



Ж И З Н Ь

В П Р О Ф Е С С И И

## ЕЩЁ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ... К «ВЫЖАТЫМ ЛИМОНАМ»

### Профессионально-личностное саморазвитие педагога

**Светлана Белова,**

доцент Волгоградского государственного педагогического университета, кандидат педагогических наук

Что такое Своя Судьба? Это наше высшее предназначение, путь, уготованный нам Господом здесь, на Земле. Всякий раз, когда мы делаем что-то с радостью и удовольствием, это означает, что мы следуем Своей Судьбе.

*Пауло Коэльо*

Между нами, училками, говоря... ходят слухи, что: ...работать в школе могут только люди со стальными нервами;

...в педколлективах постоянно возникают конфликты — явные или скрытые;

...учителя, в большинстве своём, народ «отсталый» и «скучный»;

...до своих собственных детей у учителя руки не доходят — сапожник, мол, без сапог;

...среди педагогов много одиноких, не устроенных в личном плане, женщин;

...учителя любят учить и поучать других, но сами не желают учиться.

(Факту наличия слухов верить — «подслушано» из разговоров детей и родителей)

...Она идёт по улице, неся в руках тяжеленные сумки: в одной — только что купленные в ближайшем магазине продукты, в другой — книги и тетради. Любой прохожий может без труда угадать в этой женщине представительницу армии просвещенцев. Говоря по-иному, на лбу написано: «Училка». В глазах читается вселенская ответственность и за человечество, и за каждого ребёнка, а во всём облике — давнишняя усталость и эмоциональная опустошённость. Сама себя она, видимо, ощущает «выжатым лимоном» или «остывшей печкой»...Учительница возвращается из школы. Сыграв свою роль в «школьном театре», она понимает, что уже нет вдохновения для «театра семейного» и «роли» Матери, Жены, Женщины. Муж, дети или собственное подсознание «голосом» Станиславского будут кричать: «Не верю!».

Согласитесь, что портрет такой «героини нашего времени» типичен. И хотя есть среди педагогов немало талантливых, жизнерадостных, целеустремлённых личностей, но не они отражают «лицо» массовой школы. Дело даже не в том, что мало талантливых учителей. Талантов хватает! Недостаёт сил свой талант культивировать и развивать, недостаёт «горючего», чтобы гореть и зажигать детей, увлекая их за собой в мир познания.

Обычно, когда говорят об устаревших предметах (станках, машинах), имеют в виду *выработанность*, *изношенность* ресурсов, возможностей, заложенных в них. И хотя нельзя сравнивать человека с машиной, но стоит обратить внимание на *выработанность ресурса* учителя. Задумаемся над тем, сколько людей (подавляющее большинство из них женщины) «сгорели» в школе, ушли на пенсию опустошёнными, разрушенными. Здание учебного заведения можно сравнить с фабрикой, образ которой нарисовал М. Горький в подзабытом нашими современниками романе «Мать» (возможно, грубое сравнение): школа в конце рабочего дня «выбрасывает» из своих дверей людей, «как отработанный шлак». Такова



специфика педагогической работы? Или дело в чём-то другом, например, в условиях и укладе жизни конкретного школьного коллектива, в непродуманности режима дня, в отсутствии готовности учителей восстанавливать «издержки производства».

О личности педагога много говорят и спорят на протяжении всей истории педагогики. Спорят в основном учёные и публицисты, а в школах сегодня, как и прежде, в центре внимания остаются образовательные *методы и методики, процесс и результат* обучения и воспитания. Особенно горячо нынче обсуждаются проблемы модернизации школы, в числе которых компьютеризация, технологизация, гуманизация, Единый государственный экзамен. Учитель же в своём конкретном индивидуально-личностном *воплощении* остаётся непознанным и непонятым, наедине со своими нерешёнными психологическими и житейскими проблемами.

Общество, правительство, министерство, городские и районные органы управления образованием, администрация образовательного учреждения — каждая из этих *ступенек* иерархической лестницы даёт свою *статусную цену* среднестатистическому педагогу. Интересно заметить, что цена эта не очень-то поднялась с времён царствования Екатерины II, которая открыла первую семинарию для подготовки учителей. Как свидетельствует Народная энциклопедия научных и прикладных знаний за 1910 год, в течение 17 лет существования семинарии было выпущено 425 педагогов. Этого количества явно не хватало, и «учителей приходилось набирать откуда ни попало». Вряд ли, как утверждает энциклопедия, возможно было привлечь лучших и образованных людей в школу, принимая во внимание, что «учителям в то время платили всего 5 рублей в месяц». Возможно ли сегодня, спустя три столетия, привлечь в школу лучших и образованных людей, предлагая им за труд унизительно низкую зарплату? Не будем спешить с ответом — лучше поглубже посмотрим на реальность, скрывающуюся за категоричным «нет» и сомнительным «да».

Понимая тщетность донкихотского сражения с ветряными мельницами, не стану рассуждать по поводу невнимания государства к учителю. Осмелюсь лишь предположить, что «спасение утопающих — дело рук самих утопающих». Приглашаю коллег к разговору о призвании педагога, о возможных путях его профессионально-личностного саморазвития, о преодолении синдрома «выжатого лимона» — синдрома хронической усталости. Проблема, которая в данном случае возникает, видится мне как проблема *ресурсно-го* обеспечения педагога. Она, согласимся, так же важна, как, например, проблема стандартов в образовании или внедрения новых образовательных технологий. Конечно, если говорить об информатизации обучения, об эффективных способах передачи детям знаний, то тут можно и проигнорировать «человеческий фактор»: компьютер лучше, чем человек, справится с функцией «напичкивания» учеников информацией. Но уж если мы признаём необходимость гуманитарного, то есть «человеческого», образования, то мы обязаны считаться с проблемой личностной готовности учителя *быть* в профессии, проблемой накопления ресурсов, необходимых учителю для того, чтобы стать творцом и *эталонным* носителем культуры.

Наше исследование показывает, что образовательные технологии, ориентированные на становление личности, на развитие духовно-нравственной сферы ребёнка, остаются таковыми только на бумаге, если педагог не готов быть их составляющим «элементом». А не готов он чаще всего по объективным причинам. Нельзя научить красиво танцевать человека на костылях — сначала надо ему вылечиться от хромоты, отбросить костыли и потом уже разучивать сложные «па». У нас же, в педагогической практике, нередко получается так, что учитель берётся за внедрение прогрессивных идей, не подготовив свой психофизический аппарат, не настроив душу, не «излечившись» от деструктивных личностных процессов, не накопив даже физических сил для осуществления намеченных планов.



На факультете повышения квалификации и переподготовки работников образования Волгоградского педагогического университета вот уже несколько лет существует мой авторский курс «Профессионально-личностное саморазвитие педагога». Контекст возникновения данного курса довольно широк. Во-первых, тематика занятий была подсказана самими педагогами и педколлективами образовательных учреждений, с которыми мы сотрудничаем и которые осваивают личностно-развивающие технологии обучения, метод диалога в образовании. Среди них — средние школы № 51, 92, 16 (вечерняя) г. Волгограда, школа «Зелёный шум» и Дворец творчества детей и молодёжи г. Волжского. Во-вторых, нами накоплен уникальный опыт сотрудничества с Высшим театральным училищем им. Б.В. Шукина и опыт работы со студентами в театрально-педагогической студии «Турандот», созданной нами в университете. В-третьих, содержание курса проектировалось с учётом нашего научного анализа проблем гуманитарного образования, диалога как личностно-развивающей технологии и работы автора в качестве учителя литературы в Частной интегрированной школе — экспериментальной площадке Центра проблем личностно-ориентированного образования при педуниверситете.

Думаю, не стоит рассказывать обо всём том, что вошло в содержание нашего курса. Наш опыт — это всего-навсего частный пример решения проблемы профессионально-личностного становления педагога. Тут нет нужды действовать по формуле «делай, как мы». Наш учебный модуль направлен на актуализацию, самообнаружение, самоопределение педагога в профессии, в культуре, в собственной жизни, на поиск учителем собственных путей самосовершенствования. Процесс обучения (самообразования) протекает в логике формирования умений:

- осознавать себя человеком, представляющим собой «гуманитарную систему»;
- развивать свою личностную сферу: осуществлять рефлексию, самооценку и выбор;
- накапливать диалогический опыт взаимодействия (понимать «другое», анализировать свои многочисленные связи с внешним миром, устанавливать созидающие отношения);
- управлять процессом своего образования.

