

ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА В СВЕТЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Гуманистическая парадигма образования, ориентированная на индивидуальность учащегося, предполагает превращение образования в ведущий фактор развития личности. Для свободного проявления своих индивидуальных особенностей в учебном процессе, человек должен чувствовать себя в психологической безопасности. Безопасность является безусловной ценностью человеческого существования, и значимость этой ценности неуклонно повышается, поскольку только при ее обеспечении могут реализовываться все другие ценности, человек может быть активен в постановке и достижении целей. Безопасность - это такое явление, без которого не могут нормально развиваться ни личность, ни социальная организация, ни общество в целом.

В исследованиях при изучении самых различных проблем отечественные ученые довольно часто обращались к явлению безопасности, указывая на его чрезвычайную важность для установления гармоничных отношений между человеком и окружающей его социальной средой, всеми ее составляющими.

Сегодняшняя социокультурная ситуация дает многочисленные примеры негативного влияния внешних условий на становление личности человека. Проявления насильственных действий по отношению к другому достаточно распространены в современном мире. В этой связи, особую актуальность приобретает проблема защищенности от психологического насилия во взаимодействии участников образовательной среды, так как она является важнейшим условием социализации подрастающего поколения.



«Психологическая безопасность - это состояние образовательной среды, свободное от проявления психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению основных потребностей в лично-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников».

И.А. Баева

При рассмотрении психологической безопасности образовательной среды можно выделить внутренние и внешние условия. К *внутренним условиям* психологической безопасности образовательной сферы следует отнести возросшую психологическую ранимость, уязвимость, агрессивность, низкую толерантность и неготовность участников образовательного процесса к конструктивному разрешению конфликтов и преодолению стрессовых состояний.

Говоря о деструктивном воздействии *внешних условий* на безопасность образовательной среды, следует учитывать и то, что усложнение социальной среды, межличностных отношений, информационный прессинг ведут к тому, что психологические перегрузки превращаются в повседневную реальность.

Такое положение приводит к резкому росту тревожных состояний у учащейся молодежи из-за восприятия окружающего мира, как опасного, и себя, как неспособного противостоять этой опасности. В связи с этим все острее возникает необходимость создания психологически безопасной среды в образовательном учреждении. И главная роль в решении этой задачи принадлежит педагогу.

¹ Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды (Теоретические основы и технологии создания): дис. ... д-ра психол. наук. – СПб., 2002. – 386 с.



«Экстремальная ситуация в образовании характеризуется, с одной стороны, значительным снижением степени педагогической удовлетворенности профессией, потерей смысла выполняемой работы, психологическим дискомфортом, кризисами опустошенности, бесперспективности, нереализованности у педагогов. С другой - нарастающим глобальным противоречием между провозглашаемыми в обществе ценностями и реально существующими с жесткой конкуренцией и культом силы».

С.Н. Илларионов

Педагогический труд всё чаще относят к тем видам труда, профессиональное занятие которым центрирует весь образ жизни личности. Можно полагать, что именно эта особенность профессионально - педагогического труда стимулирует появление понятий, призванных схватывать наиболее устойчивые профессиональные проявления, которые, рождаясь в педагогической деятельности, могут обнаруживать себя далеко за её пределами.

Известно, что понятие «профессиональное поведение», гораздо шире устоявшихся понятий «педагогическая деятельность», «педагогический труд» и может конкретизироваться далее в понятии «модель профессионального поведения». Реализация учителем той или иной модели поведения есть одновременно реализация и особой жизненной позиции, что не может не сказаться в том, как складывается жизнь и судьба конкретного учителя.

В этой связи встают вопросы, связанные с тем, какие последствия для самого учителя имеет факт каждодневной реализации им той или иной жизненной позиции. Кроме этого для учеников вовсе не безразлично, какой учитель выступает посредником между миром культуры и им самим, то

² Илларионов С.Н. Восприятие образовательной среды субъектом как фактор формирования его психологической безопасности: дис. ... канд. психол. наук. - Иваново, 2005. - 226 с.

есть в какой образовательной среде, формируемой учителями, они находятся.

Одни последствия будут иметь взаимодействие с учителем, реализующим неадаптивную модель профессионального поведения, то есть модель, ориентированную на саморазвитие и самоактуализацию собственных возможностей в творческом педагогическом труде и, следовательно, относящегося к ученикам с этой жизненной позиции и культивирующем ее в них.

