

ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ СИСТЕМИ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Панасенко Н.М., Войтович М.В. Профілактика професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти. У статті проаналізовані дослідження професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти та методи її профілактики.

Встановлено, що високий рівень особистісної та ситуативної тривожності знижує рівень професійного самоздійснення практичних психологів галузі середньої освіти, що є вкрай небажаним для їх професійної діяльності і може призвести до негативних наслідків, одним із яких є професійна деформація.

Окреслено шляхи вирішення цієї проблеми через профілактику професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти, яка включатиме постійну роботу над особистісним і професійним розвитком та мотивацією, опанування методами індивідуальної та групової релаксації тощо.

Ключові слова: самоздійснення, професійне самоздійснення, психологи системи середньої освіти, мотивація, релаксація.

Панасенко Н.Н., Войтович М.В. Профилактика профессиональной деформации практических психологов системы среднего образования. В статье анализируются исследования профессиональной деформации практических психологов системы среднего образования и методы ее профилактики.

Установлено, что высокий уровень личностной и ситуативной тревожности снижает уровень профессиональной самореализации практических психологов среднего образования, что является крайне нежелательным для их профессиональной деятельности и может привести к негативным последствиям, одним из которых является профессиональная деформация.

Определены пути решения этой проблемы через профилактику профессиональной деформации практических психологов системы среднего образования, которая будет включать постоянную работу над личностным и профессиональным развитием и мотивацией, овладение методами индивидуальной и групповой релаксации и тому подобное.

Ключевые слова: самореализации, профессиональная самореализации, психологи системы среднего образования, мотивація, релаксація.

Постановка проблеми. В Україні у системі середньої освіти діє державна психологічна служба. Професію психолога обирають відповідно до індивідуально-психологічних особливостей. Виходячи із вимог до особистості психолога, професійних задач та мети діяльності шкільних психологів узагалі, професійне самоздійснення практичних психологів у галузі середньої освіти, на нашу думку, має характеризуватися наступними ознаками: вираженою потребою постійно розвиватися й вдосконалюватись; високим рівнем розкриття свого потенціалу та здібностей як фахівця; досяганням поставлених цілей, а також неперервністю цього процесу та задоволенням від власних досягнень; поширенням свого досвіду у професійному співтоваристві й визнанням цього досвіду колегами; творчим підходом до професійної діяльності; зрештою – формуванням власного «життєво-професійного простору».

Вихідні передумови. Проведене дослідження показників внутрішнього та зовнішнього професійного самоздійснення практичних психологів системи середньої освіти уможливило наступні висновки: для переважної більшості шкі-

льних психологів властивий вищий за середній та середній рівні професійного самоздійснення. Найзначущі зв'язки із професійним самоздійсненням психологів мають такі показники самоактуалізації як самоповага, підтримка, ціннісні орієнтації та спонтанність [5].

Професійне самоздійснення ми розуміємо як процес і, водночас, як результат, на противагу уявленню про самоздійснення як підсумок життєвого шляху [5; 8; 10].

Професійне самоздійснення практичних психологів є виражено взаємозалежним із самоефективністю. Професійне самоздійснення також є обернено взаємозалежним із рівнем тривожності. Це означає, що високий рівень особистісної та ситуативної тривожності знижує рівень професійного самоздійснення практичних психологів галузі середньої освіти, що є вкрай небажаним для їх професійної діяльності і може призвести до негативних наслідків, однією з яких є професійна деформація.

Професійна діяльність шкільних психологів супроводжується змінами в структурі особистості, оскільки відбувається посилення та інтенсивний розвиток якостей, які сприяють успішному здійсненню професійної діяльності, але й одночасно відбувається зміна і навіть руйнування особистісних структур, які не беруть участі у цьому процесі. Саме ці професійні зміни розцінюються як негативні, тобто порушують цілісність особистості, знижують її самоефективність, самоактуалізацію, і в підсумку – професійне самоздійснення, то можна розглядати ці негативні зміни як професійні деформації практичних психологів системи середньої освіти.

У професійній деформації зазвичай допускають два компоненти: початкові схильності і власне професійну деформацію [1]. Причому, початкові схильності впливають на вибір професії, як «сприятливий» фон, підґрунтя, на якому розгортається професійне самоздійснення. Напевно немає жодної професійної діяльності, яка взагалі не мала б якихось негативних наслідків. Має значення знаходження балансу - співвідношення позитивних і негативних змін особистості фахівця. Ті професії, або та конкретна робота, де баланс не на користь позитивних змін, і викликають так звані професійні деформації. Професійні деформації проявляються у зниженні ефективності праці, в погіршенні взаємин з оточуючими, у погіршенні здоров'я і головне - у формуванні негативних особистісних якостей і, навіть, у розпаді цілісної особистості працівника.

