

ФОРМУВАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПОЗИЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

В статті аналізується сутність психотерапевтичної позиції педагога, можливості і опыт її формування в будучих учителів в процесі вивчення дисциплін психолого-педагогічного цикла.

The article deals with the substance, potentialities and the experience of formation of psychotherapeutic position of the future teachers in the process of psychological-pedagogical subjects learning.

Актуальною суспільною проблемою сьогодні є збереження та зміцнення фізичного і психічного здоров'я дитини, що ставить перед школою завдання втілювати у практику роботи валеологічні технології педагогічної взаємодії, створювати умови для особистісного зростання учнів, для їх самореалізації.

Потреба дитини в позитивних емоціях, захищеності, комфорті є однією з важливих умов формування її повноцінної особистості. Це базова орієнтація педагога, яка повинна визначати його професійну позицію у взаємодії з учнями. Як не прикро, але у сучасній школі поки що бракує теплоти, поваги до учня, чуйності до його внутрішнього світу, віри у величезні здібності школяра, розуміння того, що їх потрібно відкрити і допомогти реалізувати. Власне допомогу і підтримку дітям якщо і надають, то вона має не професійний, а добровільний характер милосердя. Не стала наша школа "імперією почуттів", де панує психологічна безпека, захищеність учнів, розвивається їх емоційне здоров'я, яке вимірюється рівнем і рівновагою позитивних емоцій. Занижена увага до емоційної сфери у школі є причиною погіршення стану здоров'я дітей.

За результатами нашого дослідження, тільки кожен третій учень відчуває себе у школі затишно і комфортно, майже третина опитаних школярів (30,8%) на уроках часто переживають розчарування. Серед причин розчарувань учні називають і такі: часте приниження з боку вчителя, упереджене ставлення педагога до дітей, небажання вчителя зрозуміти школяра, допомогти йому, байдужість педагогів до внутрішнього світу учнів, їх проблем і т.п. Результати дослідження засвідчили тісний зв'язок емоційного благополуччя учнів з їх активністю та успішністю у навчанні, з особистісною спрямованістю взаємодії вчителя з учнями, його майстерністю. Тому

необхідною умовою емоційного благополуччя дитини, збереження її психічного здоров'я, гармонізації її особистості є психотерапевтична зорієнтованість всього навчально-виховного процесу і сформованість психотерапевтичної позиції кожного педагога зокрема.

Основоположник гуманістичної психології К.Роджерс вдало порівнював діяльність педагога з роботою психотерапевта, котрий не формує людину, намагаючись відлити її у форму, яка була задумана раніше, а допомагає їй знайти те позитивне, що в ній вже є, але перекручене, забуте, сховане [3]. А.Маркова прагне орієнтувати вчителя при самооцінюванні рівня свого професіоналізму на аналіз насамперед гуманістичної спрямованості його праці, що передбачає інтерес до вивчення людини, уміння зрозуміти іншого і самого себе, виразити свою особистість і забезпечити умови для розвитку особистості учнів, створити обстановку психологічної безпеки для школярів і психологічної захищеності для себе. А володіння змістом і методикою викладання свого навчального предмету є лише засобом реалізації цієї спрямованості [2]. У психолого-педагогічній літературі позиція "психотерапевт" розглядається як складова комунікативної компетентності педагога [1]. Мета дослідження полягає у тому, щоб проаналізувати сутність психотерапевтичної позиції вчителя, можливості і досвід її формування у процесі вивчення психолого-педагогічних дисциплін.

Педагогічну психотерапію розглядають як сукупність психолого-педагогічних впливів вчителя на своїх вихованців з метою оптимізації їх психофізіологічного стану на уроках. Вона є наступною після педагогічної психогієни сходинкою турботи про психічне здоров'я дитини, яка акцент робить не на захисті від патогенних впливів, а на корекції психоемоційного стану, на допомозі в самокорекції [5]. Тому психотерапевтична позиція, яка входить у сферу компетентності вчителя, передбачає сформованість готовності до "зцілення душі душею" в умовах конструктивної педагогічної взаємодії і надання педагогічної підтримки дитині, вимагає від учителя ролі "сам собі психотерапевт".

