

## Психологічна консультація у системі післядипломної педагогічної освіти

Стаття присвячена проблемі оптимізації післядипломної педагогічної освіти шляхом привнесення в неї психологічної складової, яка може набувати різних форм, зокрема – психологічного консультування педагогічних працівників. Розкрито мету, завдання, зміст та особливості психологічного консультування вчителів у контексті післядипломної освіти.

**Ключові слова:** післядипломна педагогічна освіта, психологічний супровід, психоемоційні ризики професійної діяльності педагога, особистісно-центрований підхід, екзистенційно-гуманістична психологія, психологічна консультація вчителів.

Стаття посвящена проблеме оптимизации последипломного педагогического образования путем привнесения в него психологической составляющей, которая может иметь разные формы, в частности – психологического консультирования педагогов. Раскрыта цель, задачи, содержание и особенности психологического консультирования учителей.

**Ключевые слова:** последипломное педагогическое образование, психологическое сопровождение, психоэмоциональные риски профессиональной деятельности педагога, личностно-центрированный подход, экзистенциально-гуманистическая психология, психологическая консультация учителей.

**Актуальність та стан проблеми.** Орієнтація на стандартні підходи у післядипломній освіті, яка спрямована тільки на передачу спеціалізованої професійної інформації, не може у сучасних умовах забезпечити високу особистісну і професійну компетентність фахівців. Значно підвищити ефективність цього процесу (підготовки, перепідготовки, підвищення кваліфікації кадрів) можна завдяки наявності у ньому психологічної складової, яка може набувати різних форм, у тому числі і форми психологічного супроводу.

Ідея психологічного супроводу знайшла своє відображення в працях І.В. Дубровіної, М.Р. Бітянної, В.Г. Казанської, Т.Б. Карась, Л.М. Шипіциної та ін. [1; 4; 6]. Концепція психологічного супроводу як нова освітня технологія розроб-

лена О.І. Казаковою [4]. Відповідно до неї супровід розглядається як метод створення умов для прийняття суб'єктом розвитку оптимальних рішень у різноманітних ситуаціях життєвого вибору.

Однією із важливих проблем психологічного супроводу освітнього процесу у сфері післядипломного навчання є оптимізація навчального процесу на ґрунті врахування індивідуально-психологічних особливостей особистості слухачів, своєчасне надання психологічної допомоги фахівцям, які мають труднощі у соціально-психологічній адаптації до професійного середовища і професійному розвитку.

Зважаючи на зазначене вище, а також на те, що проблема надання психологічної допомоги вчителям у контексті післядипломної освіти досліджена недостатньо, а необхідність психологічної підтримки особистісно-професійного розвитку педагогічних працівників зростає, був визначений об'єкт дослідження – психологічний супровід вчителів. Предмет дослідження – психологічна консультація педагогів як стратегія психологічного супроводу післядипломної педагогічної освіти.

Метою психологічного супроводу етапа післядипломної освіти є допомога фахівцям у використанні можливостей свого особистісного і професійного потенціалу, актуалізація потреби у саморозвитку, оптимізація навчального процесу на основі врахування індивідуально-типологічних особливостей, своєчасне надання психологічної допомоги особам з труднощами у досягненні висот професіоналізму.

У сучасній психологічній літературі приділяється недостатньо уваги психологічному супроводу у системі післядипломної освіти, у тому числі питанням індивідуального розвитку, консультативній роботі. Проте застосування у практиці навчально-виховного процесу сучасних педагогічних технологій, інтенсивна міжособистісна взаємодія, праця з повною віддачею сил і часу вимагає врахування психоемоційних ризиків у процесі професійної діяльності педагога, оскільки вони можуть обумовлювати формування стану професійної та особистісної неузгодженості, подолати який неможливо без кваліфікованої психологічної допомоги.

Як відомо, педагогічній діяльності властиві певні психоемоційні особливості, які мають виражену модальність: від

ситуативної тривожності, стурбованості і навіть відчаю до почуття радості, підвищеного настрою. Також педагогічна діяльність не нормована, оскільки нормативні вимоги до тривалості робочого дня вчителя часто не співпадають з реальною присутністю педагога у ситуації діяльності: фактична тривалість робочого дня досягає 8-10 годин. До того ж вчитель часто продовжує бути присутнім у подіях реальної діяльності у період формального виходу з неї («ефект залишкової діяльності»). Вчитель упродовж усієї доби перебуває у стані ситуативної робочої готовності: динамічний стан особистості, внутрішня спрямованість на певну поведінку, мобілізованість всіх сил на активну і доцільну дію. Таке надмірне заглиблення у професійну діяльність, яка вимагає великої відповідальності, насиченість педагогічної практики стресогенними ситуаціями, призводить до розвитку тенденції «професійного виснаження». Отже, праця вчителя має максимальний ступінь напруженості.

