

# ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ поддержки психологического здоровья педагога



**Дмитрий Солдатов,**  
*доцент кафедры общей психологии  
Московского государственного  
областного педагогического института,  
кандидат психологических наук*

Статья, которую мы вам предлагаем, на первый взгляд, носит сугубо теоретический характер. Но не спешите пролистывать её. Ныне забытый наш классик утверждал: «Ничего нет практичнее хорошей теории». Тем более, если эта «теория» помогает исследовать и понять такой тончайший «инструмент», как характер человека, в данном случае учителя, оценить его качества с точки зрения профессиональной устойчивости, одарённости. Мы адресуем эту статью прежде всего руководителям школ, от которых во многом зависит личностный рост учителя, формирование его индивидуального стиля, профессионально-психическое здоровье. Но для этого нужно знать структуру профессионально значимых качеств педагога, обеспечивающих успех его деятельности. В этом вам и поможет публикуемая статья.

Современная ситуация в образовании, которая характеризуется вариативностью, возникновением конкуренции среди педагогов, требует от них способности широко ориентироваться в многообразных педагогических системах, программах, вариантах, технологиях, легко адаптироваться к изменяющимся условиям, принимать новое, быть готовым к общественной проверке процесса и результатов своей деятельности. К тому же у современного учителя гораздо ниже авторитет, чем 15–20 лет назад. Социально-экономическая ситуация такова, что по разным причинам (из-за нехватки педагогов

в отдельных регионах, низкой оплаты труда и т.д.) учителям приходится выполнять огромный объём работы. Интенсификация труда учителя при этом не обеспечена мероприятиями по поддержанию и восстановлению психологического здоровья. А учителя очень нуждаются в оздоровлении, в преодолении нервно-психических и эмоционально-информационных перегрузок. По оценкам специалистов, до 70% учителей невротизированы, около 80% не удовлетворены качеством полученного в вузе образования, каждый пятый хочет сменить профессию. Эти тревожные цифры

заставляют серьёзно задуматься о необходимости обеспечить профессионально-психологическое здоровье и личностный рост учителя.

Решить эти вопросы помогают психологические технологии, которые в современной отечественной психологии реализуются, в основном, в так называемых системно-структурных подходах к изучению личности. Принято выделять два уровня описания психологической индивидуальности: динамический и содержательный. Динамическими характеристиками принято считать такие психологические феномены, которые показывают, не «что делает человек», а «как человек действует». К ним относят: силу и лабильность нервных процессов, темперамент. К содержательному уровню относятся цели деятельности, мотивы, интересы, потребности, ценности, знания, умения.

«Объективные требования к профессии педагога, связанной с необходимостью воздействовать на людей, формировать их, предъявляются прежде всего к содержательной... стороне личности»<sup>3</sup>. Связь динамических свойств личности профессионала с характером его профессиональной деятельности многозначная. Для успешной педагогической деятельности желательно сочетание силы, уравновешенности и подвижности нервных процессов. Но среди хороших учителей встречаются представители разных темпераментов. Поэтому, «из того, что успешный результат работы возможен на разном типологическом фоне, не следует, что он может быть достигнут без учёта типологических различий...». Так, например, «характерным в деятельности инертного учителя является то, что он оживляет класс не за счёт высокой динамики поведения, складывающейся экспромтом, а за счёт заблаговременного создания некоторых условий и средств воздействия на учащихся». А в итоге «оба учителя решают определённую (пусть частную) педагогическую задачу, но решают её по-раз-

ному. Более того, по логике взаимосвязи темперамента и стиля работы они и должны решать её по-разному, иначе она может стать для одного из них неразрешимой»<sup>4</sup>.