Другие последствия стоит ожидать от контакта с учителями, только адаптирующимися к объективным обстоятельствам и готовящих своих учеников к самореализации жизни как непрерывно идущему процессу адаптации. Изучение таких последствий приобретает особую актуальность в условиях образования, меняющего ценностную парадигму.

Возможными последствиями определенных моделей профессионального поведения для самого учителя является деформация ценностно-смысловых составляющих его образа мира, вообще системы терминальных ценностей, препятствующая адекватному жизненному самоопределению и самореализации своих сущностных сил.



«Некоторые из нежелательных и непродуктивных типов учительского поведения вольно или невольно формируются еще в процессе подготовки будущих педагогов: студенты усваивают, что детей нужно держать в ежовых рукавицах, что главное условие успеха - это соблюдение требовательности и строгости, сохранение психологической дистанции с учениками. Такие установки способствуют выработке неадекватно холодного поведения, маскирующего добрые чувства и положительные внутренние установки учителя».

Е.В. Шарапановская

³ Шарапановская Е.В. Психолого-педагогические последствия реализации педагогами различных моделей профессионального поведения: дис. ... канд. психол. наук. - Барнаул, 1999. - 227 с.

Следует отметить, что любая профессиональная работа, помимо физических и психологических особенностей имеет основанием личностные качества, содействующие успеху деятельности человека. В первую очередь это относится к профессиям, где объектом профессиональной активности человека выступает другой человек, и взаимодействие «человек – человек» зависит от качеств того и другого.

Традиционно и в общественном сознании, и в научной литературе акцент делается, прежде всего, на позитивных аспектах работы с людьми (врачей, педагогов, социальных работников и т. д.). Вместе с тем совершенно очевидно, что именно работа с людьми в силу предъявляемых ею высоких требований, особой ответственности и эмоциональных нагрузок потенциально содержит в себе опасность тяжелых переживаний, связанных с рабочими ситуациями, и вероятность возникновения профессионального стресса.

Впервые на эту проблему обратили внимание американские специалисты в связи с созданием и массовым распространением социальных служб, работники которых, имеющие профессиональное образование или получившие специальную подготовку в области психологии или социологии, по долгу службы вступали в постоянные контакты с посетителями, приходившими к ним со своими разнообразными и, как правило, довольно тяжелыми проблемами. Часто их единственной обязанностью в подобных случаях было оказание психологической поддержки - выслушать, поддержать, если возможно, что-то посоветовать.

Несмотря на специальную подготовку и подбор персонала, руководство служб через некоторое время их работы нередко сталкивалось с фактами неудовлетворительной работы сотрудников, прежде всего с жалобами посетителей на их невнимание, равнодушие и даже грубость. Проведенные исследования привели к обнаружению своеобразного профессионального стресса - «стресса общения», который в сочетании с другими профессиональными стрессами, приводит к возникновению так называемого феномена «эмоционального выгорания».



«Термин - «эмоциональное сгорание» был введен американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергером в 1974 г. для характеристики психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи».

М.В. Фирсов, Е.Г. Студенова

Синдром включает в себя три основные составляющие, выделенные К. Маслач⁵: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений.

Развитию синдрома эмоционального выгорания предшествует *период повышенной активности*, когда человек полностью поглощен работой, отказывается от потребностей, с ней не связанных, забывает о собственных нуждах, а затем наступает первый признак - истощение. Оно определяется как чувство перенапряжения и истощения эмоциональных и физических ресурсов, чувство усталости, не проходящее после ночного сна. После отдыха эти явления уменьшаются, однако возобновляются по возвращении в прежнюю рабочую ситуацию.

Вторым периодом синдрома эмоционального выгорания является *личностная отстраненность*. Профессионалы при изменении своего со- страдания к ученику (пациенту, клиенту), расценивают развивающееся эмоциональное отстранение как попытку справиться с эмоциональными стрессорами на работе. В крайних проявлениях человека почти ничто не волнует из профессиональной деятельности, почти ничто не вызывает эмоционального отклика - ни положительные, ни отрицательные обстоятельства. Утрачивается интерес к ученику (пациенту, клиенту), который воспри-

⁴ Фирсов М.В., Студенова Е.Г. Теория социальной работы: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Владос, 2001.– 432 с.