### «Ревизия». Проблема осознания учителем себя

...цель, которой более всего хочет достигнуть человек, та цель, которую он сознательно или неосознанно преследует, состоит в том, чтобы стать самим собой.

*К. Роджерс*

Педагоги (интересно, когда это стало уже массовой практикой?) перестали делиться друг с другом трудностями и рассказывать о своих проблемах и ошибках в работе — это считается *неприличным*. Учитель стал бояться плохой отметки ученика больше, чем сам ученик. Школы отчитываются друг перед другом, пере-

## Программа курса «Профессионально-личностное саморазвитие педагога»

### Пояснительная записка

**Авторский курс** «Профессионально-личностное саморазвитие педагога» создан на основе анализа деятельности учителей по овладению личностно-гуманитарными технологиями и изучения системы подготовки студентов к педагогической профессии, а также на основе изучения опыта воспитания актёра Вахтанговской театральной школы. Ориентирован на руководителей образовательных учреждений, учителей школ и студентов педагогических вузов.

**Предметом** изучения является личность педагога.

**Цель** данного курса — актуализация личностного смысла педагога в многообразии педагогических смыслов и поиск путей «ресурсного» обеспечения своего профессионально-личностного саморазвития.

**Ключевые понятия содержания курса:** человек, индивидуальность, личность, человеческие ресурсы, человек и коллектив как гуманитарные системы, субъективная реальность, монолог и диалог как формы взаимодействия и способы бытия, «Я-Ты-контакт», «Мы-контакт», коммуникативная компетентность, рефлексивная компетентность, «со-бытийная общность».

**Основные методы и техники** обучения — диалог, создание и анализ проблемной ситуации, профессиональная и личностная рефлексия опыта, групповая работа, тренинг умений, деловые и ролевые игры.

**Возможные затруднения и проблемы при изучении курса:**

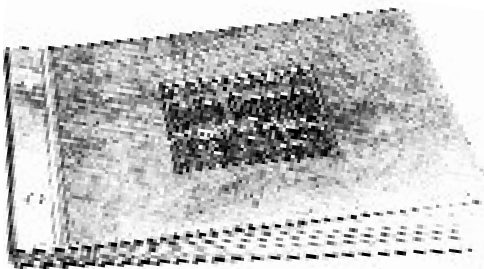
- нежелание преодолевать стереотипы мышления;
- наличие психологических защит и неумение работать в условиях доверия, открытости целевых установок и прозрачности результатов;
- сведение диалогического опыта к обычным вопросно-ответным отношениям.

**Рекомендации преподавателям:**

- 1) перед тем как приступить к изучению курса, необходимо провести анкетирование или собеседование и выявить уровень готовности слушателей к его изучению;
- 2) изучение необходимо начинать с тренинга «Самоактуализация личности и её готовность к диалогу» (или другого адекватного по содержанию и форме), в процессе которого происходит актуализация личностной заинтересованности слушателей в освоении курса и осознание своих, связанных с предлагаемой тематикой, профессионально-личностных проблем;
- 3) работа со слушателями должна строиться в условиях открытости и доверия, на основе рефлексии их управленческой деятельности;
- 4) следует создать условия для того, чтобы слушатели не получали готовую информацию, а добывали её сами в процессе решения проблемных ситуаций;
- 5) нужно нацелить слушателей на дальнейшую самостоятельную работу, связанную с тематикой модуля.

**Актуальность** курса связана с тем, что современный педагог должен уметь ориентироваться в пространстве человеческих отношений и информационных потоков; восстанавливать свою целостность и сохранять личностную автономность; решать гуманитарные проблемы. В современных условиях, когда на наших глазах меняется облик мира, когда общество становится информационным и появляются новые возможности влияния на человеческое сознание, когда преобладает технократическое мышление, возникает реальная опасность утраты личностью контроля над собой. В связи с этим со всей очевидностью признаётся важность одной из таких человеческих компетенций, как диалогическая. Освоение техники внешнего и внутреннего диалога как форм взаимодействия и способов самосовершенствования позволяет личности подняться на более высокий уровень решения широкого спектра гуманитарно-личностных проблем и ориентации в мире субъективной реальности.

числителя победителей конкурсов и олимпиад, количество медалистов и «звёздных» учителей. Педагог *должен* быть *хорошим, правильным, знающим, умеющим, воспитанным*. И вот эти *правильные* и *воспитанные* встречаются сегодня друг с другом для того, чтобы обсудить степень своей заинтересованности в самосовершенствовании и пути личностного роста.

**Первое упражнение — «Фотография из альбома».**

Педагогам предлагается мысленно перелистать альбом с фотографиями: вспомнить людей, события, особенно значимые, выбрать одну фотографию и описать её. Коллеги начи-

нают рассказывать: «Я стою у новогодней ёлки в костюме снежинки»; «Представляю сейчас наш класс на выпускном вечере»; «Мы с молодым человеком, который потом станет моим мужем, сидим на перевёрнутой вверх дном лодке»; «Вся наша семья вместе и мы такие счастливые»; «Мы с родными и близкими стоим около роддома, и муж держит на руках сына»; «Я вижу лицо моей мамы, которой на фотографии столько лет, сколько мне сейчас... Интересно наблюдать, как меняются лица всех присутствующих. Мы, до сегодняшнего дня не знавшие друг друга, как будто попадаем в *общую* жизнь. Постепенно в группе создаётся атмосфера, в которой коллеги начинают чувствовать свободу и безопасность.

После того как мы заглянули друг другу под «маски», попытаемся сформулировать вопросы, которые возникают в связи с тематикой нашего курса, и поделимся своими ответами на предлагаемые вопросы:

- Испытываю ли я удовлетворение от результатов своего труда?
- Довольна ли я уровнем моего профессионального мастерства?
- Могу ли я в полной мере удовлетворить свои потребности, реализовать возможности и способности в своей профессии? Что мне мешает?
- Устраивает ли меня моё место работы?
- Как утверждают исследователи, личностное саморазвитие — это уяснение своего собственного сознания. Что это значит лично для меня? Как я «работаю» над «усовершенствованием» собственного сознания?
- Задумываюсь ли я над своим способом жизни? Как я понимаю его?
- Чему вообще посвящаю я собственную жизнь? Хочу ли её изменить?
- Как я оцениваю свои внутренние ресурсы? Чего мне недостаёт? Чему хочу научиться? Какие «вложения» хочу сделать в себя, в своё будущее?



Отвечая на эти вопросы, попытаемся понять, кто мы. Понять себя как *человека* — это значит увидеть свою программу действий, свои связи с миром, свои возможности и ограничения, что-то попытаться изменить, а с чем-то, объективно взвесив обстоятельства, смириться. Человек — так уж он устроен — в разное время бывает *думающим и чувствующим, действующим и наблюдающим, оценивающим и выбирающим*. Как я «устроена» и что происходит со мной в этом мире? Педагог очень много знает обо всём, что его окружает, но хорошо ли он знает себя? Например, всегда ли он может ответить сам себе, что его вывело сейчас из равновесия, почему вселились в душу хандра и скука. Разъяснение по поводу скуки даёт Эрих Фромм: феномен скуки (тоски) тесно связан с проблемой стимулирования (возбуждения) личности. Существует три категории лиц: люди, способные продуктивно реагировать на стимулирующее раздражение, — они не умеют скучать; люди, постоянно нуждающиеся в дополнительном стимулировании, в вечной смене раздражителей, и люди, которых невозможно ввести в состояние возбуждения нормальным раздражителем. Иными словами, тот, кто испытывает скуку, страдает от недостатка продуктивности. Казалось бы, в школе или другом образовательном учреждении «раздражителей», провоцирующих на эту самую продуктивность, хоть отбавляй. Как говорится, с детьми скучать не приходится. Но посмотрим в глаза иного учителя, объясняющего в десятый раз один и тот же учебный материал, слушающего невнятный ответ ученика у доски, проверяющего тетради или дожидающегося конца затянувшегося педсовета... Как же научиться восполнять свою продуктивность? Это ещё один вопрос, составляющий проблематику курса «Профессионально-личностное саморазвитие педагога».

Педагог, вероятно, должен увидеть себя как целостную *систему*. Система в переводе с греческого означает «целое, составленное из частей», «соединение». Как отмечает Стаффорд Бир, система — одно из названий порядка, противоположность хаосу. Понять себя как систему — это значит увидеть совокупность входящих в свою жизнь элементов и связей между ними. Если главным принципом функционирования системы является целостность, то каковы пути восстановления целостности личности? Коротче говоря, работа над собой, как и любая другая деятельность, требует серьёзных усилий, времени и сил, теоретических знаний и практических умений.