Очень важным является то, что «наиболее адекватный данному человеку индивидуальный стиль порождает состояние удовлетворённости, комфортности»<sup>5</sup>. Следовательно, каждый человек при известной внимательности к себе имеет возможность непосредственно по своему состоянию чувствовать, насколько способ его деятельности соответствует оптимальному для него стилю. Именно эти ощущения психологического комфорта могут служить педагогу «путеводной звездой» в выработке, в формировании, в создании индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Одним из методов изучения системы профессионально важных индивидуально-психологических свойств личности, по нашему мнению, является психодиагностический тест В.М. Мельникова и Л.Т. Ямпольского. Этот тест предназначен для диагностики личностных качеств по 14 шкалам. Полученные с помощью этой методики результаты могут быть использованы для консультационной или психокоррекционной работы: при осуществлении профориентации старших школьников, при диагностике затруднений в профессиональной деятельности, при семейном консультировании, в работе с педагогическим коллективом. В частности, психолог может определить возможности человека в общении, во взаимодействии с другими людьми, может прогнозировать его поведение в экстремальных условиях и т.д. Методика адекватна для испытуемых не младше 15 лет. В распоряжение испытуемого психолог предоставляет инструкцию, список утверждений теста и бланк ответов. Тест выполняется испытуемым самостоятельно, индивидуально

<sup>3</sup> Климов Е.А. 1969. С. 220–223.

<sup>4</sup> Там же.

<sup>5</sup> Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. С. 217.

или в группе и даёт большое количество психологической информации о личности. Мы сможем обсудить только некоторые аспекты использования психологической информации в совершенствовании стиля профессиональной педагогической деятельности.

Приведём описание психологических особенностей, характерных для испытуемых, имеющих высокие и низкие результаты по разным шкалам теста.

**1.** Шкала «невротизм» предназначена для измерения уровня невротизации, близкому к понятию астенической личности. Типичными чертами при высоких показателях являются высокая тревожность, возбудимость в сочетании с быстрой истощаемостью. Низкие оценки по шкале «невротизм» свидетельствуют об адекватности психических реакций силе раздражителя, высокой выносливости и работоспособности. Для этих людей характерны спокойствие, непринуждённость, эмоциональная зрелость, объективность в оценке себя и других, постоянство в планах и привязанностях, они активны, деятельны, инициативны, честолюбивы, склонны к соперничеству и соревнованию.

**2.** Шкала «психотизм» измеряет степень психической адекватности личности. Более всего лиц с высокими оценками по этой шкале характеризуют аутизм, обособленность, отгороженность от событий окружающего мира, таких людей считают чужаками, фантазёрами, странными, эксцентричными. Все в облике этих людей поражает своеобразием и яркой индивидуальностью. Лица с низкой оценкой по шкале «психотизм» характеризуются стандартностью, стереотипностью, отсутствием своеобразия и оригинальности в мышлении и поведении.

**3.** Шкала «депрессия» предназначена для измерения глубины субъективных переживаний, возникающих при снижении доминирующего фона настроения. Высокие оценки по этой шкале характерны для лиц со сниженным настроением. Часто мрачные, угрюмые, отгороженные, погруженные в собственные переживания, они вызывают неприязнь и раздражение у окружающих. Низкие оценки по шкале «депрессия» отражают естественную жизнерадостность, энергичность и предприимчивость. Испытуемые этой группы отличаются богатством, гибкостью

и многосторонностью психики, непринуждённостью в межличностных отношениях, уверенностью в своих силах, успешностью в выполнении различных видов деятельности, требующих активности, энтузиазма и решительности.

**4.** Шкала «совестливость» оценивает степень уважения человека к социальным нормам и этическим требованиям. Для лиц с высокими значениями фактора «совестливость» характерны ответственность, добросовестность, стойкость моральных принципов. Лица с низкими оценками по фактору «совестливость» склонны к непостоянству, уклоняются от выполнения своих обязанностей, игнорируют общепринятые правила, не прилагают усилий к соблюдению общественных требований и культурных норм, пренебрежительно относятся к моральным ценностям, ради собственной выгоды способны на нечестность и ложь.

**5.** Шкала «расторможенность» разработана для измерения степени сдержанности, социализированности поведения. Высокие оценки по шкале «расторможенность» свидетельствуют об отсутствии социальной конформности, плохом самоконтроле и импульсивности. Низкие оценки по шкале свидетельствуют о повышенной идентификации с социальными требованиями, конформности, уступчивости, сдержанности, осторожности поведения, возможно, о сужении круга интересов и ослаблении влечений. Таким лицам все представляется скучным и неинтересным, им всё безразлично и надоело.