⁵ Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются (1978) // Библиотека электронного журнала по управлению персоналом hr-land.com. – Режим доступа: <http://www.hr-land.com/pages/lib.html> (дата обращения: 12.01.2010).

нимается на уровне неодушевленного предмета, само присутствие которого порой неприятно.

Третьим периодом является ощущение утраты собственной эффективности, или *падение самооценки* в рамках выгорания. Человек не видит перспектив в своей профессиональной деятельности, снижается удовлетворение работой, утрачивается вера в свои профессиональные возможности.

Синдром эмоционального выгорания развивается поэтапно и каждому этапу характерны определенные признаки, которые вызываются определенными факторами. Эмоциональное выгорание тем заметнее, чем больше физических и психологических затрат требует от человека профессиональная деятельность.

Первоначально, когда начались исследования этого явления, количество профессионалов, относимых к подверженным «эмоциональному сгоранию», было незначительно: сотрудники медицинских учреждений и различных общественных благотворительных организаций. В дальнейшем группа профессионального риска была расширена: наряду с полицейскими, юристами, продавцами, менеджерами всех уровней в эту группу вошли и учителя.

Впервые исследования механизмов и условий возникновения профессиональной дезадаптации учителей были проведены А.С. Шафрановой⁶. В 20-х годах изучалась гипотеза 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.

⁶ Цит. по: *Шутова И.Ю.* Проблемы педагогической профессии и пути их разрешения // Ученые записки Таврического национального университета. – 1997. - № 3 (42). – Режим доступа: <http://www.crimea.edu/tnu/magazine/scientist/edition3/n03018.html> (дата обращения: 20.01.2020).

К особенностям группы «высших профессий» были отнесены следующие положения: работа всегда новая, ряд компонентов недоступен 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».

По данным социально-демографических исследований труд педагога относится к числу наиболее напряженных в эмоциональном плане видов труда. Так, по степени напряженности нагрузка педагога в среднем больше, чем у менеджеров и банкиров, генеральных директоров и президентов ассоциаций, т.е. тех, кто непосредственно работает с людьми.

Для работы педагога характерны:

- *информационный стресс*, возникающий в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе при высокой степени ответственности за их последствия;
- *эмоциональный стресс*, когда под влиянием опасности, обид возникают эмоциональные сдвиги, изменения в мотивации, характере деятельности, нарушения двигательного и речевого поведения.



«Для профессии педагога характерны факторы, повышающие эмоциональную напряженность – это ролевая неопределенность и социальная оценка».

М.В. Борисова

Существует несколько групп стрессоров, вызывающих у учителя нервные состояния⁸.

Группа 1 составляют стрессоры, вызываемые условиями педагогического труда. Это быстрое переключение на работу по-новому; материальные затруднения; монотонная работа; обязанность работать дома (подготовка к занятиям, проверка тетрадей); отсутствие стимулов качественной работы; нереализованные профессиональные знания и умения; перегрузка внеурочной деятельностью; перегрузка уроками.

Группа 2 - стрессоры, возникающие по личностным причинам. Это: дефицит знания психологии школьников; когнитивный диссонанс; нехватка времени; нехватка знаний по педагогической технологии; ошибки в выборе профессии; ошибки в общении с учениками, коллегами, администрацией, родителями учащихся; «сгорание» на работе; чувство высокой ответственности за результаты работы.

Группа 3 - стрессоры, провоцируемые администрацией школы. Сюда входят: аттестация педагогического профессионализма; контроль работы учителя извне; конфликты с администрацией; оскорбления со стороны администрации и коллег.

Группа 4 - стрессоры-конфликты с учащимися. Это: конфликты с родителями учащихся; конфликты с учащимися; низкая успеваемость школьников по предмету; плохая дисциплина учащихся на уроке.

Группа 5 - стрессоры в общении с коллегами. Сюда входят: конфликты, мотивированные негативными проявлениями в оценках деятельности и личностных качеств партнеров по работе: конфликты немотивированные (психофизиологическая несовместимость, безотчетная неприязнь и т. д.); напряженность, инспирированная группировками в коллективе; одиночество из-за замкнутости или позиции «отвергаемого» в коллективе; столкновения на почве антагонизма в педагогической технологии.