Тобто, професійний розвиток шкільного психолога може мати характер регресу і привести до професійної деформації, обумовленої більше об'єктивними (специфікою і умовами виконання професійної діяльності), ніж суб'єктивними (особливостями індивідуальної історії життя) чинниками.

Мета статті. Аналіз дослідження професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти та методів її профілактики.

Виклад методики і результатів досліджень. Аналіз наукової літератури [! - 4; 7; 9] з проблеми професійної деформації психолога дозволяє виділити наступні характерні особливості цього феномена:

- відставання, уповільнення професійного розвитку. Для психолога це може бути пов'язано з тим, що «все набридає» в роботі і втрачається мотив освоєння нових способів роботи, прагнення вирішувати нові проблеми;

- несформованість професійної діяльності. У психолога це може бути пов'язано із «застряганням» у професійному та особистісному розвитку;

- дезінтеграція професійного розвитку, розпад професійної свідомості і, як наслідок, - нереалістичні цілі, помилкові смисли праці і виникаючі на цій основі професійні конфлікти;

- низька професійна мобільність, невміння пристосуватися до нових умов праці, результатом чого є повна або часткова дезадаптація;

- неузгодженість окремих ланок професійної праці, коли одна сфера як би забігає вперед, а інша відстає. В результаті не формується цілісна професійна свідомість, де органічно взаємодоповнювали б один одного різні методи і форми роботи, де поєднувалося б все те позитивне, що накопичено в різних напрямках психології і в різних наукових школах;

- ослаблення раніше сформованих професійних якостей, зниження професійного мислення. Відомо, що надмірна експлуатація якоїсь якості веде не тільки до його тренування і розвитку, але з якогось моменту - і до згасання;

- поява деформацій особистості у зв'язку з перевантаженнями;

- припинення професійного розвитку через професійні захворювання або втрату працездатності. На жаль, у психологів можливі й випадки розвитку психічних захворювань, причиною яких є звичайне нервово виснаження через надмірну старанність і самовіддачу «заради інтересів і блага клієнтів», але на шкоду своїм власним інтересам. Іноді причиною психічних захворювань психологів (і навіть деяких «вразливих» студентів) може бути занадто сильний шок від «кризи розчарування» у професії;

- кажучи про варіанти професійної деформації, слід згадати і ще одну її причину. Багато психологів часто обмежуються формуванням лише окремих властивостей, якостей і характеристик власної особистості, з яких нібито і складається особистість, хоча суть особистості - в її цілісності, в орієнтації на пошук головного сенсу свого життя.

Психолог - фахівець, котрий перебуває в постійному внутрішньому русі. Відчуття цілісності у нього утворюється на основі виділення (або творчого пошуку) якогось внутрішнього стержня, який і може стати основою для створення сенсу буття особистості та її професійної діяльності. Тобто, професійна деформація - це деструкції, які виникають у процесі виконання професійної діяльності і негативно впливають на її продуктивність. До основних психологічних детермінант професійних деформацій також відносяться психофізіологічні зміни, стереотипи професійної діяльності, стагнація професійного розвитку, акцентуації характеру та психологічний захист.

Часто сприймають поняття «професійної деформації» та «емоційного вигорання» або «професійного вигорання» як тотожні, однак поняття «професійна деформація» є більш широким, позаяк включає в себе ще й проблеми професійного розвитку. Причинами виникнення професійної деформації є суб'єктивні

причини (психологічні особливості людини, особливості її соціалізації) і об'єктивні (специфіка діяльності, пов'язана як з проблемами суб'єктів спілкування і взаємодії професіонала, так і з умовами здійснення самої професійної діяльності [1]).

Специфіка професійної діяльності шкільного психолога є об'єктивним чинником виникнення професійної деформації. Специфіка полягає в тому, що:

- по-перше, для ефективного виконання професійної діяльності шкільного психолога необхідно володіти особливими якостями, що дозволяють професіоналу реалізовувати всі основні напрямки діяльності;
- по-друге, при здійсненні консультивання та психокорекції шкільний психолог не тільки створює умови для зміни, але і змінюється сам, оскільки основним інструментом професійної діяльності є особистість психолога;
- по-третє, шкільному психологу як практичному психологу системи освіти необхідно бути постійно готовим до зустрічі з новим проявом певної психологічної проблеми, яка раніше йому не зустрічалася, тобто поєднувати дослідника-експериментатора і практика [1].