Сложность работы над собой обусловлена тем, что человек — «гуманитарная система», на которую сильное влияние оказывают суждения, восприятия и эмоции человека. Это система открытая, живая, постоянно развивающаяся за счёт взаимодействия её подсистем. Гуманитарные системы, как пишет Э.Н. Гусинский, относятся к самому высокому уровню организации, имеют сложный и многозначный подсистемный состав и многомерное пространство степеней свободы.

Сбой в работе системы выражается в разных формах недугов (физических и душевных). Болезнь, по мнению специалис-

**Принципы** отбора содержания курса:

- системность и целостность видения проблемы самообразования и личностного саморазвития педагога;
- учёт законов и закономерностей личностного роста;
- проблемность;
- опора на профессионально-личностный опыт и опыт самоорганизации участников образовательного процесса;
- диалогичность;
- сравнительный анализ;
- вариативность подходов.

Слушатели, освоившие данный курс, **знают**:

- показатели профессиональной компетентности, педагогической культуры и педагогического мастерства;
- основные законы и закономерности становления личности педагога в культуре;
- способы психофизической работы над собой;
- диалог как характеристику и показатель высокого уровня педмастерства.

**Умеют**:

- провести самодиагностику своего индивидуально-личностного потенциала и измерить уровень собственного педмастерства;
- использовать опыт воспитания актёра для овладения собственным психофизическим аппаратом;
- использовать диалог в качестве способа проектирования самообразования.

**Содержание** данного курса позволяет определить границы своих возможностей и выстроить индивидуальную программу профессионально-личностного саморазвития.

**Курс включает** в себя лекционно-практические занятия и предполагает самостоятельную работу слушателей.

### Тематическое планирование (72 ч)

Тема	1	2	3	4	5
Проблема компетентности современного педагога	4	2	—	2	8
Личность «диалогического» педагога	4	2	6	2	14



Тема	1	2	3	4	5
Творческая индивидуальность педагога	4	—	8	2	14
Искусство работы педагога над собой	4	—	8	2	14
Режиссура педагогической деятельности	4	—	6	2	12
Способы профессионально-личностного саморазвития	4	4	—	2	10

1 — Лекции, 2 — Семинары, 3 — Лекционно-практические занятия, 4 — Индивидуальные занятия, 5 — Всего

## Содержание курса

### Тема 1. Проблема компетентности современного педагога

Конкурентоспособность педагога. Понятия компетентности, педагогической культуры, мастерства. Уровни профессиональной деятельности: нормативно-репродуктивный, ситуативно-креативный, концептуальный. Критерии педагогического мастерства. Методическая, методологическая, психологическая, технологическая, управленческая компетенции учителя.

Коммуникативная компетентность (Ю. Хабермас) и рефлексивная компетентность (К.-О. Апель) как проявление «внешнего» и «внутреннего» диалога. Диалогичность как личностное качество педагога. Диалогичность и индивидуальная форма бытия в профессии как составляющие педмастерства. Гуманитарная культура учителя.

Педагог как «гуманитарная система». Способы управления гуманитарными системами.

### Тема 2. Личность «диалогического» педагога

Личность педагога. Педагогическая этика. Самодиагностика готовности к диалогу. Диалогическая позиция личности. Диалогическое бытие в культуре. Транс-

тов, — это нарушение целостности, потеря способности сопротивляться внешним и внутренним врагам живого организма. Хочется в связи с этим привести слова Вирджинии Ветрано: «Наш мир — это мир мужчин и женщин, которые прекрасно образованы в области непозитивных знаний, т.е. знаний, не связанных с человеком и природой! Можно быть Эйнштейном в математике и болеть несварением желудка. Со всем своим образованием человек принимает аспирин или антацидные препараты от дискомфорта и ведёт себя так, как будто у этого дискомфорта нет причины». Невольно представляется учитель, который прекрасно разбирается в уравнениях и неравенствах, но не знает причин своей обычной мигрени. Конечно, речь идёт не столько о лечении учителей (естественно, периодически болеющих своими профессиональными или индивидуальными болезнями), сколько — об их знаниях о себе, о «самолечении», которое в определённом смысле синонимично понятию «самосовершенствование».

Говоря о целостности человека, нельзя, как мне кажется, отделять профессиональные проблемы от проблем личных и личностных. Посмотрим на цепочку причинно-следственных связей в деятельности учителя. Например, у учеников такого-то класса слабые знания по такому-то предмету, ученики плохо понимают предмет, потому что учитель объясняет невнятно, постоянно раздражается и держит их в страхе, учитель постоянно испытывает психологический и физический дискомфорт, который вызван негативными переживаниями, связанными с нерешёнными личными, межличностными и материальными проблемами... Вот тут и возникают вопросы: в какой мере администрация образовательного учреждения, сами педагоги способны решать задачи улучшения условий своей жизни; насколько целесообразно ставить на повестку дня педсоветов и других педагогических совещаний, наряду с темами обученности и воспитанности учеников, темы, связанные с повышением «жизненного тонуса» учителя. Здесь всё важно: как организованы в школе режим дня и питание учителей, есть ли «комнаты психологической разгрузки», каковы формы поощрения педагогов, каковы формы общения в коллективе, традиции, как принято относиться к ветеранам педагогического труда и молодёжи.

Глядя на себя с позиции целостности, человек адекватно воспринимает все элементы «системы»: своё тело, свой разум и чувства, «душу» и «дух», свою индивидуальность и связь с людьми, с обществом, свои дела и поступки, окружающие предметы. Он старается вырваться из хаоса спонтанных чувств. Понимая закономерности своего развития, возможности самоуправления, человек может в какой-то степени регулировать свои отношения с людьми. Например, зная отрицательное влияние на себя определённой реакции знакомого человека, не провоцировать его на эти реакции. Или, если не можешь смириться со своими формами, весом или ростом, с физическими недостатками, попробовать мирно «договориться» с собой. Тут нужен философский взгляд на вещи, когда ты перестаёшь роптать на судьбу и понимаешь, что ты уникален и у тебя своя миссия на этой земле. Конечно, мы замахива-



емя на сложнейшие и неоднозначные вопросы, ответы на которые ищутся не на отдельных учебных занятиях, а в процессе всей жизни. Кроме того, надо быть готовым к встрече с тайной, которая не открылась человеку на данном этапе развития.

Но вернёмся к «осязаемым» задачам. Наша жизнь, а соответственно, пребывание в профессии, зависит от нашей способности копить ресурсы, обеспечивающие полноценное функционирование себя как «системы». Накопление «ресурсов» («горючего») происходит через осознание своих потребностей и путей их удовлетворения. Такое осознание может прийти тогда, когда ты задаёшь вопросы самому себе и честно на них отвечаешь:

— Что я чувствую чаще всего — грусть, радость, чувства раздражённости, тоски, недовольства, гнева, зависти, апатии, удовлетворения, сочувствия, благодарности, любви? Какие чувства держат меня «в плену» и почему?

— Как я борюсь со своим плохим настроением? От занятия какими делами повышается моё настроение?

— Какими людьми я окружаю себя? От общения с какими людьми у меня прибавляется сил?

— Предпочитаю ли я учиться у людей или доказывать им свою значимость? Чему можно поучиться у моих родных, близких, знакомых?

— Что я умею? В чём я чувствую себя мастером? Как забочусь о развитии своих способностей?

— Какие книги, телепередачи, виды занятий и отдыха приносят мне радость?

— Когда, в какие минуты я чувствую особый эмоциональный подъём?

— При воспоминании о каких людях я ощущаю свою значимость?

— С кем я чаще всего мысленно советуюсь? К кому обращаюсь за реальной помощью?

— Что я предпочитаю: ждать, когда кто-то «улучшит» мою жизнь, или самостоятельно ищу пути повышения качества своей жизни?

Одно из домашних заданий, которое получают наши слушатели, называется «Подарок самому себе». Как оказалось, коллегам интересна такая форма внутреннего диалога и переживание своеобразного «романа с собой». Как сказали на следующий день коллеги, им приятно было «заняться собой».

Кто-то купил себе книгу, кто-то испёк пирог и пригласил попить, кто-то «подарил» себе вечерний город...