Перечисленные выше группы стрессоров в полной мере можно отнести и к труду педагога по физической культуре. В этой связи, анализ собственной деятельности как процесс осмысления физкультурно-педагогического опыта является важнейшим и своеобразным инструмен-

⁷ Борисова М.В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов // Вопросы психологии, 2005. – №2. – С. 96-103.

⁸ Журавлев В.И. Основы педагогической конфликтологии. – М., 1995. – 183 с.

том преодоления существующих в работе трудностей, является стимулом для самосовершенствования. Поэтому развитие способности учителя к самоанализу собственной деятельности является основным условием для выявления профессиональных затруднений и образовательных потребностей.

Исходя из специфики труда, уровень стрессоустойчивости учителя напрямую связан с развитием умений педагогического общения. Немаловажным являются и рефлексивно-перцептивные умения педагога, которые заключаются в его умении познать собственные индивидуальные особенности, оценить свое психическое состояние, а также осуществить разностороннее восприятие и адекватное познание личности учащегося.

Данные личностные качества профессионально ценностные, они необходимы как условие, они достаточны для педагога, но они обладают еще одной важной ролью: сберегают физическое, психическое здоровье педагога, укрепляют его духовные силы.

Проблема физического и психического здоровья педагога, в свете рассматриваемого вопроса, становится особенно актуальной.

Эксперты Всемирной Организации Здравоохранения отмечают неблагоприятный для здоровья повседневный стиль жизни и поведения на рабочих местах большей части населения различных стран. Это наиболее остро проявляется в ситуациях, когда проблемы психического здоровья возникают в связи с глубокими социальными изменениями или из-за необходимости заниматься не приносящим удовлетворения делом, что весьма характерно для многочисленных групп населения в нашей стране, в том числе и для педагогов.

Основными психологическими показателями профессионального здоровья-нездоровья педагога, являются следующие:

- эмоциональные состояния (конфликтность, некомпетентность, эгоцентризм, неуравновешенность);
- личностные свойства (раздражительность, депрессивность, гнев, спонтанная и реактивная агрессивность, тревога);
- процессы самоуправления (самоуправление, самоконтроль, прогнозирование действий, трудность в оценке ситуаций).

Указанная сторона здоровья учительства обусловлена многими социальными, экономическими, жилищно-бытовыми факторами. Немалая роль здесь, конечно, и психического напряжения, сопровождающего профессио-

нальные будни педагога. В целях экономии своих энергоресурсов, многие педагоги прибегают к различным механизмам психологической защиты и, по крайней мере, обречены на эмоциональное выгорание.



«Особенность профессионального труда педагога часто связана с риском патологии сердечно-сосудистой системы, заболеванием сосудов головного мозга, нарушений деятельности желудочно-кишечного тракта. Подобная соматическая патология сопровождается, как правило, клиникой невротоподобных нарушений».

В.В. Бойко

Существует определенная пороговая величина уровня напряжения (фрустрационная толерантность), превышение которой ведет к качественно иным воздействиям на поведение. Толерантность к фрустрации является переменной величиной, зависящей от величины напряжения, особенностей личности индивида и ситуации.

Низко оценивают свое психологическое здоровье рабочие. Возможно, это объясняется сохраняющимся экономическим упадком и производственным кризисом в стране, притом, что наиболее остро кризис в экономике касается именно трудящихся в сфере промышленного производства. Еще ниже оценивает свое психологическое здоровье интеллигенция. Скорее всего, такое положение обусловлено тем, что сфера интеллектуального труда, являясь дотационной, оказалась в наиболее сложном положении с точки зрения государственного финансирования и «самовыживания» в условиях рынка.

В этой связи необходимо принятия мер ранней профилактики стресса и сохранения психического здоровья педагогов. Существует положительная связь между степенью психического выгорания и наличием тех или

⁹ Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М.: Филинь, 1996. - 472 с.

иных акцентуаций черт характера педагога. Необходимо отметить, что зависимость эмоционального выгорания от акцентуаций личности заметно возрастает с увеличением педагогического стажа.

Акцентуация - это крайний вариант нормы, при котором отдельные черты характера чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей устойчивости к другим.