**6.** Шкала «общая активность» предназначена для измерения уровня активности, энергичности и стеничности личности. Лица с высокими оценками по этой шкале отличают неиссякаемая энергия, стеничность, предприимчивость, активное достижение целей. Низкие оценки свидетельствуют о пассивности, безынициативности, повышенной утомляемости.

**7.** Шкала «робость» измеряет, стеснительность, скованность в межличностных отношениях. Высокие оценки свидетельствуют о застенчивости, нерешительности и неуверенности в себе. Лица с низкой оценкой смелы, решительны, склонны к риску, не теряются при столкновении с незнакомыми явлениями и обстоятельствами.

**8.** Шкала «общительность» измеряет широту и интенсивность общения. Для высоких значений этого фактора характерны богатство и яркость эмоциональных проявлений, естественность и непринужденность поведения, готовность к сотрудничеству, чуткое, внимательное отношение к людям, доброта и мягкосердечие. Для низких значений типичны эмоциональная холодность, формальность межличностных отношений.

**9.** Шкала «эстетическая впечатлительность» измеряет чувствительность к эстетическим и художественным ценностям. У лиц с высокими оценками по этой шкале суждения о жизни носят непосредственно-чувственный, интуитивный характер, они наделены богатым воображением, фантазией, легко приходят в восторг, склонны к увлечениям. Низкие оценки свойственны лицам зрелым, уравновешенным, здраво-мыслящим, хорошо ориентированным в житейски важных вещах, трезво оценивающим обстоятельства и людей. Им свойственен рассудочный, абстрактный тип мышления, памяти, восприятия.

**10.** Шкала «женственность» предназначена для измерения степени идентификации человека с женской ролью, предписываемой культурой и обществом. Лица с высокими оценками по этой шкале чувствительны, склонны к волнениям, мягки, уступчивы, скромны в поведении, но не в самооценке. Низкие оценки по этой шкале свидетельствуют о смелости, предприимчивости, стремлении к самоутверждению, склонности к риску, к быстрым, решительным действиям без достаточного их обдумывания и обоснования.

**11.** Шкала «психическая неуравновешенность» предназначена для интегральной оценки психической устойчивости. Высокие показатели по этому фактору указывают на дезадаптацию, тревожность, потерю контроля над влечениями, выраженную дезорганизацию поведения. Низкие оценки по шкале «психическая неуравновешенность» свидетельствуют об отсутствии внутренней напряженности, свободе от конфликтов, удовлетворенности собой и своими успехами, готовности следовать нормам и требованиям.

**12.** Шкала «асоциальность» разработана для оценки социальной приспособленности. Высокие оценки по этой шкале являются свидетельством недоразвития высших социальных чувств, таких как гордость, долг, любовь, стыд. Эти люди пренебрегают обязанностями, склонны не считаться с правилами общежития и морально-этическими нормами. Низкие оценки по этой шкале свидетельствуют о повышенной идентификации с социальными нормами, о комформности, уступчивости, скромности, зависимости, возможно и об узости круга интересов.

**13.** Шкала «интроверсия» измеряет степень социальной контактности человека. Высокие оценки по этой шкале свидетельствуют о затруднениях в контактах, замкнутости, нерешительности, стремлении к видам деятельности, не связанной с широким общением. Низкие оценки характерны для экстравертов, активных, честолюбивых, стремящихся к общественному признанию, лидерству, не стесняющихся, когда на них обращают внимание, не испытывающих затруднений в общении, в установлении контактов, охотно берущих на себя главенствующие роли во взаимоотношении с окружающими.

**14.** Шкала «сензитивность» измеряет тонкости эмоциональных переживаний. Высокие оценки свидетельствуют о тонкой духовной организации, чувствительности, ранимости, артистичности, художественном восприятии окружающего. Низкие

оценки по этому фактору встречаются у лиц эмоционально зрелых, не склонных к фантазиям, мыслящих трезво и реалистично.

Кроме психодиагностического теста В.М. Мельникова и Л.Т. Ямпольского, в исследовании были использованы и другие методы, в частности, наблюдение, метод независимых характеристик и экспертных оценок (изучались результаты аттестации, проверок администрации, отзывы на открытые уроки, а также беседы с педагогами об их самочувствии и состоянии здоровья).