Для того щоб стати професіоналом у своїй галузі, психолог змушений витратити роки і навіть десятиліття на засвоєння, підтримку і розвиток спеціалізованих якостей, на вихід із криз професійного становлення. У цей період у психологів формуються професійно значущі якості, зростає рівень професійного самоздійснення, однак за несприятливих умов під впливом проблемних моментів особистісні якості можуть деформуватися. У відповідній науковій літературі визначено, що професійно важливі ознаки і функції, які виявляються найгнучкішими і схильними до функціонального розпаду під впливом тривалої та напруженої професійної роботи, мають піддаватися цілеспрямованій профілактиці.

Стосовно професій типу «людина-людина», до яких належить професія практичного психолога галузі середньої освіти, особливо важливою є система профілактики небажаних професійних деформацій. До системи запобігання професійної деформації шкільних психологів, на наш погляд, обов'язково мають входити такі складові:

- індивідуальна та групова супервізія;
- інтервізія;
- індивідуальна психотерапія (за потребою);
- постійна робота над особистісним і професійним розвитком;
- володіння методами індивідуальної та групової релаксації тощо.

На сьогодні система професійної діяльності шкільних психологів передбачає їх систематичні зустрічі в межах районів на методичних зібраннях та тематичних семінарах, майстер-класах та ін. У межах цих заходів психологи мають змогу отримати індивідуальні й групові супервізії, також проводяться інтервізійні зустрічі у такому ж форматі. Індивідуальну терапію за потребою шкільні психологи можуть отримувати завдяки власним ресурсам, що наразі є матеріально досить затратним і малодоступним у цьому сенсі способом підвищення особистісного потенціалу психологів. Професійний розвиток психологів перед-

бачає також участь у різноманітних навчальних проектах, що також потребує значних матеріальних затрат. Особистісний же розвиток психологів освіти, на відміну від платних засобів підвищення професійної кваліфікації, вимагає від фахівців лише стійкої мотивації на професійне самоздійснення та постійну роботу над собою.

Потужним засобом особистісного розвитку та попередження професійної деформації психологів є їх уміння і здатність до релаксації як методу зняття професійного напруження, зняття стресу, тривожності, нервової напруги та для врівноваження їх емоційного, психологічного та психофізіологічного станів.

Релаксація (від лат. *relaxation* - розслаблення) - зниження тону м'язів скелетної мускулатури. Релаксація може бути досягнута в результаті застосування спеціальних психофізіологічних технік, фізіотерапії й лікарських препаратів. Релаксація сприяє зняттю психічної напруги, через що вона широко застосовується і в психотерапії, під час гіпнозу і самогіпнозу, в йозі і в багатьох інших оздоровчих системах. Релаксація, поряд з медитацією, набула великої популярності як засіб боротьби зі стресом і психосоматичними захворюваннями..

Користь від систематичних сеансів релаксації визнана в сучасній психотерапії. В основі теорії про позитивний вплив релаксації на психіку лежить твердження про взаємозв'язок розуму і тіла. Відомо, що у людини в стані стресу тonus м'язів підвищується. Вважається, що існує і зворотний зв'язок: при зниженні тону м'язів знижується і психічна напруга. Тобто зменшення психічної напруги можна домогтися глибоким розслабленням м'язів.

Найважливішим поняттям при заняттях релаксацією з психотерапевтичними цілями є генералізація, тобто поширення і закріплення ефекту релаксації. Несистематичні і поверхневі заняття релаксацією дають тимчасовий, неповний ефект. Тільки регулярні заняття з дотриманням методики призводять до стійкої генералізації ефекту та довгострокового позитивного впливу релаксації.

Широко використовуються у тому числі в психотерапевтичних підходах психофізіологічні техніки релаксації – методи розслаблення м'язів за допомогою розуму і вправ. Для застосування даних технік важливі зручні умови: відсутність яскравого світла, комфортна температура, зручний одяг, відсутність шумів й інших подразників. Небажано займатися релаксацією на повний шлунок, позаяк процес травлення заважає розслабленню [11]. Приклади релаксаційних психотерапевтичних технік є у відповідних науково-популярних виданнях та в інтернет-ресурсах.

Висновки. У процесі аналізу результатів дослідження професійного самоздійснення практичних психологів галузі середньої освіти було встановлено, що високий рівень особистісної та ситуативної тривожності знижує рівень професійного самоздійснення, що є вкрай небажаним для професійної діяльності шкільних психологів і може призводити до негативних наслідків, одним із яких є професійна деформація.