Автором концепции акцентуации является немецкий психиатр Карл Леонгард, он ввёл термин «акцентуированная личность». Согласно теории А.Е. Личко¹⁰, по степени выраженности можно выделить два вида (две стадии) акцентуаций: 1) явная акцентуация - крайний вариант нормы: черты характера достаточно выражены в течение всей жизни, не наступает декомпенсации при отсутствии психотравм; 2) *скрытая акцентуация* - обычный вариант нормы. Черты характера этого типа проявляются в основном при психотравмах, но не отмечается хронической дезадаптации.



«Индивидуальные черты придают характеру человека неповторимость, не являясь патологическим отклонением от «среднего»».

К. Леонгард

С возрастом акцентуации могут меняться - возрастать или сглаживаться. Наличие определенных акцентуаций зависит от профессиональной деятельности.

Структура синдрома эмоционального выгорания имеет специфику в зависимости от стажа работы педагога и его возраста: взаимосвязь компонентов синдрома увеличивается в процессе возрастного и профессиональ-

¹⁰ Личко, А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков.- Л.: Медицина, 1977. - 167 с.

¹¹ Леонгард К. – Цит. по: Ганеева, Э.Р. Синдром выгорания на фоне проявлений акцентуаций черт характера школьного учителя: дис. ... канд. психол. наук. - Казань, 2005. - 153 с.

ного развития. Наибольшая интегрированность компонентов характерна для педагогов со стажем от 10 до 20 лет и в возрасте от 41 до 55 лет.

Что касается зависимости эмоционального выгорания и пола, то, феминизированность профессии педагога имеет целый ряд отрицательных моментов. В педагогической деятельности у женщины профессиональная роль подчиняется гендерной, что ограничивает самоактуализацию ее личности.



«В ходе профессионализации в педагогической деятельности увеличивается сходство гендерных представлений педагогов с существующим в культуре традиционным представлением о женщине».

Л.Н. Ожигова

Кроме того, среди женщин наблюдается повышенная, в сравнении с мужчинами, заболеваемость психическими болезнями, высокая «стрессированность», вызываемая бытовыми неурядицами из-за не меньшей загруженности работой по дому, недостаточности внимания, уделяемого домашним делам и т.п.

В этой связи закономерно возникает вопрос: «Может ли человек, имеющий такие проблемы, успешно осуществлять процесс образования подрастающего поколения?»

Исследования показывают, что более всего риску возникновения синдрома эмоционального выгорания подвержены лица, предъявляющие непомерно высокие требования к себе. В их представлении настоящий специалист - это образец профессиональной неуязвимости и совершенства. Входящие в эту категорию личности, ассоциируют свой труд с предназначением, миссией, поэтому у них стирается грань между работой и личной жизнью. Кроме этого, выделяют три типа людей, которым грозит синдром эмоционального выгорания.

¹² Ожигова Л.Н. Гендерная интерпретация самоактуализации личности в профессии (На материале педагогической профессии): дис. ... канд. психол. наук. - Краснодар, 2000. - 196 с.

Первый тип - так называемый «*педантичный*». Основные характеристики этого типа: добросовестность, возведенная в абсолют; чрезмерная, болезненная аккуратность, стремление в любом деле добиться образцового порядка (пусть в ущерб себе).

Второй тип - «*демонстративный*». Люди этого типа стремятся превзойти во всем, всегда быть на виду. Вместе с тем им свойственна высокая степень истощаемости при выполнении незаметной, рутинной работы.

Третий тип - «*эмотивный*». «Эмотики» бесконечно, противоестественно чувствительны и впечатлительны. Их отзывчивость, склонность воспринимать чужую боль как собственную граничит с патологией, с саморазрушением, и все это при явной нехватке сил сопротивляться любым неблагоприятным обстоятельствам.

Хроническое эмоциональное напряжение предопределяет физическую и психологическую дистанцию от своих партнеров по общению. Физическое дистанцирование проявляется в том, что там, где это возможно, работники начинают сокращать рабочее время и увеличивать рабочие перерывы. Западные исследователи отмечают прямую связь между профессиональным выгоранием и увольнениями с работы. Нередки случаи, когда работник стремится перейти на административную работу в той же области, так как она допускает меньшее вовлечение в проблемы людей.

В психологическом отношении характерным для синдрома выгорания, как уже указывалось, является развитие чувства недовольства собой или разочарования. Это проявляется в переживаниях собственной неспособности, некомпетентности или человеческих недостатках.