Исследования, проведённые Л.В. Солдатовой в течение ряда лет в педагогических коллективах, показали, что достаточно большой контингент учителей оказывается психологически уязвимым в профессиональной деятельности по причине своих личностных особенностей высоких показателей невротизма, депрессии или интроверсии. Это может сказываться и на состоянии здоровья учителя, и на особенностях, и результатах его профессиональной деятельности. Приведём в качестве примера результаты учителей, прошедших комплексное исследование личностных качеств, включавшее и психодиагностический тест (см. таблицу 1).

Результаты исследования позволили объединить испытуемых в две контрастные группы. Первую группу составляют педагоги, имеющие низкие показатели невротизма, депрессии, психической неуравновешенности и общительности в сочетании с высокими показателями по шкале «совестливость». К ним относятся учителя З.И. и А.А. Вторую группу составляют учителя с высокими или повышенным баллами по шкалам «невротизм», «депрессия» и «психическая неуравновешенность», «совестливость» и «общительность». К ним относятся учителя: И.Н., Н.А., М.Г.

По результатам диагностики с помощью психодиагностического теста можно сказать, что учителя З.И. характеризует стандартность, отсутствие своеобразия и оригинальности в мышлении и поведении. Окружающее З.И. воспринимает объективно. Она ни в чём не хочет ни отставать от окружения, ни выделяться из него. Аккуратна, добросовестна,

Таблица 1

## Личностные особенности учителей

Шкалы	Макс. балл	Педагоги				
		З.И.	А.А.	И.Н.	Н.А.	М.Г.
Невротизм	25	4	7	24	23	23
Психотизм	25	3	5	20	11	13
Депрессия	25	4	4	19	15	18
Совестливость	15	12	8	11	14	9
Расторможенность	15	4	5	2	3	3
Общая активность	15	3	3	5	9	9
Робость	15	2	5	13	3	11
Общительность	15	5	6	11	15	9
Эстетическая впечатлительность	15	9	5	10	12	12
Женственность	10	5	3	6	7	5
Психическая неуравновешенность	20	2	4	19	15	17
Асоциальность	15	2	2	6	3	6
Интроверсия	20	5	9	15	2	11
Сензитивность	15	9	2	9	11	11

миролюбива, не склонна к зависти и соперничеству, но её поведение отличается малой инициативностью и недостаточной самостоятельностью. Для З.И. характерны чувство ответственности, стойкость моральных принципов, в делах руководствуется чувством долга, не любит перемен, к новому относится с предубеждением, больше ценит исполнительность, чем одарённость. В коллективе держится свободно, независимо, достаточно смела, решительна, даже склонна к риску, решения принимает незамедлительно, быстро приступает к их выполнению, не умеет терпеливо ждать, не переносит оттяжек, двойственности, колебаний. Для З.И. типично отсутствие живых эмоций, холодность, формальность отношений, жизнью коллег интересуется мало, знакомства поверхностны и формальны. В целом для З.И. характерно отсутствие внутренней напряжённости, свобода от конфликтов, удовлетворённость собой, готовность следовать социальным нормам и требованиям. Её собственная активность в деятельности недостаточна, но она легко соглашается с авторитетом, всегда готова выслушать и принять совет от более опытного лица. Для З.И. характерно честолюбие, стремление к общественному признанию, лидерству.

По результатам других методов изучения личности З.И. характеризуется следующим: ей 41 год, стаж работы 19 лет, преподаватель иностранного языка, работает в школе по совместительству, является заведующей городской фильмотеккой. Замужем, имеет детей. Работает с большой эффективностью, хорошо владеет методами и формами работы на уроке, всегда сдержанна, но не скованна, приятна в общении, получила высокую оценку администрации после проведения открытого урока, не чувствует утомления и усталости после работы, всегда бодр и энергична. Работает без больничных листов, на плохое самочувствие не жалуется. Полностью пригодна к профессии учителя, эффективно сочетает её с административной деятельностью. В личной жизни мало с кем общается, кроме близких родственников, вне работы малоподвижна, домоседка, любит покой, предпочитает кабинетные виды труда.