Теоретичний аналіз літератури з проблеми професійної деформації дозволив окреслити шляхи вирішення цієї проблеми. Профілактика професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти, зокрема, має вклю-

чати постійну роботу над особистісним і професійним розвитком та мотивацією та опанування методами індивідуальної та групової релаксації. Таким чином, до системи запобігання професійної деформації шкільних психологів, на наш погляд, обов'язково мають входити такі складові: індивідуальна та групова супервізія; інтервізія; індивідуальна психотерапія (за потребою); постійна робота над особистісним і професійним розвитком; володіння методами індивідуальної та групової релаксації.

Потужним засобом особистісного розвитку та попередження професійної деформації психологів, на нашу думку, є їх уміння і здатність до релаксації як методу зняття професійного напруження, зняття стресу, тривожності, нервової напруги та для врівноваження їх емоційного, психологічного та психофізіологічного станів.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці системи психологічних заходів, спрямованих на сприяння професійному самоздійсненню практичних психологів системи середньої освіти.

Список використаних джерел

1. Баженова А.Н. Профессиональная деформация личности психолога // Интеграция образования. 2003. - № 2. - С. 145-150.
2. Баробанова М.В. Изучение психологического содержания синдрома «эмоционального сгорания»: учебное пособие / М.В. Баробанова. – М.: Педагогика, 2005. – 527 с.
3. Братченко С.Л., Леонтьев Д.А. Психолог: личность и ремесло // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / под ред. Е.И.Яцуты. Кемерово: ИПК «Графика», 2002. - С. 91-118.
4. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика, 2-е изд. – СПб, Питер, 2009.-336 с.
5. Войтович М.В. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення практичних психологів галузі середньої освіти [Електронний ресурс] / М.В. Войтович // Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості : монографія / О.М. Кокун, В.В. Клименко, О.М. Корніяка, О.Р. Малхазов [та ін.]; за ред. О.М. Кокуна. – К.: Педагогічна думка, 2015. – С.170-180. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>
6. Григорович Л. А. Введение в профессию «психолог» [Текст]: учебное пособие / Л. А. Григорович. – М.: Гардарики, 2004.- 192 с.
7. Реан А.А. Факторы стрессоустойчивости учителей: учебное пособие / А.А. Реан – СПб.: Мирт, 2006. – 249 с.
8. Кокун О.М. Життєве та професійне самоздійснення як предмет дослідження сучасної психології / О.М. Кокун // Практична психологія та соціальна робота. – 2013. – № 9. – С. 1 – 5.
9. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал. 2001. Т. 22, № 1, с. 90-101.

10. Панасенко Н.М. Професія як шлях самоздійснення особистості / Н.М. Панасенко. // Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України /за ред. С.Д. Максименка. – Київ, 2013. – Том. 11. - Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип.7. – Частина 2. – Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2013. – С. 168 – 175.
11. Эберт Д.. Стресс и релаксация // Д. Эберт. Физиологические аспекты йоги / Пер. с нем. Р. С. Минвалеева. - Leipzig: Veb Georg Thieme, 1999. - 166 с.

Spisok vikoristаниh dzherel

1. Bazhenova A.N. Professyonal'naya deformatsyya lychnosty psykhologa // Yntehratsyya obrazovannya. 2003. - # 2. - S. 145-150.
2. Varobanova M.V. Yzucheniye psykhologicheskogo sodержaniya syndroma «emotsyonal'nogo s'horaniya»: uchebnoe posobyе / M.V. Varobanova. – М.: Pedagogika, 2005. – 527 s.
3. Bratchenko S.L., Leont'ev D.A. Psykholoh: lychnost' y remeslo //Lychnost' v sovremennom myre: ot strately vyzyvaniya k strately zhyznetvorchestva / pod red. E.Y.Yatsuty. Kemerovo: YPK «Hrafyka», 2002. - S. 91-118.
4. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. Syndrom vyhoraniya: dyagnostyka y profylaktyka, 2-e yzd. – SPb, Pyter, 2009.-336 s.
5. Voytovych M.V. Psykhofiziologichni zakonomirnosti profesiynoho samozdiysnennya praktychnykh psykhologiv haluzi seredn'oyi osvity [Elektronnyy resurs] / M.V. Voytovych // Psykhofiziologichni zakonomirnosti profesiynoho samozdiysnennya osobystosti : monohrafiya / O.M. Kokun, V.V. Klymenko, O.M. Korniyaka, O.R. Malkhazov [ta in.]; za red. O.M. Kokuna. – K.: Pedagogichna dumka, 2015. – S.170-180. – Rezhym dostupu: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>
6. Hryhorovych, L. A. Vvedeniye v professyyu «psykholoh» [Tekst]: uchebnoe posobyе / L. A. Hryhorovych. – М.: Hardaryky, 2004.- 192 s.
7. Rean A.A. Faktory stressoustoychivosty uchyteley: uchebnoe posobyе / A.A. Rean – SPb.: Myrt, 2006. – 249 s.
8. Kokun O.M. Zhyttyeve ta profesiyne samozdiysnennya yak predmet doslidzhennya suchasnoyi psykholohiyi / O.M. Kokun // Praktychna psykholohiya ta sotsial'na robota. – 2013. – # 9. – S. 1 – 5.
9. Orel V.E. Fenomen «vyhoraniya» v zarubezhnoy psykholohyy: empyrycheskye yssledovaniya y perspektyvy // Psykholohichesky zhurnal. 2001. T. 22, # 1, s. 90-101.
10. Panasenko. N.M. Profesiya yak shlyakh samozdiysnennya osobystosti / N.M. Panasenko. // Aktual'ni problemy psykholohiyi: Zb. nauk. prats' Instytutu psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny /za red. S.D. Maksymenka. – Kyiv, 2013. – Том. 11. - Psykholohiya osobystosti. Psykholohichna dopomoha osobystosti. – Vyp.7. – Chastyna 2. – Nizhyn: PP Lysenko M.M., 2013. – S. 168 – 175.
11. Ebert, D. Stress y relaksacyja // Ebert, D. Fyzyologicheskye aspekty jogy / Per. s nem. R. S. Mynvaleeva. — Leipzig: Veb Georg Thieme, 1999. — 166 s.