Ми не ставимо за мету навчити студентів психотерапії (це вимагає довготривалої спеціальної підготовки), а прагнемо ознайомити їх з можливостями використання окремих методів і прийомів психотерапії як складових частин виховних технологій, сформуванню ставлення майбутніх учителів до справи, до учнів, до самого себе з позиції психотерапії.

На ранніх етапах навчання під час вивчення курсу "Вступ до

педагогічної професії” ми акцентуємо увагу студентів на тому, що педагогу належить виступати не лише у ролі вчителя, вихователя, партнера по спілкуванню, а й своєрідного психотерапевта, людини, який здійснює “догляд за душею”, спрощує, а не ускладнює життя теперішнього учня, допомагає йому жити у злагоді з довкіллям та у згоді з самим собою. Читаючи курси з психології і педагогіки, ми орієнтуємо майбутніх учителів на необхідність використання здоров’язберігаючих технологій навчання і виховання учнів, застосування тактик педагогічної підтримки. Усвідомленню майбутніми педагогами значущості здоров’я дитини як найбільшої цінності, необхідності його збереження і зміцнення сприяє розгляд таких питань як:

- інтелектуальні, емоційні перевантаження, стресова тактика педагогічного впливу і стан здоров’я учнів;
- способи створення емоційного комфорту учнів на уроках;
- оптимальний психологічний клімат у класі, способи його покращення;
- профілактика неврозів, дидактогеній;
- особливості спілкування з дітьми з нервово-психічними розладами, з акцентуаціями характеру;
- подолання тривожності у дитячому колективі;
- допомога у формуванні впевненості в собі, самоповаги;
- допомога у вирішенні внутріособистісних конфліктів;
- тактики педагогічної підтримки дитини;
- вплив стилю спілкування, майстерності, професійного здоров’я педагога на емоційне благополуччя учнів у процесі навчання;
- допомога учням в оволодінні знаннями і практичними навичками психології активності, саморегуляції;
- психологічне налаштування і самоналаштування у навчальному процесі;
- методи і прийоми психолого-педагогічної корекції стану учнів, власного стану і ін.

Формуванню позиції “сам собі психотерапевт” сприяє розроблений нами курс “Професійне здоров’я педагога”. Курс розрахований на 36 годин, включає два змістові модулі: “Професійне здоров’я як умова ефективності педагогічного процесу” та “Шляхи та засоби збереження і зміцнення професійного здоров’я. Основи професійної само реабілітації”.

Зміст курсу ґрунтується на класичних філософських,

психологічних, педагогічних, медичних, соціологічних, духовних концепціях з проблем збереження і зміцнення здоров'я людини, а також даних наукових досліджень у галузі психоенергетики, психонейроімунології, психології праці, ортобіотики. Мета вивчення цього курсу – сприяти формуванню стратегії збереження професійного здоров'я. Вивчення курсу переслідувало вирішення наступних завдань: формування ціннісного і відповідального ставлення до свого професійного здоров'я; ознайомлення з основними принципами, засобами, формами здоров'язберігаючої діяльності, з сучасними оздоровчими технологіями, необхідними для підтримання і зміцнення професійного здоров'я і мінімізації впливу негативних професійних факторів; актуалізація у студентів прагнення до самостійного проектування програм збереження професійного здоров'я; мотивування до пошуку власних систем оздоровлення.