Анализ результатов психологической диагностики учителя А.А. с помощью психодиагностического теста свидетельствует о том, что ей свойствен «мужской» тип характера — она достаточно прямолинейна и тверда в своих решениях, в работе не склонна «размениваться на мелочи». Относится к мыслительному типу личности, обладает низкой социальной чувствительностью, т.е. устойчива к житейским невзгодам. Вместе с тем довольно осторожна, хорошо владеет собой, умеет вовремя остановиться, психологически собранна. Для неё не характерен интерес к межличностным отношениям, она более ориентирована на интересы дела.

По результатам других методов изучения её личности А.А. работает эффективно, пользуется авторитетом учащихся и учителей. Занимала административные должности, была завучем, директором школы, в период диагностики заведует отделом образования района. Энергична и собранна, несмотря на большую загруженность, отличается крепким здоровьем, практически не болеет, к концу дня утомляется, но полностью восстанавливает свои силы к началу следующего рабочего дня.

Теперь обратимся к психологическим портретам учителей, которые имеют высокие баллы по шкалам невротизма, депрессии. Как видим, каждый из учителей этой группы имеет такие качества, которые позволяют объединить их. Так, характерные психологические черты личности этих учителей — ранимость, впечатлительность, робость, стеснительность. Они недостаточно верят в свои силы, не умеют отстаивать свои интересы и добиваться поставленных целей. Спасаясь от грубой действительности, они склонны уходить в мир вымысла и фантазии. Их личность находится во внутреннем конфликте с собой, они напряжены вне зависимости от напряжённости реальной ситуации. Их могут считать заносчивыми, недоступными, избегающими общения из-за чрезмерного самомнения. Однако, за всем этим скрывается скорее чуткость, душевная

отзывчивость, постоянная готовность к самопожертвованию. В тесном кругу близких друзей они теряют скованность и отгороженность, ожидают, становятся весёлыми, шутят. В делах старательны и добросовестны, но им часто трудно безотлагательно принять важное решение. Любая деятельность для них трудна и неприятна, быстро утомляет, вызывает бессилие и истощение. В сделанном они больше видят промахи и ошибки, а в будущем — неприятности. У них слабо выражено стремление к успеху и достижениям, они стараются не брать на себя лишней ответственности, охотно допускают, чтобы за них что-то выполнили другие люди. Работе уделяют большое внимание, видят в ней смысл жизни.

Учительница И.Н. работает эффективно, много времени уделяет подготовке к урокам, использует разнообразные методы. С успехом проводит открытые уроки и внеклассные мероприятия за что неоднократно поощрялась администрацией школы. Несмотря на достигнутые успехи, работает с большим напряжением, не может восстановить силы к началу новой трудовой недели, жалуется на постоянную усталость, плохое самочувствие. Страдает повышенным артериальным давлением, часто болеет, наблюдается в городской поликлинике, постоянно применяет медикаменты, снижающие артериальное давление, постоянно имеет усталый, изнуренный вид.

Учительница М.Г. добилась значительных успехов, является старшим учителем, руководителем секции начальных классов в школе и городе. Работает с большой самоотдачей, обязательна, аккуратна в выполнении своих обязанностей, пользуется большим авторитетом в коллективе учителей и учащихся. Постоянно совершенствуется в использовании новых методов преподавания. В беседах жалуется на хроническую усталость, плохой сон. Страдает вегето-сосудистой недостаточностью, пониженным артериальным давлением.

Учительница Н.А. — преподаватель русского языка и литературы. Много сил и времени отдаёт подготовке к урокам, очень добросовестна, старательна. Является руководителем секции словесников в школе. Постоянно даёт открытые уроки, неоднократно поощрялась администрацией. Много времени уделяет работе с родителя-

ми, внеклассной работе с детьми. Бывает конфликтна с учащимися и коллегами, порой при всём желании не может скрыть раздражительность и плохое настроение. Жалуется на постоянную усталость, бессонницу, страдает от повышенного артериального давления, начальной стадии ишемической болезни сердца, лечится у невропатолога, часто пропускает занятия по болезни. Не чувствует удовлетворения своим трудом, хотя внешне успешна. Ворчлива и раздражительна по мелочам, истощается к концу каждой четверти учебного года.