Значущим фактором ризику формування синдрому «вигорання» можуть бути певні особистісні особливості людини, які сприяють виробленню захисних механізмів поведінки, що перешкоджають здійсненню педагогічної діяльності на рівні, який вимагає сучасність. Важливою передумовою виникнення професійно-деструктивних явищ є невиправдані сподівання особистості на визнання у професійному середовищі, відсутність реальних результатів професійного зростання. Для більшості вчителів із синдромом виснаження у його найбільшому виявленні властиве ставлення до праці, яке називають «ідентифікація з працею» (висока особистісна цінність результатів професійної діяльності, розуміння своєї роботи як головної життєвої цінності). Як відомо, суб'єктивне значення роботи безпосередньо не призводить до виснаження; прагнення до якісного виконання своїх обов'язків не можна розглядати як негативну рису у поведінці професіонала. Інша справа, коли значний енергетично-емоційний вклад, висока професійна активність фахівця залишається без належної зворотної відповіді, компенсації з боку інших учасників професійної системи. Саме за таких умов професійні ситуації відзначаються найбільшою напруженістю. При такому ставленні до роботи будь-яка невдача, навіть незначна, сприймається людиною як особиста. У подальшому розвитку велика залежність від праці призводить до повного відчаю та екзистенційної порожнечі. У

випадку невідповідності між особистим вкладом і очікуваною винагородою відбувається знеособлювання стосунків між учасниками цього процесу, яке пригнічує гуманні почуття та форми поведінки і створює загрозу для особистісного розвитку фахівців.

Суттєвий вплив на процес професійного розвитку мають і так звані нормативні кризи життєдіяльності, коли змінюється ставлення особистості до певних сторін життя, відбувається переоцінка цінностей. Поєднання нормативних і професійних криз зазвичай призводить до високого рівня нервового напруження, неузгодженості особистості з навколишнім світом.

Кризово-деструктивні явища у професійному розвитку педагога мають негативний вплив на його професійну діяльність: виникнення конфліктів з учнями, колегами, батьками; створення психологічно дискомфортного середовища; зниження якості навчально-виховного процесу (рівень успішності, вихованості, стану здоров'я, соціально-психологічної та педагогічної компетентності). На тлі зниження психічного тону вчитель втрачає інтерес до педагогічної діяльності, що сприймається як буденна, марна праця. Відбувається стагнація професійного розвитку, що згодом призводить до професійної кризи.

Отже, є доцільною розробка заходів щодо забезпечення психологічної підтримки педагогів. Усі ці заходи повинні бути спрямовані на те, щоб утримати особистість від незважених вчинків. Особистість має зрозуміти, що криза – це тимчасове явище; незважаючи на те, що працездатність фахівця знижується, він не позбавляється своїх професійних якостей, і в нього достатній внутрішній потенціал для її подолання. Вирішувати завдання психологічної підтримки особистісно-професійного розвитку педагога можна у просторі підвищення кваліфікації, застосовуючи консультативний підхід.

Консультативний підхід має на меті допомогти людині у розвитку її здатності самостійно вирішувати свої проблеми, які виникають у її життєдіяльності. І отже, він концентрується на особистісному розвитку і зростанні індивіда.

Термін “консультування” – це загальний термін, що використовується для позначення різних процесів інтерв'ювання, тестування, надання порад тощо з метою допомогти особистості у вирішуванні її проблем.

Зазвичай консультативна робота ґрунтується на певних теоретичних засадах. Нашій меті, що була визначена на початку, повною мірою відповідає особистісно-центрований підхід К. Роджерса і логотерапія В. Франкла [9-11]. Зупинимось на цих напрямках більш детально.

У відповідності до особистісно-центрованого підходу К. Роджерса консультативний процес може бути ефективним, якщо є взаємна повага, розуміння й відкритість між консультантом і клієнтом. К. Роджерс узагальнює цей тип взаємостосунків як емпатію. Вона ґрунтується на трьох елементах (умовах), необхідних і достатніх, щоб у клієнта почали відбуватися позитивні зміни: терапевт повинен бути справжнім, або конгруентним; емпатичним, або розуміючим; турботливим. Якщо клієнт сприймає ці установки, і якщо йому некомфортно з самими собою, він включається в процес позитивного особистісного змінювання.