О нашей профессии говорят — *нервная работа*. А почему, собственно? Разве лётчик или врач испытывают меньшую нагрузку на нервную систему? Большинство неврозов, как утверждают психотерапевты, вызваны неудовлетворённой потребностью в безопасности, в причастности и в любви. Одно из самых опустошающих ощущений — ощущение своей ненужности. Педагог (часто неосознанно) испытывает это чувство в классе. Наверное, это и прибавляет «нервности». Это ведь только в мечтах и в учеб-

цендентность, конгруэнтность, толерантность, эмпатийность, конструктивность, рефлексивность, автономность и совместность — составляющие диалогичности педагога. Диалог как форма взаимодействия собственной индивидуальности и социальных ролей, как механизм личностного саморазвития.

«Я-концепция» педагога. Личностное становление как «выращивание» в себе способности осуществлять выбор и отвечать за него, рефлексировать, соотносить ценности и смыслы, вести духовный диалог, быть автономным и уметь сотрудничать.

### Тема 3. Творческая индивидуальность педагога

Педагогическая деятельность как искусство. Опыт театральной педагогики в системе профессионально-личностного становления учителя. Сходство профессий актёра и педагога. Педагогический артистизм. Педагогическая деятельность как реализация индивидуальных творческих способностей учителя. Учитель как творческая индивидуальность. Индивидуальные особенности и возможности педагога. Индивидуальный стиль деятельности. Педагог — автор своей педагогической системы.

### Тема 4. Искусство работы педагога над собой

Совершенствование собственного психофизического аппарата. Действие как «язык» деятельности педагога. Монологическое и диалогическое действия учителя. Овладение с помощью «метода физических действий» (К.С. Станиславский) ситуацией диалогического взаимодействия с ребёнком. Физическое самочувствие и органика поведения. Субъект и объект внимания. Художественный вымысел и правда педагогической деятельности. «Искусство переживания». Опыт «вчувствования» в другого. Способность управлять собой. Вербальные и невербальные средства воздействия на педагогическую реальность.



### Тема 5. Режиссура педагогической деятельности

«Задача», «сверхзадача», «предлагаемые обстоятельства» — режиссёрские категории личностно-развивающей ситуации.

Режиссура как выстраивание условий взаимодействия личностей. «Борьба» (П.М. Ершов) как основа взаимодействия. Распределение инициативы. Дело и взаимоотношения в «борьбе». Соотношение интересов: дружелюбность — враждебность. Соотношение сил: сила — слабость. Характер передачи информации: добывать и давать информацию.

Психологическое пространство отношений. Законы эмоционального притяжения. Сопряжение в диалоге внутреннего и внешнего пространств. Мизансцена и темпо-ритм урока.

### Тема 6. Способы профессионально-личностного развития

Анализ и самоанализ урока как единицы педагогического процесса. Моделирование диалогических ситуаций. Подготовка к «диалогичному» уроку.

Диагностика собственной личности. Педагогическая рефлексия. Рефлексия опыта ученичества и учительства. Готовность к диалогической педагогической деятельности. Методика определения педагогической готовности. Ревизия личностных ценностей и смыслов.

План самообразования. Формы и методы самообразования. Диалог как способ профессионального самообразования и личностного самосовершенствования. Технология выбора.

никах по «бездетной» педагогике предстаёт идиллическая картина: учитель объясняет — ученики слушают и внемлют. На самом деле учитель постоянно держит себя в нервном напряжении: как увлечь (развлечь) детей, чтобы те заинтересовались предметом. Он часто «обжигается» детской жестокостью и равнодушием и сам «обжигает» своих учеников. У А. Блока есть строки:

О, тоска! Через тысячу лет  
Мы не сможем измерить души:  
Мы услышим полёт всех планет,  
Громовые раскаты в тиши...  
А пока в неизвестном живём  
И не ведаем сил мы своих,  
И, как дети, играем с огнём,  
Обжигая себя и других.

Действительно ли должно пройти тысяча лет или более, чтобы люди научились «ведать» свои силы? Или уже с теми знаниями, которыми располагает сегодня наука, мы сможем «услышать» себя и других, сможем оздоровить экологию своей жизни?

Ведать свои силы — это означает, в первую очередь, знать свои «ресурсы». Проверить их наличие можно (с некоторой долей здоровой критики) с помощью таких, например, диагностических карт.

#### Мои ресурсы

Ресурсы	Степень удовлетворённости	Пути накопления
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физические и душевные (здоровье)</li> <li>2. Интеллектуально-познавательные</li> <li>3. Материальные</li> <li>4. Задатки, способности, черты характера</li> <li>5. Люди, окружающие меня</li> <li>6. Умения и практические навыки</li> </ol>		

#### Мой жизненный тонус

Расходование сил и энергии	Баллы (1–10)	Накопление сил и энергии	Баллы (1–10)
Осуждение поступков других		Переживание чувства «родства» с людьми	
Недовольство родными и близкими		Проявление заботы о близких и ощущение своей нужности	
Возмущения по поводу «неправильного» устройства мира (погода, правительство, проблемы и т.п.) и «несправедливости» жизни (болезни, разлуки, конфликты и т.п.)		Ощущение удовлетворения от общения с природой	
Недовольство собой, ощущение комплекса неполноценности		Воспоминания о приятных моментах жизни	
Общение с неприятными людьми		Чувство восторга от встреч с музыкой, с книгой (или чем-то другим)	
Поиск доказательств своей значимости		Переживание радости во время занятий любимыми делами	
		Переживание своей значимости, нужности кому-то	
<b>Итого</b>		<b>Итого</b>	





Показатели высокого или низкого жизненного тонуса, естественно, у каждого свои, и здесь надо иметь в виду, что каждый работает с личной, индивидуальной «картой». Конечно же, данные «карты» не претендуют на право считаться эталонным «измерителем ресурсов» человека. Да и какие вообще приборы могут точно выдать «количество» удовлетворённости и неудовлетворённости собой, подсчитать наличие сил и отсутствие таковых?! Человек изменяется ежеминутно и зафиксировать все нюансы и перепады его состояний просто невозможно. Но, наверное, возможно «взять под контроль» свою собственную жизнь и учиться работать над повышением своей личностной актуализации.

Человека, который способен актуализировать себя, известный психолог А. Маслоу называет «хорошим экземпляром» человечества. Актуализирующаяся личность является таковой, если:

- вовлекаясь в какое-либо дело, отдаётся ему полностью, сосредоточивается на нём;
- осуществляет прогрессивный выбор, предпочитая самозащиту развитию;
- прислушивается к себе, к своему внутреннему голосу;
- принимает на себя ответственность за выбор поступка;
- пытается узнать себя, найти пути своего совершенствования.

Момент «ревизии» даёт возможность человеку осознать степень удовлетворённости — неудовлетворённости собой и увидеть свои подлинные цели, ценности и устремления. В одной из своих книг Карл Роджерс, ссылаясь на слова С. Кьеркегора, пишет, что мы часто встречаем отчаяние, происходящее от невозможности выбора или нежелания быть самим собой, но самое глубокое отчаяние наступает тогда, когда человек выбирает «быть не самим собой, быть другим». Да, очень важно — научиться выбирать, и учитель постоянно стоит перед выбором: слова, поступка, мотива своей деятельности (с чем прийти на урок? на кого обратить внимание? какую отметку поставить? на какую квалификационную категорию претендовать?).

## «Выбор». Проблема личностных смыслов педагога

Человек неизбежно попадает на жизненные развилки, где должен делать выбор. За уклонение от выбора или неумение выбирать ему приходится расплачиваться маленькими или большими неудобствами, собственными страданиями или страданиями других людей, потерей смысла жизни и множеством невротических проблем.

*Ф.Е. Васильюк*

### Упражнение «Позиция и поза»

Для начала давайте выберем свои позицию и позу. Нарисуем с помощью знаков и символов картины (или проиграем их, или создадим «живые скульптуры»): «Встать в позу», «Удобная поза», «Неудобная поза», «Позёрство», «Негибкая позиция», «Независимая позиция», «С позиции силы», «Оборонительная позиция», «Наступательная позиция». Отметим позу (внешнее проявление) и позицию (внутреннее отношение), когда мы приветствуем друг друга. Проиграем сцену «Приветствие»: если бы были близкими друзьями; если бы знали друг друга мало; если бы находились в ссоре; если бы встретились через много лет; если бы были странно одеты. Обратим внимание, как мы мысленно «приближаем» и «отодвигаем» другого в своём внутреннем «пространстве», как мы «размещаем» в этом пространстве себя, как устанавливаем «границы» (показываем «границы» своей личности). Видимо, тогда, когда нам необходимо осуществить выбор, мы совершаем эти пространственные «передвижения». Мы расставляем в нашей системе координат свои ценности и смыслы. И тут важно, чтобы мы делали это осознанно, а не по подсказке другого, не автоматически-бессознательно.