Как видим, характерные общие черты этой группы учителей, имеющих высокие баллы по шкалам невротизма, депрессии — повышенная чувствительность к малозначащим и индифферентным раздражителям, они впечатлительны, ранимы и не только тем, что уже случилось. Возможная ожидаемая неудача представляется им значительно более серьёзной, чем существующая. Их пугают предстоящие выступления и проверки, они боятся, что им не хватит сил в нужный момент. Страхи и опасения по поводу будущего заставляют их вновь и вновь возвращаться к анализу своих и чужих поступков, постоянно оценивать правильность своих действий и возможные действия других сторон, мучительно искать лучшие варианты поведения. Это приводит к тому, что они затрудняются остановиться на каком-нибудь одном варианте решения, сделать выбор. Для этих учителей характерны такие психологические черты, как выраженная ответственность, добросовестность, стойкость моральных принципов, они руководствуются чувством долга, строго соблюдают морально-этические нормы, точны и аккуратны в делах, во всем любят порядок, на нечестные поступки никогда не пойдут. Эти учителя непринуждённо и естественно в поведении, для них характерно богатство и яркость эмоциональных проявлений, готовность к сотрудничеству, чуткое, внимательное отношение к людям, добросердечность.

Они имеют много друзей, в дружбе теплы, отзывчивы, к ним тянутся, в их обществе чувствуют себя уютно и спокойно. Суждения о жизни носят у них чувственно-интуитивный характер. Они наделены богатым воображением, фантазией, склонны к увлечениям, легко приходят в восторг. В жизненных поступках, симпатиях полагаются на чувства и впечатления, а не на логику и расчёт. Все учителя этой группы обладают тонкой духовной организацией — чувствительностью, ранимостью, артистичностью, художественным восприятием окружающего. Они не переносят грубых слов, грубых людей, грубой работы. Они мягки и женственны, в поведении учтивы, вежливы, но могут вносить дезорганизацию в целенаправленную групповую деятельность. У этих учителей повышена тревожность. В рассказах о себе преобладают жалобы на бессонницу, хроническую усталость, изнуренность, неполноценность, неприспособленность и т.д. Перенесённые заболевания, эмоциональные травмы, длительные интенсивные нагрузки могут привести к усилению этих переживаний.

Исходя из вышеизложенного, можно заключить, что все испытуемые работают эффективно, имеют большой стаж, но, обладая различными психологическими свойствами личности, чувствуют себя по-разному, и по-разному решают свои профессиональные проблемы. Например, учителя, обладающие низкими баллами по шкалам «невротизм» и «депрессия», получают большее удовлетворение от своего труда, меньше реагируют на различного рода раздражители. Работая много лет, учителя Э.И. и А.А. сохранили тем не менее крепкое здоровье. Не случайно то, что они занимают административные должности. Интересно, что в обоих случаях учителя обладают невысоким баллом по шкале «общительность», т. е. они не склонны к живому, непосредственному общению, а выработали индивидуальный коммуникативный стиль в профессиональном поведении, опирающийся на официальное общение, формальность межличностных отношений.

А учителя И.Н., Н.А., М.Г., по всей видимости, не выработали психосохраняющий индивидуальный стиль профессиональной деятельности: они обнаруживают большую общую активность, общительность, эстетическую впечатлительность и тревожность. Другими словами больше открыты миру, сильнее реагируют на происходящее вокруг и, следовательно, больше истощаются. Их высокая психическая неуравновешенность (проявляющая себя в высоких показателях невротизма, психотизма и депрессии) — не только прямое указание на психологический дискомфорт, на внутреннее напряжение, внутриличностный конфликт, но и косвенное свидетельство неадекватности индивидуального стиля, показатель несоответствия личностных особенностей требованиям профессиональной деятельности.

Наши исследования показывают, что наибольшие эмоционально-психологические трудности в работе испытывают учителя, имеющие высокий уровень таких природных психофизиологических качеств, как невротизм, сензитивность, интровертность. При этом особого внимания требует сочетание высоких показателей невротизма и интроверсии у учителя, что ставит его в группу риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний<sup>6</sup>.

Сохранение длительное время профессиональной пригодности в педагогической деятельности связано с умением педагога изменять технологию (обучающую, коммуникативную) и поддерживать своё функциональное физическое и психологическое здоровье, свою работоспособность. Между тем, опыт показывает, что многие не способны самостоятельно к серьёзному изменению технологии, стиля своей работы, стиля взаимоотношений с учениками, родителями, «эмоционально выгорают» в общении, теряют способность сохранять педагогический оптимизм, активность.