Підкреслимо, що основа особистісно-центрованого підходу у психотерапії – це тенденція людського організму до руху вперед. При створенні зазначених умов процеси актуалізації звільняються від будь-яких критичних суджень, які їх стримують, це дозволяє особистості мінятися і зростати.

Важливе значення у визначенні теоретичних засад стосовно психологічного консультування фахівців на різних етапах їх професійного розвитку має екзистенційно-гуманістична психологія (К. Ясперс, В. Франкл, Р. Мей, Дж. Бюджентал) [2; 3; 5; 9-12]. Сутність екзистенційного погляду на людину полягає у визнанні за нею свободи побудови власного життя і здатності до цього. Ось найбільш важливі положення цього напряму у сучасній психології, який Дж. Бюджентал називає життєзмінювальною терапією. За будь-якими окремими психологічними утрудненнями у житті людини знаходяться глибокі, не завжди усвідомлювані екзистенційні проблеми: проблеми свободи вибору і відповідальності, ізольованості і взаємозв'язку з іншими людьми, пошуку смислу життя. Психотерапевт за скаргами клієнта має вловити ці проблеми і водночас знайти спосіб, який би відповідав на екзистенційні проблеми життя з тим, щоб зробити його більш аутентичним та повноцінним. У центрі уваги терапевта суб'єктивність клієнта: переживання, прагнення, думки, тривоги тощо. Власна суб'єктивність терапевта – головний засіб допомоги клієнту.

Психологічна консультація фахівців як стратегія психологічного супроводу у післядипломній освіті педагогічних працівників – це процес, спрямований на допомогу фахівцю, зокрема вчителю, у попередженні та подоланні криз професійного розвитку. Вона сприяє усвідомленню педагогом проблем професійної діяльності, знаходженню шляхів їх вирішення.

Психологічна консультація педагогічних працівників розглядається нами як спеціально організований процес взаємодії педагога і психолога-консультанта, в ході якого у вчителя актуалізуються особистісні та професійні можливості, що дозволяють знайти шляхи виходу із ситуацій утруднення, підвищити свій професіоналізм. Психологічна консультація має забезпечити простір та умови, в яких можливий аналіз професійного стану фахівця, переосагнення минулого професійного досвіду та проектування подальшого професійного розвитку з трансформацією його у предмет практичного перетворення.

Психологічна консультація базується на діагностиці особистісно-професійного розвитку фахівця (вчителя), основним критерієм якого є професійна ідентичність. Здатність фахівця бути суб'єктом цього розвитку вимірюється рівнем здатності до саморегуляції й мотивації до саморозвитку, рівнем розвитку професійно важливих якостей та рефлексивних здібностей. Саме вона визначає методи і засоби психологічної консультативної підтримки особистісно-професійного розвитку педагога.

Психологічне консультування вчителів допомагає оперативно і конструктивно усунути значну кількість проблем у їх роботі. Ці проблеми мають ситуативний характер, тобто вони ще не встигли під дією психотравмуючих факторів трансформуватися у глибинні хронічні проблеми. Вирішуються такі проблеми на рівні свідомості шляхом обговорення з подальшою рефлексією проблемної ситуації. І отже, основна функція психологічного консультування превентивна, попереджувальна.

Психологічне консультування відрізняється від психотерапії та навчання. Від психотерапії консультування відрізняється тим, що воно зосереджується на ситуації і спирається на особистісні ресурси; від навчання – тим, що важливі не стільки самі знання самі по собі, скільки особливі взаємо-

стосунки між консультантом і особистістю, яка потребує допомоги. Ці взаємостосунки породжують у неї додаткові можливості самостійного подолання ускладнень. Проте між цими трьома напрямками психологічної допомоги не існує жорстких кордонів, вони взаємозбагачують один одного.

У своїй роботі психолог-консультант спирається на збережені внутрішні ресурси особистості. Його мета – усунення психологічних утруднень через стимулювання потенцій людини, яка є відповідальною за себе. Основне завдання психолога-консультанта – створити умови, які заохочують вольову поведінку особистості.

Консультація допомагає особистості здійснювати вибір і діяти на власний розсуд, оскільки кожна особистість має право обирати цінності і цілі, приймати самостійні рішення. Через звільнення від стану об'єктності й активізацію якостей суб'єкта, готового і здатного до змін, до прийняття рішень та їх реалізації, особистість розвивається, оволодіває новою поведінкою.

