаналізу.*

*Час на виконання: 20 хв.*

Учасникам пропонується заповнити диференційний опитувальник:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Актуальні здібності** | **Рівень розвитку** | **Ресурси** | **Потребують розвитку** |
| *Вторинні* |  |  |  |
| 1. Акуратність
 |  |  |  |
| 1. Охайність
 |  |  |  |
| 1. Пунктуальність
 |  |  |  |
| 1. Бережливість
 |  |  |  |
| 1. Слухняність
 |  |  |  |
| 1. Ввічливість
 |  |  |  |
| 1. Чесність
 |  |  |  |
| 1. Вірність
 |  |  |  |
| 1. Старанність
 |  |  |  |
| 1. Точність
 |  |  |  |
| 1. Справедливість
 |  |  |  |
| 1. Надійність
 |  |  |  |
| 1. Сумлінність
 |  |  |  |
| *Первинні* |  |  |  |
| 1. Любов
 |  |  |  |
| 1. Терпіння
 |  |  |  |
| 1. Час
 |  |  |  |
| 1. Приклад для наслідування
 |  |  |  |
| 1. Комунікативність
 |  |  |  |
| 1. Ніжність
 |  |  |  |
| 1. Довіра
 |  |  |  |
| 1. Надія
 |  |  |  |
| 1. Віра
 |  |  |  |
| 1. Сумніви
 |  |  |  |
| 1. Впевненість
 |  |  |  |
| 1. Впевненість у здібностях
 |  |  |  |
| 1. Цілісність
 |  |  |  |

Рівень розвитку актуальних здібностей відмічається таким чином:

+++ – максимальний рівень;

--- – мінімальний рівень;

++, +, -, -- – проміжні значення.

Після заповнення в бланку рівня розвитку кожної здібності, учасники об’єднуються в пари.

В парах по черзі учасники діляться своїми напрацюваннями.

Запитання для обговорення в парах:

* Які здібності розвинені краще: первинні чи вторинні?
* Які здібності найбільш розвинені і є для людини ресурсними?
* Як ці здібності проявляються в професійному та особистому житті?
* Які здібності розвинені менше? (Учасники відмічають їх в бланку)

**Вправа 6. «Концепції»**

*Мета: виявлення життєвих концепцій учасників щодо актуальних здібностей та розширення їх світобачення.*

*Час на виконання: 20 хв.*

Виконання вправи проходить у два етапи.

1. Кожному учаснику пропонується визначити, яка актуальна здібність у них виражена недостатньо, і це зумовлює труднощі у професійному чи особистому житті, та потребує розвитку. Її виписують окремо (можна працювати з однією-трьома здібностями одразу). В стовпчик кожен учасник прописує 1-5 прислів’їв, приказок, висловів, які відображають його життєві концепції щодо цієї актуальної здібності.

2. Учасники об’єднуються в міні-групи по 3-4 особи. Кожен учасник по черзі зачитує актуальну здібність та власні життєві концепції щодо неї.

В групі відбувається обговорення за наступними питаннями:

* Як дотримання цієї життєвої концепції виявляється у фізичній, соціальній, емоційній, духовній сферах?
* Чи задоволений учасник від того, що він дотримується цієї життєвої концепції?

Інші учасники в міні-групі пропонують інші, альтернативні, концепції щодо даної здібності. Активний учасник обирає собі найбільш для нього прийнятні і записує їх, коментуючи.

