

## К ПРОБЛЕМЕ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ УЧИТЕЛЮ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОГО СТРЕССА

Глушкова Н.И., Борисенко Н.В.

*Ставропольский государственный университет*

*Ставрополь, Россия*

Неблагоприятные социальные, экологические, политические, экономические, психологические факторы, воздействующие на личность учителя, оказывают деструктивное воздействие на профессиональные особенности, свойства, качества педагога. Они часто приводят к деформациям личности, формированию личностной дезадаптации, к образованию устойчивых состояний, которые препятствуют процессам оптимального протекания жизнедеятельности организма. Процессы деформации личности наиболее заметны в профессиональной деятельности одних педагогов, и совершенно не затрагивают других учителя. В связи с этим нас заинтересовала проблема выявления факторов, определяющих способность учителя противостоять деструктивным воздействиям на личность, связанным с выполнением профессионального труда. Деструктивное воздействие на личность учителя оказывают психологические трудности педагогической деятельности. Психологические негативные явления в педагогической деятельности многими исследователями рассматривались в контексте всей жизнедеятельности учителя.

Для социальной профессиональной среды педагогической деятельности характерными являются условия, в которых возникают ситуации, затрудняющие взаимодействие учителя с окружающими людьми. Такими являются:

- ситуации изменения социального положения, статуса, звания учителя, создающие определенный положительный или отрицательный микроклимат в коллективе. Возникновению непонимания, конфликтов в учительской среде также могут способствовать факторы аттестации, конкурсы, сопоставления учителей друг с другом по различным показателям и др.;

- ситуация вхождения в новую профессиональную среду, смена социальных ролей педагога, возникающие при переходе в другую школу, на другую должность, при необходимости переучиваться. Данные ситуации могут вызвать у учителя профессиональный социальный и культурный шок (стресс, ностальгия и др.);

- ситуация конфликта в педагогическом сообществе, возникающая при отсутствии взаимопонимания, неспособности найти конструктивные пути разрешения конфликта. Конфликт способствует возникновению беспомощности, неуверенности в себе, агрессивности, эмоциональной напряженности, снижению работоспособности и др.;

- ситуация социально-экономической неустойчивости, характерная для современного этапа развития нашего общества социальная и экономическая нестабильность, ситуация хронического и острого информационно-стрессового и экологического воздействия на психику и мозг, возникающая в результате незащищенность учителя (потеря работы, снижение статуса профессии) вызывает негативные состояния страха за свое будущее, утраты перспективы, чувство безысходности, установки на худший исход;

- экстремальная ситуация кризиса в профессионально-педагогической деятельности (изменения в системе ценностей в обществе, низкая социальная оценка результатов педагогической деятельности) вызывает неудовлетворенность трудом, желание сменить место работы, разрушение целостного образа самого себя, стремление найти новые критерии или новые возможности в своей профессии.

В силу возникновения отрицательных чувств, тревоги, страха, существования стереотипов индивидуального и массового сознания, инновации, затрагивающие образ жизни, интересы и привычки людей, могут вызывать у них болезненные явления. Это обусловлено блокированием жизненных потребностей в безопасности, защищенности, самоутверждении и др. В среднем на учителя возлагается более ста функциональных обязанностей. Такая профессиональная загруженность требует достаточного ресурсообеспечения реализации педагогической деятельности. Эффективное выполнение учителем своих профессиональных обязанностей неразрывно связано с разработкой и использованием им творческих подходов и инновационных технологий в своей деятельности. Препятствиями, создающими основные психологические затруднения творческой активности, выступают отсутствие необходимых знаний, неумение отказаться от сложившихся стереотипов, склонность быть похожим на других, неверие в творческие возможности своих учеников, неспособность организовать творческий процесс, излишняя напряженность, отсутствие необходимых для творчества условий, склонность к конформизму, лень.

К негативным последствиям деструктивного влияния на личность можно отнести и "синдром эмоционального сгорания", выделенный Е. Малером и в дальнейшем исследованный Н.А. Аминовым. Основными признаками этого синдрома являются: истощение, усталость; психосоматические осложнения; бессонница; негативная установка к людям; негативная установка к работе;

пренебрежение исполнением своих обязанностей; увеличение приема психостимулянтов (табак, кофе, алкоголь, лекарства); уменьшение аппетита или переедание; негативная самооценка; усиление агрессивности (раздражительности, гневливости, напряженности); усиление пассивности (цинизм, пессимизм, безнадежность, апатия); чувство вины (свойственно для людей профессионально, интенсивно взаимодействующих с другими людьми). Изучая проявления "синдрома эмоционального сгорания" в педагогической деятельности, различными исследователями определяются его факторы и детерминанты. Н.А. Аминов предполагает, что он доминирует у учителей, показывающих профессиональную непригодность. Качество сопротивляемости развитию этого синдрома (развивающегося в процессе и результате деятельности) зависит от индивидуальных психофизиологических особенностей, которые в значительной мере обуславливают и сам синдром сгорания.