<sup>6</sup> Солдагова Л.В. Профессиональное здоровье учителя./ Формирование профессиональной культуры будущего учителя: Материалы научно-практической конференции. Орехово-Зуево, 2003.



Полагаем, что важной причиной этого является неоптимизированный стиль педагогической деятельности, не опирающийся на индивидуальные особенности личности. Путь заимствования, копирования «чужих» способов поведения и общения, обучения и воспитания, совершенствование профессиональной деятельности по принципу «делай, как лучшие», обучение профессии по принципу «делай, как я» и тому подобные распространённые подходы **обнаруживают свою психологическую необоснованность, и потому обречены на неэффективность.**

Результаты психологических исследований подчёркивают важность своевременного формирования адекватного индивидуального стиля профессиональной деятельности уже на самых ранних этапах профессионального обучения. Специфика ситуации в том, что некоторые, даже далеко не самые эффективные и рациональные, способы профессиональной деятельности раз сформировавшись, закрепляются по механизму условного рефлекса, если только приводят хоть к сколько-нибудь положительному подкреплению, т.е. положительному решению педагогической задачи. В этом случае далеко не каждый педагог проявит достаточно активности, чтобы искать альтернативные, но более эффективные, способы профессионального поведения. Но, раз сформировавшись, такие формы поведения могут стать устойчивыми, типичными, хотя и не подходящими к индивидуальным особенностям. Примером таких распространённых, но неадекватных для личности педагога, форм поведения могут стать крик, гнев, физическое воздействие, соглашательство, демонстративная обида или стеснительность, завышенное самомнение, унижение, обман, запугивание, формальность, неискренность, эмоциональная глухость, закрытость (отказ от общения и сопереживания), заносчивость, презрительность и т.д.

Следовательно, необходимо создать систему психологической поддержки, сопровождения профессионального становления, в рамках которой должны быть реализованы задачи поиска наиболее действенных средств психодиагностики, психокоррекции, а если надо, то и психотерапии личности педагога. Диагностический компонент реализации этого подхода предполагает использование так называемых личностных и психофизиологических методик (например, методики М.В. Мельникова и Л.Т. Ямпольского,

Г. Айзенка, В.Т. Козловой), методик определения индивидуального стиля педагогической деятельности (например, А.Я. Никоновой), методик диагностики профессионально важных педагогических качеств<sup>7</sup> и т.п. Коррекционный компонент может включать как индивидуальные консультации с психологом, так и тренинговые занятия в группе учителей. В качестве примера можно указать личностно-ориентированный тренинг, предложенный В.Ю. Бабайцевой<sup>8</sup>, педагогический тренинг, разработанный Н.В. Самоукиной<sup>9</sup>, тренинг социальной компетентности классного руководителя (2007) или тренинг «личностного роста» Н.Р. Битяновой<sup>10</sup>.

Начинать работу по психологическому сопровождению формирования индивидуального стиля полезно ещё в стенах института, например, во время педагогической практики на старших курсах. Однако этого недостаточно, так как психологическая позиция учителя может иметь различную динамику, может с годами требовать коррекции, переоценки, переосмысления. Поэтому по необходимости (когда учитель чувствует значительный психологический дискомфорт) нужно проводить коррекцию профессионально-поведенческого репертуара и у педагога со стажем. Организационно часть этой работы можно осуществлять на курсах факультетов или институтов повышения квалификации. **НО**

<sup>7</sup> Реан А.А. Психология педагогической деятельности. Ижевск, 1994.

Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. М.: «Владос», 1995.

<sup>8</sup> Бабайцева В.Ю. Личностно-ориентированный тренинг в процессе подготовки будущих учителей к воспитательной работе с трудными детьми. Учебное пособие по технологии воспитательной работы для студентов-педагогов и учителей. М., 1997.

<sup>9</sup> Самоукина Н.В. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги. М., ИНТОР, 1997.

<sup>10</sup> Битянова Н.Р. Психология личностного роста. Практическое пособие по проведению тренинга личностного роста психологов, педагогов, социальных работников. М., 1995.