**Вправа 7. «Образ майбутнього»**

*Мета: скласти план дій щодо саморозвитку, спроектувати образ бажаного майбутнього.*

*Час на виконання: 10 хв.*

У центрі приміщення розташовуються стільці, що символізуватимуть кути умовного квадрата. Кожен стілець буде позначати одну зі сфер життєдіяльності людини: «фізична», «соціальна», «емоційна», «духовна» (на стільці доцільно прикріпити аркуші з написом сфери). Учасник групи за бажанням виходить до кола і сідає на стілець, який позначає «фізичну сферу». Вголос фантазує, як зміниться життя за цією сферою, його поведінка, самопочуття, якщо він буде дотримуватися нової життєвої концепції (тобто буде «більш терплячий», «люблячий», «пунктуальний» тощо, з огляду на те, з якою здібністю він працює). Потім почергово пересідає на інші стільці, що позначають соціальну, емоційну і духовну сфери. Активну участь у вправі можуть брати учасники за бажанням або всі по черзі.

Після цього учасникам дається «домашнє завдання» скласти план дій з розвитку актуальної здібності.

**Вправа 8. «Зворотній зв'язок»**

*Мета: отримати зворотній зв'язок від учасників тренінгу, закріпити нові усвідомлення.*

*Час на виконання: 5 хв.*

Учасникам пропонується по черзі по колу продовжити речення «Я сьогодні…».

**Література**

1. Абрамова Г.С. Синдром «эмоционального выгорания» у медработников / Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц // Психология в медицине. —М., 1998. — 272 с.
2. Безсонов С.П. Профессиональная деформация личности / С.П.Безсонов. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
3. Гафнер В.В. Профессиональная деформация и профессиональная компетентность педагога / В.В.Гафнер // Основы безопасности жизни. – 2004. – №10. – С.22-24.
4. Зеер Э.Ф. Психология профессий / Э.Ф.Зеер. – Екатеринбург: УГППУ, 1999. – 280 с.
5. Ильин Е.П. Психология для педагогов / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 640 с.
6. Лебедєва І.А. Теоретичні засади дослідження професійної деформації вчителя математики / І.А. Лебедєва [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ea.donntu.edu.ua.
7. Майтак Т.М. Педагогічна діяльність як фактор формування професійної деформації особистості вчителя / Т.М. Майтак // Актуальні проблеми психології в закладах освіти: збірник наукових праць. – Кривий Ріг: Видавничий дім, 2012. – С.177-181.
8. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К.Маркова. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
9. Моцонелідзе І.О. Диференціація понять «емоційне вигорання» та «професійна деформація» в діяльності працівників внутрішніх справ / І.О.Моцонелідзе // Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – Проблеми сучасної психології. – 2010. – Вип. 8. – С.738-745.
10. Овчарова Р.В. Технологии работы школьного психолога с педагогическим коллективом / Р.В. Овчарова. – Курган, 2006. – 187 с.
11. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни / Н.Пезешкиан. – М.: Медицина, 1995. – 336 с.
12. Полякова О.Б. Психогигиена и профилактика профессиональных деформаций личности / О.Б.Полякова. – М.: НОУ ВПУ Московский психолого-социальный институт, 2008. – 304 с.
13. Прокопцева Н.В. Психолого-педагогические условия профилактики профессиональной деформации педагога [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://nauka-pedagogika.com/viewer/33543/a#?page=17.
14. Психодиагностика педагогических работников. Научный отчет. – ИНИМ РАО, М., 2011. – 54 с.
15. Психологічний довідник учителя; в 4 кн., кн. 3 / Упоряд. В.Андрієвська. – К.: Главник, 2005. – 96 с.
16. Реабилитация детей с девиантным поведением: педагогика любви, заботы и риска / Сост. А.Г.Петринин. – М.: Эврика, 2004. – 304 с.
17. Свенцицкий А.Л. Социальная психология / А.Л.Свенцицкий. – М.: ООО «ТК Велби», 2003. – 336 с.
18. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп/ Н.П.Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. – С.442-444.
19. Таланов В.Л. Справочник практического психолога / В.Л.Таланов, И.Г.Малкина-Пых. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2005. – 928 с.
20. Туркот Т.І. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. / Т.І.Туркот. – К.: Кондор, 2011. – 628 с.
21. Циба Н.В. Професійне самовизначення та феномен професійної деформації психологів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://irbis-nbuv.gov.ua](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Znpkhist_2010_2_36.pdf).
22. Чемодурова Ю.М. Спеціальнонаукові підходи щодо розуміння сутності категорії «професійні деформації особистості» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://virtkafedra.ucoz.ua/el\_gurnal /pages/vyp7/konf3/Chemodurova.pdf](http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal%20/pages/vyp7/konf3/Chemodurova.pdf).
23. Юрченко Е.В. Содержание и методы преодоления профессиональной деформации учителя в работе педагога-психолога / Е.В.Юрченко /Дис. канд. пед. наук. - Уссурийск, 2000. – 34 с.