Panasenko N.M., Voytovich M.V. Prevention of professional deformation of psychology of secondary education system. In the article, the analysis of studies aimed at determining the professional deformation of psychology of secondary education and methods of prevention.

It was established that high levels of personal and situational anxiety, lowers self-realization of professional psychology field of secondary education, which is highly undesirable for their professional activities and can lead to negative consequences, one of which is a professional deformation.

Outlined ways to address this problem through prevention professional deformation of psychology of secondary educational, which includes continuing work on the personal and professional development and motivation, mastering techniques of individual and group relaxation and more.

Keywords: self-fulfilment, professional self-fulfilment, psychology of secondary education system, motivation, relaxation.

УДК 159.98: 316.77

Петренко І.В.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСУ ДІАЛОГІЧНОЇ ПАРТИЦИПАЦІЇ У ПРОСТОРІ ОСВІТИ

Петренко І.В. Дослідження процесу діалогічної партиципації у просторі освіти.

Стаття присвячена вивченню психологічних механізмів функціонування соціального діалогу в освітньому середовищі. Соціальний діалог розглянуто як процес внутрішньої готовності до партиципації, що здійснюється особистістю – носієм значущих смислів (інтенцій), у формі міжсуб'єктної комунікативної взаємодії з метою трансформації соціального середовища. В ході проведення емпіричного дослідження простежено тенденції діалогічної партиципації в системах «учень – шкільна освіта», «учитель – шкільна освіта». Виявлено інтенціональні критерії, що визначають зміст діалогічної взаємодії суб'єктів спілкування у просторі освіти: соціально-психологічні, організаційні, комунікативні, професійної компетентності, особистісні.

Ключові слова: соціальний діалог, соціальне партнерство, комунікативна взаємодія, діалогічна партиципація.

Петренко І.В. Исследование процесса диалогической партиципации в образовательном пространстве. Стаття посвящена изучению психологических механизмов функционирования социального диалога в образовательном пространстве. Социальный диалог рассматривается как процесс внутренней готовности к партиципации, осуществляемой личностью – носителем значимых смыслов (интенций), в форме межсубъектного коммуникативного взаимодействия с целью трансформации социальной среды. В ходе проведения эмпирического исследования изучались тенденции диалогической партиципации в системах «ученик – школьное образование», «учитель – школьное образование». Выявлены интенциональные критерии, определяющие содержание диалогического взаимодействия субъектов общения в пространстве образования: социально-психологические, организационные, коммуникативные, профессиональной компетентности, личностные.

Ключевые слова: социальный диалог, социальное партнерство, коммуникативное взаимодействие, диалогическая партиципация.

Постановка проблеми. Вирішення завдань із трансформації такої надзвичайно складної й консервативної за своєю сутністю системи як шкільна освіта, потребує прикладання чималих зусиль для співпраці й порозуміння багатьох зацікавлених сторін – від учнів, учителів, батьків, адміністрації шкіл до місцевих і центральних органів державного управління. У зв'язку з цим, вивчення проблеми соціального діалогу в освітньому вимірі є особливо актуальним, оскі-