Интересно заметить, что в культурологии существует понимание культурного развития человека как решение его «местоположения» во времени, тогда как животным важно освоение только пространства. Таким образом, когда мы «занимаем позицию», «встаём в позу», «метим в кресло» или «отвоёвываем пространство», нам



необходимо разобраться, как мы располагаем себя во времени: «вчера», «сегодня» и «завтра». Насколько мы связаны с предками и потомками, насколько умеем откликаться на движение времени и адекватно воспринимать свои «времена года» — «весну», «лето» и «осень».

### Упражнение «Педсовет»

Представим заседание педколлектива и нарисуем иерархию ценностей учителей, которые выбирают разную тактику поведения на педсовете:

- проверять, пока идёт заседание, тетради;
- сидеть тихо и скромно, чтобы начальство не заметило;
- внимательно слушать выступающих и критиковать всё, что они говорят;
- стремиться выступить и рассказать о своих успехах;
- с интересом наблюдать за происходящим.

Легко ли «делать вид», что тебе интересно на педсовете? Страшно ли за то, что сейчас огласят результаты твоего труда или отчитают за невыполненное поручение? Не похоже ли это на твоё далёкое детство, когда на уроке ты зевала, глядя в окно, или, замерев, ждала вызова к доске? На что тратим мы наши силы — на *быть* или *казаться*? Что выбираем мы сейчас — развитие, движение и принятие всего, что встречается на пути, или защиту, оборону, остановку?

Если мы делаем осознанный выбор, то чётко видим наш ценностный мир, его законы и логику своей жизни. Акт выбора достаточно глубоко изучил исследователь Ф.Е. Василюк. Он описал следующие психотехнические действия данного процесса:

- 1) отвлечение от трудностей мира:** выход из поля действия сиюминутных, временных, быстропроходящих обстоятельств (уметь предпочитать не синицу, которая уже в руке, а журавля в небе);
- 2) удержание сложности мира:** сведение субъективно разбегающихся жизненных отношений в единое пространство (не руководствоваться инфантильным «с глаз

долгой — из сердца вон», а выявлять многочисленные связи между своими ценностями);

- 3) актуализация глубинных ценностей:** перевод противостоящих альтернатив из горизонтальной плоскости конъюнктурно-ситуативного взвешивания в вертикальную плоскость их принципиальной оценки («приглашение» ценности и «прислушивание» к ней);
- 4) оценка альтернатив:** понимание того, как, в какой форме встречаются ценность и оцениваемая деятельность, представление этой деятельности в контексте внутренней сложности режима наибольшего благоприятствования; преобразование деятельности в образ жизни, мотив — в смысл жизни, себя — в личность, живущую этой жизнью (выбирая альтернативу, человек выбирает свою судьбу, выбирает себя);
- 5) решение:** акт мужества и риска принятия на себя ответственности за выбор (нужно сказать *да* одной из конфликтующих сторон и *нет* — другой);
- 6) жертва:** отказ от многих возможностей, привычек, намерений, умение совладать с переживанием утраты (чем-то мы платим за что-то).

Таким образом, выбор начинается с того, чтобы отвлечься от трудности мира внешнего и удержать сложность мира внутреннего. Мысленно сделать «лёгким» внешний мир — это значит, по Ф.Е. Василюку, увидеть гарантированность удовлетворения актуализировавшейся потребности; понять «сложность» своего внутреннего мира — осознать наличие нескольких пересекающихся жизненных отношений. В нашей воле — управлять собственными оценками и смыслами, свободно платить за важную для себя вещь тем-то и тем-то. Получается, прав Козьма Прутков, сказавший: «Хочешь быть счастливым — будь им».

Мы привыкли полагать, что важных моментов выбора в жизни не так уж много — выбор профессии, спутника жизни, места жительства, друзей. Но, очевидно, именно каждодневные, ежеминутные наши предпочтения одной из альтернатив



и влияют в целом на качество нашей жизни. Как замечает А. Маслоу, в каждом из нас заложен импульс к росту, к актуализации человеческих потенциалов, но как мало людей действительно реализуют их. Что же мешает нам переживать всю полноту бытия и в полной мере осуществлять свои высокие возможности? Маслоу, говоря о неудачах личностного роста людей, описывает картинку, которую видел в старом учебнике: на нижней её половине изображены младенцы — розовые, восторженные, невинные, любвеобильные, а на верхней — взрослые пассажиры метро — мрачные, угрюмые, раздражённые; внизу подпись: «Что случилось?» Этот же вопрос, по сути, задаёт нам А.П. Чехов, рассказывая о судьбе доктора Старцева, который незаметно превратился в Ионыча. А началось всё с одного «неправильного» выбора — когда Старцев поддался всеобщему настроению и сказал то, что от него хотели услышать, а не то, что он действительно думал. Чехов тонко подметил и в этом, и в других своих произведениях, что человеческое в человеке незаметно убивают серые будни, пошлость, которую мы сами и выбираем.

Выбирать — это значит взвешивать и анализировать, что для меня, для моего развития и более полного удовлетворения сейчас важнее: говорить или молчать, прятать незнание или признаться в нём, слушать других или уйти в себя, взять инициативу в свои руки или отдать её другим, потешить своё тщеславное самолюбие или «наступить на горло собственной песне», разрешить конфликт или спрятаться от него, отдавать или получать, любить или ждать любви... Отказаться от психологических защит в пользу личностного роста — таков выбор человека, который берёт на себя управление собственным духовным становлением. Смысл такой позиции отражён в словах Э. Шострома: «Не важно, насколько нелеп, глуп и смешон я могу быть; это я — и я должен быть патриотом себя».

Ситуаций, когда мы стоим перед проблемой выбора, великое множество,

но они все, по сути, сводятся к альтернативе, которую Э. Фромм определил так: либо настаивать на своём желании вернуться назад — но за это придётся платить «симбиозной зависимостью от матери», либо двигаться вперёд и самостоятельно устремляться в этом мире. Имеется в виду, что как только мы выбираем защиту, мы совершаем движение к своему «детскому» состоянию зависимости, ищем утешения, жалости к себе, сочувствия (хотя не всегда это осознаём); как только освобождаемся от страхов и устремляемся в будущее (проявляем инициативу, устанавливаем новые связи, делаем новые шаги), то мы растём. Это не значит, что одно — плохо, а другое — хорошо. Важно понимать значение того и другого выбора.

Обратимся к вопросам, связанным с проблемой выбора, — вопросам, которые можно обсудить и вместе, и поврозь:

- Педагог — моя ли это профессия?
- Кто способствовал моему выбору этой профессии?
- Какой выбор я делаю, когда возникают те или иные профессиональные проблемы?
- Какова моя система ориентиров? Кто и что меня «ведёт» по моему жизненному пути? Какую жизнь я выбираю для себя?
- Отвечаю ли я за качество своей жизни или сваливаю вину на обстоятельства?

Итак, выбор профессии. С какого момента он начался? С минуты, когда я влюбилась в свою учительницу и захотела быть на неё похожей? Или со своего детского переживания, когда, непонятая взрослыми, я захотела помочь другим детям в их взрослении? А может, мне потребовалась компенсация за подавление, за несправедливое отношение к себе и возникло желание преодолеть свои комплексы с помощью власти над людьми, которую даёт профессия педагога? Осознавала ли я выбор своего главного дела? Возможно, меня больше привлекал учебный предмет, которому хочу посвятить жизнь, а не дети, которые будут изучать



мой предмет? Да и вообще — не попала ли я в педагогический вуз случайно? Отвечая на эти вопросы, представим себе разные «двери», через которые можно войти в мир педагогической профессии. Попытаемся осознать все социальные роли, существующие в ролевом репертуаре учителя, и понять ощущение своей миссии.

Заполним данную таблицу и соотнесём наши представления о ведущей роли педагога.