Многими исследователями отмечается, что психологические затруднения возникают в период кризисов профессиональной деятельности, когда дальнейшее развитие, формирование индивидуального стиля невозможны без коренной ломки сложившейся деятельности. В качестве основных факторов затруднений в большинстве замеченных исследований выделяются следующие: изменение социально экономических и, как следствие, профессиональных условий жизнедеятельности учителей; осознание необходимости дальнейшего профессионального самосовершенствования с целью преодоления сложившихся стереотипов деятельности и поиска творческих, инновационных подходов и технологий; перестройка ценностно-смысловых и мировоззренческих позиций учителя, связанных с преобразованиями в общественной жизни.

Проблема психологических затруднений деятельности учителя рассматривается с разных позиций. Н.В. Кузьмина определяет трудности в педагогической деятельности учителя как субъективное состояние напряженности, тяжести, неудовлетворенности, которое навязывается внешними факторами деятельности и зависит от характера самих факторов, образовательной, нравственной и физической подготовленности человека к деятельности и отношения к ней. Снижение отрицательно окрашенных состояний учителя, как правило, связано с усилением положительных действий учителя. У педагогов чаще, чем у других возникают психологические барьеры, конфликты с окружающими. Причем количество активных форм реагирования (агрессия, фиксация) значительно больше, чем астенических реакций (регрессия, депрессия), т.е. учителя могут являться опасным источником индуцирования дезадаптации других людей. К негативным последствиям повторяющихся фрустраций относят и возможность формирования у учителей таких свойств личности, как несдержанность, грубость или неуверенность в своих силах, тревожность.

Психотравмирующие воздействия внешней среды, экологических катаклизмов, социальных проблем, воздействия средств массовой информации обуславливают нервно - психические расстройства, невротические и неврозоподобные психические расстройства, невротические и неврозоподобные состояния или декомпенсацию поведения учителя.

Анализ данных собственного экспериментально-психологического исследования разных контингентов учителей показал, что полученные результаты позволяют не только психотипологически их дифференцировать, но и определять степень выраженности личностной и поведенческой аномальности, распределяя испытуемых в конституционально-континуальном пространстве на диапазон психологической нормы – акцентуации и диапазон пограничной аномальной личности (ПАЛ). В нашем исследовании изучены психологические проблемы учителей общеобразовательной школы в зависимости от принадлежности к определенному континууму: норме – акцентуации – пограничной аномальной личности. Впервые с использованием многомерных методов изучения личности учителей общеобразовательных школ получены психологические характеристики базисных копинг-стратегий и личностно-средовых копинг-ресурсов, позволяющие оценивать индивидуальный поведенческий копинг-стиль и его влияние на профессиональную деятельность и адаптацию учителей средних школ.

Основными условиями для обеспечения процесса созидательного саморазвития, самореализации и самопознания субъекта образования в диапазоне психологической нормы – акцентуации следует считать наличие позитивных субъект-субъектных отношений между учителем и учеником, включение субъекта образовательного пространства в решение жизненно важных проблем; создание оптимальных для саморазвития субъекта групповых ценностей и установок. Созидательная субъектности, свойственная диапазону психологической нормы-акцентуации, обеспечивает развитие индивидуальности как процесса восстановления способности быть субъектом и определять свое нравственное развитие и саморазвитие. Не совокупность системных свойств определяет индивидуальность субъекта образования, а психическое как «живой процесс», зависящий от постоянного взаимодействия социальных и конституционально-психотипологических факторов.

Подтверждено, что неблагоприятные факторы социальной среды приобретают деструктивную значимость лишь при взаимодействии с конституционально-психотипологической предрасположенностью личности. Психолого-математические модели диагностики аномальной личностной изменчивости у субъектов образования позволили доказать, что неустойчивые, нестабильные конституциональные механизмы защиты в виде психологической компенсации и адаптации подвергаются «срыву» в условиях деструктивного социально-профессионального воздействия.

Место расположения учителя в конкретном диапазоне конституционально-континуального пространства, позволяет на высоко достоверном уровне прогнозировать вероятность индивидуальной психотипологической и личностной чувствительности к

деструктивным внешним факторам; определять риск развития аномальной личностной и поведенческой изменчивости, деструктивной субъектности; определять толерантность изучаемого субъекта к неблагоприятным условиям профессиональной деятельности.

Разработаны и внедряются комбинированные методы и методики специализированной психологической помощи, адекватность и эффективность которых зависит от содержания применяемых методов психокоррекции, вступающих во взаимодействие с различной степенью выраженности конституционально-психотипологической predisposition личности учителя.

Выделены комбинации психокоррекционных методик более адекватных для испытуемых, располагающихся в диапазонах пограничной аномальной личности и психологической нормы-акцентуации. Система специализированной психологической помощи способна не только восстановить конституциональные механизмы компенсации и адаптации, но и способствовать стабилизации созидательной субъектности на уровне самореализации у педагогов, относящихся к диапазону психологической нормы-акцентуации в условиях нахождения в деструктивной социальной среде