Дії психолога-консультанта можна оцінити як каталізатор, який допомагає тому, кого консультують, об'єктивно оцінити свою проблему і сприяє розширенню та вибору можливих варіантів його поведінки. Консультант також може повідомляти нову інформацію або відсвіжувати у пам'яті стару. Так або інакше цілі будь-якої консультативної допомоги повинні базуватися на потребах особистості, яка звертається за допомогою.

Психологічне консультування вчителів може відбуватися як у формі індивідуальних консультацій з різних психолого-педагогічних проблем, що виникають у їх професійній діяльності, так і у формі групового консультування за спеціально розробленими програмами. Індивідуальні психологічні консультації можна проводити у формі спільного обговорення і аналізу уроків та виховних заходів, рекомендацій щодо вивчення класу, окремих учнів, особистих переживань вчителя.

Групова ж психолого-педагогічна консультація виступає перш за все як форма керівництва самоосвітою вчителя із засвоєння новинок психолого-педагогічної науки, допомоги у становленні його професійної ідентичності та особистісному розвитку.

І наприкінці зупинимось на деяких загальних принципах побудови взаємин психолога-консультанта з вчителями, які звернулись до нього за порадою. Так, обов'язковою передумовою успішного консультування є створення довірливого ставлення педагога до консультанта. Запорукою цього є безумовна повага до вчителя, розуміння і підтвердження його безперечного бажання та зацікавленості у вирішенні своїх професійних проблем. Це абсолютно не сумісно з висловлюванням критичних зауважень на адресу вчителя, сумнівів щодо його педагогічної компетенції, оскільки це може спровокувати захисні реакції з боку вчителя і унеможливити відверте обговорення проблем.

Під час бесіди з вчителем необхідно приділити увагу роз'ясненню цілей і завдань консультування. Слід мати на увазі те, що вчителі ще не мають достатнього досвіду отримання психологічної допомоги, і у них дуже часто складаються помилкові уявлення та очікування: вони недооцінюють складності самого процесу консультування і бажають отримати результат у вигляді готового «рецепта».

Необхідно попередити вчителя про можливі перешкоди та труднощі у вирішенні його проблем. Інакше може виникнути передчасне розчарування у можливостях психологічної допомоги.

Доцільним буде проведення психологічного обстеження у відповідності до змісту проблеми з подальшим повідомленням його результатів. Це значно полегшує подолання помилкових і формування більш реалістичних уявлень вчителя щодо характеру своїх професійних ускладнень. І якщо вчитель після консультування діє впевнено і з бажанням у відповідності до отриманих рекомендацій, то можна говорити про успішність проведеної роботи.

Вчитель у умовах співробітництва з психологом отримує можливість одразу ж правильно створити модель педагогічної задачі, що стоїть перед ним, на підставі цього передбачити можливий результат, своєчасно скорегувати свою діяльність і тим самим уникнути серйозних помилок у своїй роботі.

Психологічне консультування вчителів допомагає їм створити творчу атмосферу професійної діяльності, у якій активно розгортається їх критичне ставлення до результатів своєї праці і здійснюється пошук резервів професійного розвитку.



**Список використаних джерел**

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Совершенство, 1997.
2. Бьюджентал Дж. Искусство психотерапевта. – СПб., 2002.
3. Бьюджентал Дж. Наука быть живым. – СПб., 1999.
4. Казакова Е.В. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике // М-лы Всерос. научно-практич. конференция. – СПб., 1998.
5. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М., 2002.
6. Практическая психология образования: Учебное пособие. – 4-е изд. / Под ред. И.В. Дубровиной – СПб.: Питер, 2007. – 592 с.
7. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс: Универс, 1994. – 466 с.
8. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М., 1990.
9. Франкл В. Воля к смыслу. – М.: Апрель Пресс: Эксмо-Пресс, 2000.
10. Ясперс К. Смысл и назначение истории. – М., 1993.

The article is devoted to the problem of optimization of post-graduated system of pedagogic education with the help of psychological component in the form of psychological counseling of teachers. The aim, tasks, contents and characteristics of psychological counseling of teachers are revealed.

**Key words:** post-graduated system of pedagogic education, psychological support, psycho-emotional risks of vocational activity of teachers, person-centered approach, existential-humanistic psychology, psychological consultation of teachers.

*Отримано: 12.06.2009*