Социальная роль учителя	Ведущее качество учителя, играющего данную роль
Просветитель	
Наставник	
Организатор	
Лидер	
Руководитель	
Эксперт	
Советник	
Консультант	
Инструктор	
Информатор	
Тренер	
Дрессировщик	
Контролёр	
Оценщик	
Критик	
Судья	
Надсмотрщик	
Рассказчик	
Оратор	
Проповедник	
Артист	
Клоун	
Шут	
Наблюдатель	
Исследователь	
Учёный	
Товарищ	
Утешитель	
Психотерапевт	
Врач	
Друг	
Любимый человек	
Кумир	
Нянька	
Опекун	
Воспитатель	

Так классифицирует роли учителя психолог В. Леви. Какая из них наиболее близка каждому из нас? Почему? Заметим, что выбор роли связан с нашей ценностной системой координат. Выбирая смысловую точку отсчёта, мы соответственно «оправдываем» свои действия. Если тянет «производить впечатление», «зажигать», то будешь «артистом»; если хочется понять ребёнка, помочь ему, прийти на помощь, то становишься «другом»; если твоя задача — «вдолбить» в неразумные головы детей важные истины, то можно простить «живущего» в тебе «жандарма». Спросим себя, ради чего, с какой целью идём мы на урок? Какую учительскую роль выбираем?

### «Лестница успеха». Проблема самосозидания

Мир не создан для человека, это человек в него «заброшен» и вынужден разумом своим строить свой человеческий мир, свою родину, в которой он будет счастлив, ибо сможет полностью реализовать себя.

*Э. Фромм*

Сравним наше понимание жизни с образом пребывания на разных этажах многоэтажного дома. Что мы увидим с высоты первого этажа, а что с высоты десятого или двадцатого? Видеть и то, что у тебя под носом, и то, что простирается за далёким горизонтом, осознавать меру сезонного и вечного, индивидуального и социального — в этом талант диалога со своей судьбой.

Для того чтобы управлять собственным профессионально-личностным становлением, необходимо «усовершенствовать» свой психофизический аппарат. Это значит — научиться смотреть и видеть, слушать и слышать, фиксировать внутренние состояния и работать со своими мыслеформами, развивать воображение, волю, мышление. Это значит развивать способность «превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования» (В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев).

Изучение элементов психофизики — внимания, чувств, воображения, памяти,



мышления, воли — это узнавание способов своего существования в мире и взаимодействия с миром.

В процессе *внимания*, по определению М. Чехова, человек внутренне совершает одновременно четыре действия: «держит» незримо объект внимания; «притягивает» его к себе; сам «устремляется» к нему и «проникает» в него. Заикленность на каких-то переживаниях и мыслях — это показатель неумения управлять своим вниманием. От того, какой объект внимания держит в голове учитель во время общения с учеником, зависит характер и результат его деятельности. В системе предлагаемого нами курса есть упражнения, которые направлены на развитие способности управлять вниманием.

#### *Упражнение «Перевязать руку»*

Нужно перевязать «сломанную» руку разным людям: близкому и дорогому человеку; человеку, с которым находишься в конфликте; очень знаменитому человеку (звезде эстрады). Участники, выполняя задание, понимают, как меняется качество действий в разных предлагаемых обстоятельствах. Нетрудно представить, как будут меняться педагогические результаты в зависимости от того, на каких смысловых точках фокусируется учитель. По всей видимости, «лимонная выжатость» учителя накапливается в процессе его «застревания» в негативных ситуациях. Тут уместно вспомнить хрестоматийный пример со стаканом воды, в котором для одних людей этой воды «целых полстакана», а для других — «всего лишь полстакана». Так же двояко можно рассматривать и педагогические ситуации: «как много учеников явились на урок с невыполненным домашним заданием» — «как хорошо, что хоть один ученик выполнил задание»; «этот шум в классе невыносим» — «этот шум в классе вынуждает меня изменить тактику работы с детьми и, значит, я могу совершенствовать своё педмастерство»; «эти дети живут в другом времени, и мы не можем понять друг друга» — «меня многое роднит с детьми, у нас немало «общих» проблем».

#### *Упражнение «Фотоаппарат»*

Тренирует способность смотреть на человека и видеть его. Есть несколько его вариантов:

- а)** сесть друг против друга, посмотреть на партнёра, потом отвернуться и описать его внешний вид;
- б)** войти в аудиторию и «прочитать» позы сидящих, рассказать об их внутреннем состоянии;
- в)** посмотреть на участников упражнения и запомнить их позы; выйти на несколько секунд (в это время все меняют свои позы); войти в аудиторию и восстановить прежнюю картину.

Другой психофизический элемент, *чувство*, представляет собой отражение сознанием явлений, попадающих в наше поле зрения. По словам П.М. Ершова, в каждый момент человек чувствует то, что велит ему чувствовать вся его предыдущая жизнь, поэтому чувства произвольны, ими невозможно управлять, их нельзя «сыграть». Эмоции есть переживания реактивные, результативные и произвольные. Как утверждал К.С. Станиславский, насиловать чувство нельзя. Если действие выполнено правильно, оно придёт само. Педагог, который хорошо знает природу своих чувств, понимает и чувства ребёнка, которые в данную минуту определяются мыслями, занимающими его сознание. Что способен сделать учитель? Всеми вербальными и невербальными средствами он попытается создать позитивную установку, которая поможет ребёнку снять чувство страха, тревоги, волнения, раздражения. Речь идёт о том, чтобы «сменить» один объект внимания на другой. Получается, что возникновение того или иного эмоционального состояния зависит от работы нашей мысли, от того, на чём сосредотачивается внимание, что рисует воображение.

#### *Упражнение «Если бы...»*

Направлено на развитие способности естественным образом вызывать нужные чувства. Нужно войти в класс, имея в виду разные цели, которые могут возникнуть



при разных «если бы». Итак: если бы велась съёмка скрытой камерой; если бы это был последний урок в данном классе; если бы на урок пришли гости; если бы в классе учился собственный ребёнок; если бы за окном шёл дождь; если бы вчера было землетрясение (или, что более злободневно, теракт) и все остались живы; если бы в классе сидели карлики или великаны...

*Воображение* связано со способностью к созданию ассоциаций, которые обусловлены и субъективными интересами человека, и его опытом отражения, умением связывать явления и процессы. Педагог, в зависимости от обращения к тем или иным картинам, которые он рисует в своём воображении и подключает к этому учеников, создаёт разные ситуации. Желая, например, заставить детей хорошо учиться, он может нарисовать картину предстоящих экзаменов, на которых ученики «провалятся». Воображение рождает определённое чувство и направляет фокус внимания на соответствующий предмет. Образ, его создание и проживание есть основа работы воображения. Образ — это субъективная картина мира или его фрагментов, и тут важно, как педагог владеет собственными «линзами» и «фильтрами» — что он увеличивает в своём воображении, а что — отсеивает.

Студентам, участникам нашей театрально-педагогической студии, и слушателям авторского курса нравится тренинг «Идентификация». Он направлен на развитие способности отождествлять себя с другими людьми и предметами. Нужна усиленная работа воображения, чтобы представить себя, например, «перегруженным компьютером», «дорогими духами в окружении дешёвого парфюма», «старинной вазой», «новым импортным пылесосом», «милиейским свистком», «надоедливой мухой», «воздушным шариком», «позавчерашним борщом», «неточными часами», «праздничным тортом», «сочным яблоком». Кстати, в этом же ряду и наш «выжатый лимон». Способность идентифицироваться с предметом помогает «примерять» на себя разные состояния и характеры, лучше по-

нимать себя и других. Образ, который мы учимся проживать, помогает оценить своё самочувствие, своё ощущение жизни. И получается, что речь идёт не о каких-то абстрактных предметах, а о живых людях — «компьютерах», «мухах», «свистках».

*Мышление* отвечает за прочность и ясность связей между явлениями, фактами, представлениями. Воздействие на мышление — это демонстрация связей, обнаружение недостающих «звеньев». Для мышления важны логика, сравнение и обобщение. Нередко учителю мешают стереотипы мышления, когда он «привык» анализировать педагогические явления так, а не иначе, когда он видит связи, лежащие на поверхности, не обращая внимания на глубинные причинно-следственные отношения. Например: не выучил ребёнок урок — значит не уважает учителя; угрозил педагог ученику наказанием — тот должен «заботиться» и выполнить задание; повысил голос — все должны услышать...