**Додаток**

**Методика «Профессиональная деформация педагогов»**

 **Инструкция:** внимательно прочитайте каждое утверждение. Если вы согласны с высказыванием, то напротив цифры поставьте «+», если не согласны «-».

 **Опросник**

1. Большинство людей, с которыми я бываю в компании, несомненно, рады меня видеть.
2. Я недоволен нововведениями в системе образования.
3. Я всегда адекватно оцениваю знания учеников.
4. Дома я требую, чтобы все мои вещи лежали на своих местах.
5. Я первым ищу путь к преодолению конфликта.
6. Молодых учителей нужно критиковать за отсутствие твердости и дисциплины.
7. В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще виноваты другие люди, чем я.
8. Строгий и четко знающий свои обязанности педагог – вот образ идеального учителя.
9. Я часто замечаю, что кричу на детей.
10. Я все чаще убеждаюсь в том, что коллеги, не согласные со мной, профессионально некомпетентны.
11. Мне трудно менять привычный стиль работы.
12. «Хороший педагог, но плохой родитель» – это не про меня.
13. Я стал более нетерпим к шалостям учеников, чем раньше.
14. Я, как правило, не согласен с коллегами, которые отмечают мои «ошибки».
15. Я, как и прежде, легко реализую новые идеи.
16. Я твердо убежден, что все учащиеся, занимающиеся спортом, лодыри.
17. Я часто предлагаю новые подходы к решению проблем.
18. Раньше я спокойнее относился к замечаниям коллег по поводу моей деятельности.
19. Думаю, что мой большой стаж работы дает мне право делать замечания и давать советы молодым педагогам.
20. Я замечаю, что становлюсь мнительным в работе с учениками.
21. Раньше я был открытым в общении, однако теперь я понял, что этого делать не следует.
22. Меня как педагога не за что упрекнуть.
23. Меня раздражают всякие инновации, они лишь мешают работе.
24. Я полагаю, что способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только себя.
25. Я по-прежнему легко генерирую новые идей, связанные с моей работой.
26. Выработанные у меня за годы работы стереотипы облегчают мой труд.
27. Меня бесит, когда молодые учителя начинают спорить со мной по вопросам обучения и воспитания.
28. Я полагаю, что учащиеся должны безоговорочно выполнять мои требования, иначе я не смогу поддержать свой авторитет.
29. Властность – необходимое качество педагога.
30. У меня в семье часто возникают конфликты в связи с тем, что мои советы воспринимаются как поучительство, морализаторство.
31. Мой опыт работы убеждает меня в том, что в наказании учащихся за проступки необходимо быть проницательным, не давать никаких поблажек и скидок на обстоятельства, чтобы другим было неповадно.
32. В последние годы я стал замечать свою несдержанность в отношениях с учащимися, вплоть до проявления грубости.
33. Я убежден, что оценивать знания учащихся следует в строгом соответствии с имеющимися стандартами.

**Ключ**

Начисляется по одному баллу за ответы «да» по пунктам 1-4, 6-14, 16, 18-23, 27-33 и за ответы «нет» по пунктам 5, 15, 17, 24 и 25.

Подсчитывается общая сумма набранных баллов. Если она меньше 12 баллов, то профессиональная деформация выражена слабо, если 23 балла и больше, то деформация выражена сильно [18].