Досягненню поставлених завдань сприяє розгляд таких тем і питань курсу:

1. Професійне здоров'я педагога як стратегічна проблема сучасної школи.
2. Фактори професійного здоров'я-нездоров'я педагога.
3. Вплив професії на здоров'я педагога. Кризи особистісного і професійного розвитку та професійне здоров'я педагога.
4. Професійні деструкції, шляхи їх попередження і усунення.
5. Професійний стрес. Синдром емоційного згорання. Методи формування професійної стресостійкості.
6. Профілактика і сповільнення процесу професійного старіння. Професійне довголіття.
7. Ортобіотика у педагогічній діяльності. Гармонія особистості педагога і його професійне здоров'я.
8. Технології збереження професійного здоров'я. Психологічні методи відновлення і збереження професійного здоров'я.
9. Професійна самореабілітація. Психотехнології самооздоровлення.

Необхідною умовою становлення психотерапевтичної позиції майбутнього педагога є сформованість у нього саногенного мислення. Оволодіння таким типом мислення, на нашу думку, – найкращий психологічний захист, найкоротший шлях до збереження і зміцнення свого здоров'я, здоров'я учнів. Учитель з переважанням саногенного типу мислення уміє концентрувати увагу на позитивних явищах життя, уміє прощати образи, не тримати гніву, відкритий для дружніх стосунків з учнями, колегами по роботі, уміє створити навколо себе ауру добра і доброзичливості.

Саногенне мислення сприяє оздоровленню психіки педагога, зняттю внутрішньої напруги, негативних емоційних станів, усуненню застарілих образ, комплексів, внутрішніх конфліктів. Оздоровиться мислення педагога – оздоровиться і учень. Адже дитина вчиться думати, вловлюючи в словах дорослих зразки їх думки, їх судження, використовує ці зразки у власному досвіді.

У формуванні психотерапевтичної позиції майбутнього вчителя велике значення має розв'язування студентами педагогічних, психологічних задач, аналіз складних конфліктогенних педагогічних ситуацій, виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань з проблем здоров'язбереження і створення безпечного освітнього середовища у школі. Цікавою і ефективною формою роботи є складання студентами "Пам'яток" для учнів і для педагогів (наприклад, "Як швидко і ефективно заспокоїти учня на уроці", "Як зняти психологічне напруження", "Як покращити свій настрій перед контрольною" тощо). Використання спеціальних психологічних ігор ("Внутрішній промінь", "Чарівна паличка", "Життєва мозаїка"), методик ("Координати життя", "Подорож в дитинство", "Дорікати-хвалити"), психомалюнків, елементів психолого-педагогічного тренінгу сприяє розширенню професійної самосвідомості майбутніх педагогів, гармонізації їх внутрішнього світу, оволодінню навичками гнучкого спілкування, прийомами недирективного впливу, творчими прийомами створення спеціальних виховних ситуацій, підвищенню емоційного потенціалу особистості студентів, формуванню їх саногенного мислення, педагогічного оптимізму.

Такий педагог віритиме у сили кожного учня, умітиме грамотно оцінити його психоемоційний стан, при потребі визначить індивідуальну корекційну програму розвитку, включаючи вплив не лише на особистість дитини, а й на її оточення, організацію її життєдіяльності в умовах навчання, надаватиме допомогу в її особистісному зростанні, розвиватиме в учня почуття власної цінності, значущості, компетентності, зуміє запустити «внутрішній реактор» кожного вихованця. Такий педагог здатен побудувати і реалізувати ефективну стратегію збереження свого професійного здоров'я. Професійне довголіття і творчий кар'єрний ріст йому гарантовані.

Література

1. Акмеология: Учебник / Под общей редакцией А.А.Деркача. – М.: Издательство РАГС, 2002. – 650 с.
2. Маркова А.К. Психологические критерии и степени профессионализма учителя // Педагогика. – 1995. – №6. – С. 55-63.

3. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование. – К. – Донецк, 1994. – 520 с.
4. Орлов Ю.М. Мышление, дарящее здоровье и успех // Воспитание школьников. – 1993. – №5-6. – С. 3-6.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.