

ПРОФИЛАКТИКА СТРЕСС-ИНДУЦИРОВАННЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ

ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ «Я-КОНЦЕПЦИИ» ПЕДАГОГА КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

*Н.В. Амасович
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Синдром эмоционального выгорания педагогов – весьма серьезное препятствие для развития в учреждениях образования инновационных процессов. Последнее часто вызвано не столько тем, что специалист не владеет профессиональными приемами обучения и воспитания, сколько глубинными сущностными изменениями типов взаимодействия двух главных субъектов системы образования: Учителя и Ученика или шире, Взрослого и Ребенка. Мы определили, что такая ситуация характеризуется рядом противоречий:

между новыми ценностно-целевыми ориентирами в образовании, направленными на партнерство (диалог) взрослого и ребенка, и существующим монологомическим типом взаимодействия «Учитель – Ученик» в традиционной системе образования;

между возрастанием внутренней свободы ребенка и психологическим, профессиональным самочувствием педагога, его ролевой негибкостью;

между темпами изменения социальных условий современной жизни и отсутствием новых образовательных технологий, способствующих подготовке ребенка к адаптации в быстро меняющемся мире;

между желанием педагога по-новому строить процесс обучения и его неумением сформировать мотивацию ребенка к познавательной деятельности в современных условиях;

между индивидуальной потребностью педагога осуществлять свою профессиональную деятельность в новом образовательном пространстве и сохранившемся традиционном укладе образовательных учреждений.

Данные противоречия и стремление педагогов к их разрешению часто приводят к синдрому эмоционального выгорания.

Тем не менее, можно предпринять профилактические шаги, которые предотвратят, ослабят или даже исключат данный феномен. Одним из таких профилактических средств является формирования положительной Я-концепции на первоначальной ступени подготовки специалистов, что может предотвратить возникновения данного синдрома, достичь снижения степени его выраженности в последующей практической деятельности.

В процессе формирования профессиональной педагогической культуры будущего специалиста актуализируется целый спектр умений педагога: перцептивные, диагностические, прогностические, коммуникативные и особенно значимые в работе данного направления рефлексивные. Именно данная группа умений играет важную роль в самопознании, самосовершенствовании, самоанализе педагога и тесным образом сочетаются с его Я-концепцией.

При преподавании цикла педагогических дисциплин мы отметили, что позитивная «Я-Концепция» успешнее формируется при осмыслении студентами причин непродуктивного педагогического взаимодействия.

В существующей системе профессиональной подготовки педагогов мы стремимся уделять внимание изучению и овладению современными педагогическими технологиями, позволяющими существенно изменить методы организации образовательного процесса, характер взаимодействия субъектов системы, и, наконец, их мышление и уровень развития. В своей работе со студентами мы пытаемся выстраивать следующую траекторию развития позитивной «Я-Концепции»: от осознания каждым студентом собственной Я-Концепции к ее коррекции и структурированию основ педагогической положительной Я-Концепции.

Позитивную Я-Концепцию можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной ценности и важности своей будущей профессии. Поэтому целевыми ориентирами при проведении практических и лекционных занятий для нас явилось формирование таких личностных качеств будущих специалистов системы начального и дошкольного образования как: 1) чувство собственной значимости; 2) уверенности в способности к избранному виду деятельности (педагогической работе); 3) твердой убежденности в импонировании другим людям в целом, своим воспитанникам в частности; 4) гибкости мышления, любви к экспериментированию.

Кроме того весьма плодотворным содержанием формирования положительной «Я-концепции» обладают учебные задания по построению модели соответствующего поведения педагога. Студенты «конструируют» психологические портреты педагогов с различными типами центраций – эгоистической, бюрократической, авторитетной, академической и гуманистической. А так же типичные школьные модификации игр «Изыян», «Ну что попался, негодяй» и др., в которых педагоги компенсируют свою личностную и профессиональную несостоятельность.

Существенно изменяется Я-Концепция будущего специалиста в процессе выполнения заданий информационно-дискуссионного и практико-преобразующих блоков семинарского занятия. Их смысл сводится к положительной динамике системы взглядов и отношений, характеризующих этапы формирования практических умений и навыков.

В процессе работы мы также широко используем тренинговые упражнения для педагогов по снятию синдрома эмоционального выгорания: «Я - дома, Я – в университете», «Три рисунка «Я работаю педагогом», «Карикатура», мини дискуссия «Для чего вы учитесь?» и др.

Необходимым технологическим условием для формирования позитивной Я-Концепции является забота преподавателя о создании благоприятной атмосферы занятий путем утверждения правил взаимодействия: доброжелательности, ответственности, стремления к взаимопомощи, недопустимость проявления в любых формах агрессивного поведения. Обязательным структурным компонентом занятия являются пролог и рефлексия как самоанализ движения собственной мысли, чувств, эмоционального состояния, восприятия и оценка своего поведения.

Я-концепция в системе общепедагогических характеристик – профессиональна, является условием творческого подхода к созданию собственных технологий еще на этапе становления специалиста в вузе и выступает залогом здоровья педагога и своеобразным барьером появлению профессиональных деформаций.