В повседневной рутине синдром профессионального выгорания подкрадывается незаметно, в окружающей ситуации как будто ничего не изменилось, ситуационные причины идентифицировать трудно, и, следовательно, человек невольно начинает искать причины происходящего в самом себе. Кроме того, как правило, эти проблемы не обсуждаются в своем коллективе, кажется, что окружающие ничего подобного не переживают, и это также способствует приписыванию причин своего изменившегося состояния себе самому.



«В отечественной практике несомненное влияние оказывают социальные требования соответствия определенным профессиональным образцам, которые являются особенно жесткими в случае «человеческих» профессий, что усиливает переживание собственной несостоятельности».

А.А. Реан, А.А. Баранов

Переживания человека могут реально сказываться на качестве его деятельности, как бы подтверждая для него правильность его негативных суждений в свой адрес. Тенденция к самообвинению может стать столь сильной, что приводит к возникновению саморазрушительных процессов. Нарушение самоуважения часто является центральной характеристикой депрессии. Человек может считать, что он терпит неудачи на работе, что он вообще потерпел неудачу в жизни, что его принципы и идеалы не осуществились, и он переживает жизненное разочарование.

В качестве причин наиболее сильных негативных переживаний, связанных с работой, педагоги разных возрастов и групп, как правило, называют «отсутствие результата» («ощущений, что работаешь впустую», «чувственную отчаяние, когда что-то не удалось, не получилось, когда вижу равнодушие и непонимание, неудачи ребят в учебе» и т. д.). Ощущение утраты смысла деятельности, обесценивание и бессмысленность своих усилий являются сильнейшим фактором переживаний учителей.

Специалисты в области выгорания сходятся на том, что развитие «выгорания» не ограничивается профессиональной сферой и его последствия начинают ощутимо проявляться в личной жизни человека, его взаимодействии с другими людьми, в других ситуациях его бытия. Болезненное разочарование в работе как способе обретения смысла окрашивает всю жизненную ситуацию.

¹³ Реан А.А., Баранов А.А. Факторы стрессоустойчивости учителей // Вопросы психологии. - 1997. - №1. - С.45-49.

Следует отметить, что на разных этапах профессиональной деятельности складываются различные ситуации, обуславливающие возникновение у педагогов профессиональных деформаций.



«Для каждого этапа характерна своя ситуация развития, своя ведущая форма активности, своя конкретная задача профессионализации, свой кризис. Решение человеком этой задачи приводит к качественным и количественным изменениям ситуации развития, что в свою очередь, обуславливает переход на следующую стадию профессионального становления личности и выход из сложной кризисной фазы».

Е.В. Иванова

Становление индивида профессионалом - это целостный, непрерывный, многоэтапный процесс формирования специфических видов трудовой активности человека, регулируемый на основе комплекса личностных и социальных факторов, являющийся частью жизненного пути личности. Причина многоэтапности заключается в том, что объективные и субъективные условия, в которых осуществляется профессиональное становление личности, не остаются постоянными на всем его протяжении, они качественно изменяются.

Выделяют следующие стадии профессионализации:

1. *Стадия оптации*¹⁵, где профессиональное становление личности начинается через формирование профессиональных намерений. Учеба в старших классах носит профессионально ориентированный характер. Изменяется социальная ситуация развития: происходит столкновение желае-

¹⁴ Иванова Е.В. Личностные особенности, обуславливающие возникновение профессиональной деформации учителя, и их изменения в процессе профилактико-коррекционной работы: дис. ... канд. психол. наук. - Ярославль, 2003. - 163 с.

¹⁵ Оптация (от лат. optatio - желание, избрание) - осознанная подготовка к «жизни», к труду, планирование, проектирование профессионального жизненного пути.

мого будущего и реального настоящего, которое приобретает характер кризиса учебно-профессиональной ориентации, причиной которого является необходимость выбора способа получения профессионального образования.

2. *Стадия профессионального образования и подготовки.* В процессе профессионального образования, часто наступает разочарование в выбранной профессии. Это кризис профессионального выбора. Конфликт отсутствует.

3. *Стадия профессиональной адаптации.* Изменяется ситуация профессионального развития: новый разновозрастной коллектив и социально-профессиональные ценности, иная социальная роль и иерархическая система производственных отношений, новый вид текущей деятельности - профессиональный. Причина кризиса профессиональных ожиданий¹⁶ на этой стадии - несовпадение профессиональной действительности и ожиданий.