#### *Упражнение «Права человека»*

Помогает учителю освободиться от стереотипов мышления. Правила выполнения упражнения таковы: зачеркнуть то, с чем не согласны, и объяснить свою точку зрения; по аналогии можно составить список своих «нельзя» и попытаться понять, откуда взялись такие установки. Итак, согласимся или опровергнем такие суждения: «Ученик имеет право на уроке: прийти в класс в вызывающем наряде; выкрикивать с места; не выполнить задание; выразить несогласие с мнением других; отказаться от задания, данного учителем; задать вопрос не по теме; молчать в ответ на вопрос или обращение учителя; прерывать объяснения учителя; писать записки одноклассникам; заниматься другим предметом; плакать или смеяться; есть бутерброд; встать и выйти из класса во время занятия без разрешения учителя; спать; относиться к учителю с равнодушием или пренебрежением; критиковать других; не любить данный предмет...»

Ещё один элемент нашего «аппарата» — *память* — даёт мышлению тот «материал», из которого образуются связи.



Это, по словам П.М. Ершова, «копилка, в которой хранятся отдельные факты, имена, цифры, даты, теории, впечатления и цитаты». Известно, что очень долго держится в нашей памяти то, что мы пережили, а не зазубрили механически. Учитель часто забывает эту особенность памяти. Ему следует чаще обращаться к своему прошлому, к своему детству, чтобы из этого «прекрасного далека» правильнее оценить поступки детей, понять их.

#### *Упражнение «Кинофильм»*

Нужно нарисовать на небольшом листе (или ватмане) предметы, которые являлись памятными знаками разных временных отрезков своей жизни. Это могут быть игрушки, книги, письмо, телефон, фотография, дом, дорога, любые предметы, события, явления. Обмениваясь рисунками, попытаемся прочесть идеи чужих «фильмов». Создавая «кинофильм» о своей жизни (можно придумать его название), мы вспоминаем не только события, но и своё состояние в этот момент. Многие факты в нашей памяти не стираются из-за ощущений, ими вызванных. Мы идём порой по жизни, волоча за собой огромную тяжесть неприятных переживаний. Один из путей избавиться от негативных ощущений — заново пережить давнее событие и объяснить его с позиции сегодняшнего дня, например, как урок, который помог в дальнейшей жизни.

*Воля* отвечает за выполнение действий. Воздействие на волю, считает П.М. Ершов, есть воздействие категорическое, что связано с установкой: *делай!* В педагогической практике «воспитание воли» часто понимается как требование от ученика беспрекословного подчинения. Как и все рассмотренные элементы психофизики человека, воля требует тренировки, постоянной работы сознания. Накачивание волевой «мышцы» — это развитие способности разумного стимулирования своих действий, это накопление сил и энергии для преодоления препятствий, это постоянное провоцирование себя на «слабо?», наконец, это желание управлять собой и чувствовать от этого удовлетворение.

Таким образом, процесс самосозидания личности педагога находится в прямой зависимости от развитости психофизических элементов, с помощью которых происходит «техническое» решение самых разных проблем. Рассмотрим некоторые из них.

#### *Проблема отношений с людьми*

Поднимаясь по лестнице личностного роста, человек начинает понимать, что только вместе с людьми и благодаря их поддержке он может достигнуть высот мастерства. Учиться выстраивать отношения с людьми и «встраиваться» в коллективное дело — это значит призывать на помощь свои чувства и воображение, память и мышление, которые помогают увидеть, ощутить себя в мире и мир в себе, помогают отличить амбициозную позицию по отношению к людям от конструктивного критического взгляда.

Семён Франк пишет: «Ты» таит в себе опасность врага. Вторгающегося в меня, стесняющего саму внутреннюю полноту моего непосредственного самобытия как такового. «Я» при этом испытывает страх совершенно особого, эминентного рода — страх внутренней небеспечности... оно замыкается в себе, чтобы защищаться от нападения». С одной стороны, я могу находиться в позиции самоограждения, а с другой, как говорит Франк, — «я» узнаёт в «ты» успокоительную, отрадную ему реальность сходного, сродного, родного ему — некую свою родину, т.е. реальность вне себя самого. Я сознаю себя уже не единственным, не одиноким — вне меня я нахожу подобное. Видеть в другом «врага» или «друга» — это зависит от умения включать те или иные психофизические элементы. Моё развитое воображение, моя память и восприятие помогут (если я научусь их «слышать») узнать в других себя в разные моменты своей жизни (раздражённо кричащий на меня коллега — это я, только в другой ситуации). Здесь мне на память приходит страница из Библии, рассказывающая о том, что когда Бог привёл к человеку все тварные существа, тот узнал их и дал им имена.



Об этом пишет С.Н. Булгаков: «В своём душевном всеорганизме человеческий дух обрёл и опознал всё живое. Вопреки дарвинизму человек не произошёл от низших видов, но сам их в себе имеет: человек есть всё животное и в себе содержит как бы всю программу творения». Такая позиция помогает не противопоставлять себя другим, не отмежевываться от мира и людей, а целостно воспринимать себя и всех, понимая относительность «светлого» и «тёмного» в нас, «тварного» и «духовного».

Один из показателей личностной зрелости и профессионального мастерства — это умение творить отношения с людьми, это способность понимания другого как «другого».

— сочиняю поздравления к дням рождения коллег, оформляю поздравительные газеты;

— организовываю встречи с ветеранами войны;

— стараюсь относиться к каждому с любовью, несмотря ни на что;

— учу честности, уважению друг к другу;

— даю знания;

— эмоциональность;

— спокойствие;

— радость творчества;

— стараюсь урегулировать конфликты;

— участвую в украшении интерьера школы;

— даю деньги займа, помогаю словом и делом.

Было много и общих фраз, например, «способствую развитию учащихся» или «добросовестно выполняю функции учителя». Были даже прочерки вместо ответа.

Школа для меня или я для школы — вопрос не праздный. Отношение к месту, где ты живёшь, к людям, с кем рядом работаешь, начинается с самого малого: с того, как тыходишь в школу, какое настроение приносишь, какие слова говоришь, как отзываешься на просьбы. Мне довелось наблюдать, как педагоги готовились к проведению вечера, посвящённого Дню учителя. Кто-то испёк пироги, кто-то подписал каждому поздравительные открытки, кто-то приготовил музыкальные номера, а кто-то «снизошёл» до того, чтобы «осчастливить» своим присутствием торжественное мероприятие и внимательно следил за тем, чтобы его не обделили вниманием, цветами и подарками.

Впрочем, можно принести с собой в школу просто радость — это тоже значительный «вклад». Вот что пишет психолог Г.С. Абрамова в одной из своих книг: «Радость, оптимизм, чувствительность к прекрасному надо не губить, а выращивать в себе, как терпеливый садовник выращивает сад даже на каменистой почве. Настоящая радость, а не радость по обязанности, всегда открывает в мире скрытые неожиданные стороны, не заслоняемые более обыденными шаб-

---

**Возможно, предлагаемая нами «Памятка на каждый день» кому-то покажется наивной, возможно, что кто-то сочтёт её интересной: Помни, что видение мира у разных людей различно. Каждый человек говорит на «своём» языке. Хочешь понять человека — изучай контекст его жизни. Отвергая негативный поступок человека, принимай самого человека. Личность не терпит вторжения в себя извне. Человек — незавершённое существо.**

### *Проблема сотрудничества*

Чтобы понять характер своего участия в «со-бытии» и «мы-бытии», необходимо задуматься о том образовательном пространстве, в котором каждый из нас находится, является его частью. Как известно, образовательная среда есть система условий формирования личности по заданному образцу. Социальное поведение возникает вследствие того, что один человек важен для другого как часть его среды, и среда для человека существует в его общении, взаимодействии, взаимосвязи.

Мне приходилось встречать учителей, которые недоброжелательно отзывались о своих коллективах, давая понять, что в других условиях они бы достигли большего. Это напоминает известный разговор о том, что «исправь общество и болезней не будет». Формула «школа не та», «коллеги не те», «ученики не такие» и потому я прошая себе халтуру — иногда определяет профессиональную позицию.

Мы попытались выяснить, как понимают учителя степень своего влияния на школьную жизнь, на окружающих людей, на среду. На вопрос, что вы приносите с собой как «элемент среды» в жизнь своей школы, были получены такие ответы:

— надежду, добро и радость;

— доброжелательность и любовь к труду;





лонами. Смех, юмор, восторг, радость — это преодоление шаблона, это установление новых, ещё неведомых отношений с миром, с жизнью».