4. *Стадия первичной профессионализации.* На завершительном этапе стадии первичной профессионализации появляется неудовлетворенность профессиональной жизнью, потребность в профессиональном росте. Если перспектив нет, то появляется ощущение дискомфорта.

5. *Стадия вторичной профессионализации.* Специалист становится профессионалом. Выработан индивидуальный стиль деятельности. Происходит стабилизация всех сторон профессиональной жизни, что может способствовать профессиональной стагнации¹⁷. Человек «перерастает» свою профессию.

6. *Стадия мастерства.* Если не удовлетворяется потребность в самореализации, то человек испытывает недовольство собой, профессией. Это кризис социально-профессиональной самореализации.

7. *Стадия выхода на пенсию.* Кризис утраты профессии, связанный с необходимостью усвоения новой социальной роли, норм поведения. Острота протекания зависит от характера трудовой деятельности, семейного положения и здоровья.

¹⁶ Экспектация - система ожиданий или требований относительно норм исполнения индивидом ролей социальных; представляет собой разновидность санкций социальных, упорядочивающих систему отношений и взаимодействий в группе.

¹⁷ Стагнация (латин. stagnatio - неподвижность) – застой, отсутствие развития.

Таким образом, базовыми личностными детерминантами профессиональной деформации учителей являются: авторитарность, ригидность и не-критичность мышления, завышенная самооценка, социальная зависимость, консерватизм.

В профессиональной деятельности происходит смещение критериев оценки личности. Содержание профессиональной деятельности и характер конкретных задач оказывает существенное влияние на структуру критериев оценки личности. Стабильные или нестабильные условия профессиональной деятельности, критические условия жизнедеятельности, рутинный или экстремальный характер задач существенно влияют на предпочтение тех или иных критериев оценки личности в профессиональной деятельности. Для начальной стадии профессиональной карьеры характерно преобладание личностно-мотивационных критериев, с повышением профессионализма и должностного статуса, с возрастом, происходит, как правило, смещение критериев оценки личности в сторону объективно-результативных.

Проблема профессионального выгорания тесно связана с вопросами *психологических барьеров* и барьероустойчивости в профессиональной деятельности.

Вся жизнедеятельность человека состоит из преодоления непрерывной цепи барьеров, таких как физических, духовных, социальных, ценностных, информационных и т.д.

Психологический барьер рассматривается как отрицательное влияние прошлого опыта, препятствующее пониманию и правильной оценке ситуации, фактов, закономерностей, выбору способов действия, стратегии решения проблемы, инновациям.



«Психологический барьер - это внутреннее препятствие психологической природы (нежелание, боязнь, неуверенность и т.п.), мешающее человеку успешно выполнять некоторые действия. Часто возникает в деловых и личных взаимоотношениях людей и препятствует установлению между ними открытых и доверительных отношений».

Р.С. Немов

Повышение способности педагога противостоять многочисленным трудностям является важнейшим фактором эффективности профессиональной педагогической деятельности. В этой связи, барьероустойчивость следует рассматривать как психическое состояние, позволяющее личности педагога адекватно воспринимать трудности, контролировать свои чувства, поведение и быстро находить конструктивные пути выхода из ситуаций барьера.

В отличие педагогов других специальностей, у педагога по физической культуре физический облик и образ жизни, физические кондиции и здоровье, спортивный дух и форма являются необходимым элементом профессии. Однако с возрастом у педагогов по физической культуре происходят деструктивные изменения не только на профессионально-педагогическом уровне (психологические барьеры, личностные деформации, эмоциональное выгорание, профессиональное старение), но и биологическом, так как возрастает избыточный вес, угасают базовые физические качественные параметры, а вместе с ними утрачивается точность, эстетическая привлекательность движений, прежде всего, техника выполнения физических упражнений.

В этой связи особую актуальность в оптимизации профессиональной деятельности учителя физической культуры представляют аспекты, связанные с преодолением профессионально-педагогических, индивидуальных барьеров и затруднений, препятствующих успешности профессиональной деятельности.

¹⁸ Немов Р.С. Психология. Общие основы психологии. - М.: Просвещение, 1994. - 576 с.