Подвига или простого трудолюбия требует от меня мой рабочий день? Я работаю в «моей» школе или хожу в «чьё-то» чужое заведение? Мне выпало счастье жить в «моей» стране или несчастье родиться «не там»? Наверное, подобные вопросы не следует задавать себе тогда, когда ты находишься в состоянии «выжатого лимона», — лучше подождать, передохнуть, накопить сил и потом приниматься за важнейшую «работу» — «оптимизацию» (от слова «оптимизм», а не «оптимальный») своей жизни, искать свой «фирменный рецепт» от болезней души и тела. Главное — понять, что зависит от внешних обстоятельств, а что — от нас самих. Классики русской литературы об этом знали. Вспомним, что в одинаковых условиях известные герои Достоевского и Куприна живут по-разному: Раскольников «среда заела», а Желтков был счастлив в доме, где пахло «мышами, керосином и стиркой», переживая великое чувство любви.

Изучение курса «Профессионально-личностное саморазвитие педагога» предполагает «задания на дом», которые можно обсудить сообща, дополнить (серьёзно или несерьёзно отнестись к ним — это личное дело каждого). Вот некоторые из таких «заданий» (см. врезку).

### «А напоследок я скажу...»

Между нами, училками, говоря, учительская работа — нервная и порой неблагодарная... Бывает, что мы, уча других, не можем справиться со своими собственными проблемами и выйти из плена собственных амбиций... Общаюсь с чужими детьми, мы часто забываем о собственных детях и недодаём им душевного тепла... Не будем обижаться, коллеги, на слухи о том, что... да ну их, эти слухи!

1. Полистай семейный альбом и найди фотографии, которые особенно радуют, вдохновляют. Повесь их на видное место и периодически «заряжайся» от них энергией добра и любви.
2. Напиши список необходимых для своего развития книг и наметь «часы чтения».
3. Составь «картотеку» своих ценностей и целей. Расставь приоритеты в своих делах и обязанностях. «Распредели» обязанности между своими социальными ролями.
4. Отмечай, по возможности, малейшие свои успехи и продвижения. Ищи пути стимулирования своего роста.
6. Возьми у себя интервью:

— Умею ли я быть Женщиной? Кто я в действительности — «Бизнесвумен», «Ломовая лошадь», «Боец», «Лидер», «Жандарм», «Мадонна», «Мать»...?

— Каков мой имидж — «маска» или целостность? Что я делаю, чтобы быть красивым человеком?

— Как я воспитываю собственных детей? «Сапожник без сапог» — характерно ли это для меня? Являюсь ли я другом для своих детей?

— Я как член моей семьи. Кем я «работаю» в собственной семье — «учительницей», «судьёй», «домохозяйкой», «вдохновителем», «массовиком-затейником», «психотерапевтом», «хранительницей очага»...? Что я приношу в наш дом? Как обустроиваю его?

— Какова карта моих путешествий и встреч?

— Как развиваю я своё творчество?

— Какие подарки я умею дарить людям?

— Мой «рецепт лекарства» от... хандры.

7. Твои мысли о жизни (допиши предложения):

Жизнь прекрасна настолько, насколько мы способны... \_\_\_\_\_

Когда человек перестаёт верить в себя, он невольно начинает верить в... \_\_\_\_\_

Развивать себя необходимо в первую очередь для... \_\_\_\_\_

Из безвыходного положения выход обычно там, где... \_\_\_\_\_

Познав себя, человек уже не остаётся тем... \_\_\_\_\_

Человек слабый рассматривает препятствия на своём пути как причину для того, чтобы... \_\_\_\_\_

Когда я занимаюсь своим любимым делом (каким?)... \_\_\_\_\_

8. Подумай над разными вариантами необычных записок, поздравлений, писем — твоих форм общения с близкими и знакомыми.

9. Придумай новую семейную традицию («День открытия дачного сезона», «Бабушкины секреты», «Вечерние чтения», «Конкурс кулинаров» и т.п.).



Сама себе дам совет:

Будь немного тигрицей  
И немножечко серной,  
Будь и розой, и птицей,  
И святой будь, и стервой.  
И котёнком, и кошкой.  
Будь и сильной, и слабой.  
Будь любой понемножку —  
Леди, девочкой, бабой...  
Лишь не будь ты безликой,  
Равнодушной, невзрачной —  
Без молитвы, без крика,  
Без улыбки, без плача.  
Ты не будь нецветущей,  
Никакой и ничейной,  
Одинокой — живущей  
В мире без назначенья.  
И поверь безрассудно:  
Ты основа и суть,  
Ты и тайна, и чудо —  
В общем, Женщиной будь.

Дам совет — научиться любить другого человека, а не исправлять его недостатки:

Думала: главное — формировать,  
делать, ваять, лепить.  
Думала: верный маршрут показать,  
править, лечить, учить.  
Сыпала фразы, цитаты, слова —  
чтоб от ошибок спасти.  
Думала: осень имеет права  
пух тополиный трясти.  
Думала: рваться, бороться, рубить,  
мчаться, коль сила несёт.  
А оказалось — всего лишь любить.  
Только любить! — вот и всё.

А ещё запишу в дневник мудрые слова,  
с которыми согласна:

«Каждый в жизни имеет всё, что хочет, а если чего и не имеет, то недостаточно хочет» (Т. Уолдер); «Начните с простого плана и вы начнёте не с нуля» (Дж. Паркинсон); «Слабые люди выжидают благоприятных условий, а сильные люди сами создают их» (М. Мольц); «В жизни нет иного смысла, кроме того, который человек сам ей придаёт» (Э. Фромм); «Кто допускает мысль, что он — червяк, не должен жаловаться, что на него наступят» (Э. Хаббард).

Передо мной мой дневник, и ему я скажу сейчас всю правду о себе. Признаюсь честно в том, что я выбрала самую лучшую в мире профессию и что пусть не всегда и не всё получается, но «ещё не вечер». Я — учительница, но учительница — это не «вся» я. Во мне ещё есть женщина, жена, мать, дочь, подруга, индивидуальность, личность... Во мне есть душа и дух. Я многогранна и многолика, как сама жизнь. Спрошу свой внутренний голос: как можно изменить мою жизнь, где найти силы для того, чтобы любить и творить.

## Литература

1. *Абрамова Г.С.* Возрастная психология. М.: Издательский центр «Академия», 1999.
2. *Белова С.В.* «Дети! Берегитесь... баобабов!» М.: Народное образование, 2002. № 4.
3. *Белова С.В.* Диалог — основа профессии педагога. М.: АПКИПРО, 2002.
4. *Богачек И.А.* Философия управления: Очерки профессионального управления. СПб.: Наука, 1999.
5. *Братченко С.Л.* Межличностный диалог и его основные атрибуты / Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. М.: Смысл, 1997.
6. *Бродецкий А.Я.* Внеречевое общение в жизни и искусстве. М.: Владос, 2000.
7. *Бубер М.* Я и Ты. / Пер. с нем. Ю.С. Терентьева, Н. Файнгольда. М.: Высшая школа, 1993.
8. *Булатова О.С.* Педагогический артистизм. М.: Издат. центр «Академия», 2001.
9. *Булгаков С.Н.* Свет не вечерний: Созерцания и умозрения. М.: Республика, 1994.
10. *Гоголан М.Ф.* Можно не болеть. М.: Советский спорт, 2002.
11. *Гиппиус С.В.* Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. СПб., 2001.
12. *Ершов П.М., Ершова А.П., Букатов В.М.* Общение на уроке, или Режиссура поведения учителя. М.: Московский психолого-социальный институт, Флинта, 1998.
13. *Ершов П.М.* Технология актёрского искусства. М.: ТОО «Горбунок», 1992. С. 288.
14. *Ершов П.М.* Искусство толкования: В 2 ч. Дубна: Изд. центр «Феникс», 1997.
15. *Лэйн Р.* Я и другие / Пер. с англ. М. Будыниной. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
16. *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы: Пер. с англ. М.: Смысл, 1999.
17. *Роджерс К.* Становление личности. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
18. *Савостьянов А.И.* Техника речи в профессиональной подготовке учителя. М.: Владос, 1999.
19. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе. М.: Школьная Пресса, 2000.
20. *Станиславский К.С.* Работа актёра над собой. Чехов М.А. О технике актёра. М.: «Артист. Режиссёр. Театр», 2002.
21. *Флоренская Т.А.* Диалог в практической психологии: Наука о душе. М.: Владос, 2001.
22. *Франк С.* Сочинения. Харвест. М.: АСТ, 2000.
23. *Фромм Э.* Анатомия человеческой деструктивности. Попурри, 1999. ■