

людей, а также различные препятствия, которые мешают заниматься творческой работой и самоутверждаться в любимом деле).

Дома, на улице, в школе возрастает психическое насилие детей. Психическое насилие - это такое воздействие, которое причиняет ребёнку душевные страдания, в частности, может понижать его нравственный (духовный), социальный статус. Психическое насилие может привести к формированию патологических черт характера, может затормозить развитие личности. Формами психического насилия являются:

- угрозы в адрес школьников;
- преднамеренная изоляция ребёнка;
- предъявление чрезмерных требований, не соответствующих возрасту;
- оскорбление и унижение достоинства;
- систематическая необоснованная критика ребенка, выводящая его из душевного равновесия;
- постоянная негативная характеристика;
- демонстративное негативное отношение.

Психически и соматически здоровое молодое поколение - основа будущего общества. По этому рационально организованный учебно-воспитательный процесс не ведущий к перегрузке, формирование навыков стрессоустойчивости, работа по повышению правовой грамотности молодёжи, развитие у работников учреждений образования правовой и педагогической культуры позволят воспитать психически здоровую личность, способную к творчеству и самоопределению.

В.А.Лыкова

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА УЧИТЕЛЯ КАК УСЛОВИЕ ГУМАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Социальная потребность в здоровой,
конкурентноспособной, самореализующейся личности

определяет требования к системе образования и к современному педагогу. От профессиональной компетентности и личностной состоятельности учителя, от его профессионального здоровья во многом зависят здоровье и благополучие подрастающего поколения.

По определению Л.М.Митиной, показателями профессионального здоровья как способности учителя выступать активным и автономным субъектом собственной жизнедеятельности в изменяющемся мире, являются: педагогическая направленность, педагогическая компетентность, эмоциональная (поведенческая) гибкость [3,167].

Эмоциогенность заложена в природе учительского труда. Педагогическая деятельность насыщена различными стрессогенными факторами. Сегодня очевиден факт все большего распространения в учительской среде «профессиональных кризов», социальной дезадаптации, «эмоционального выгорания педагогов».

Под «выгоранием» понимают «сложный психологический феномен эмоционального, умственного и физического истощения, личностной отстраненности и снижения самооценки личностных достижений» [5,22].

Как подчеркивается исследователями, выгорание порождает стрессорами на двух уровнях: организационном – внешнем (хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность; дестабилизирующая организация деятельности; повышенная ответственность за исполняемые функции; неблагоприятная психологическая атмосфера профессиональной деятельности и т.п.) и личностном – внутреннем (склонность к эмоциональной ригидности; культ рациональности и интеллекта; симбиотическое слияние с учениками, «растворение» в профессии; интенсивная интериоризация обстоятельств профессиональной деятельности; слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности; нравственные дефекты и дезориентация личности и др.).

«Выгорание» чаще всего приводит к психосоматическим и нервно-психическим расстройствам.

Доминирующие заболевания педагогов, – отмечает Л.Г.Татарникова, – связаны с неграмотной организацией их жизни, и в первую очередь, учебного процесса. Это заболевания органов дыхания, кровообращения, костно-мышечной системы (71,8%), желудочно-кишечной системы (6,3%). На пятом месте стоят заболевания нервной системы [4,9].

Мы провели диагностический опрос с целью выяснения психоэмоционального и физического состояния педагогов. На основе опросника А.В.Захарова [1] и литературы, характеризующей «синдром выгорания» [2,5] мы составили анкету для учителей на предмет наличия эмоционального стресса или невротических симптомов. В опросе принимало участие 250 респондентов. Их попросили проанализировать и оценить свое эмоциональное состояние и особенности поведенческих реакций за последние два года.

В приведенной ниже таблице мы частично отразили полученные результаты (в % отношении):

№	Характеристика симптома	Часто (%)	Всегда (%)
	Я испытываю утомление, истощение	70	
	Я сомневаюсь в правильности своих решений	65	
	Я легко расстраиваюсь, раздражаюсь по пустякам	61	13
	Я вижу опасность там, где ее нет	57	
	Я испытываю неуверенность, веду себя нерешительно	52	7
	Мне трудно контролировать свои чувства и эмоции	49	3
	Я чувствую физическое недомогание	49	
	Я испытываю чувство вины	49	

	Я злюсь без особого повода	44	
	Я слишком чувствительна, обидчива и ранима	39	17
	Я беспокоюсь, волнуюсь без особых причин	26	26
	У меня низкая (негативная) самооценка	35	24
	Я негативно отношусь к своей работе	17	5
	Я негативно настроен по отношению к ученикам	33	2

Как видно из таблицы, большинство педагогов находится в состоянии той или иной степени психоэмоционального неблагополучия, испытывая утомление, раздражение, неуверенность, беспокойство, физическое недомогание, чувство вины, злости, обиды и т.п. Низкая самооценка и повышенная тревожность отражаются на их негативном отношении к своим ученикам и, в целом, к своей работе.

«Низкий уровень профессионального самосознания учителей (самоотношения, самоуважения, самопринятия, аутосимпатии, низкая самооценка и др.) – национальное бедствие, показатель того, что одна из самых многочисленных профессиональных популяций охвачена моральной апатией, нравственной депрессией», – пишет Л.М. Митина [3,168].

Гуманизация образовательной среды станет возможной при условии психологической поддержки учителей в их профессионально-личностном росте, помощи в сохранении и восстановлении профессионального, в том числе, психоэмоционального здоровья (а не только через обучение и переобучение современным подходам и инновационным педагогическим технологиям). Необходимо активное внимание к психопрофилактическому компоненту педагогической деятельности.

По данным международных исследований, только 10–15% учителей действительно работают по личностно-

ориентированной модели, демонстрируя гуманистические установки. Большинство педагогов обвиняют обстоятельства в невозможности реализовать гуманистические идеи в своей практической деятельности. Однако, кроме внешних обстоятельств, которые не всегда можно тут же изменить, существует ряд субъективных причин, препятствующих установлению личностных отношений сотрудничества между учителем и учениками. Беседы, педагогическое наблюдение, анкетирование и тестирование учителей демонстрируют преобладающую консервативность мышления, стереотипность поведенческих паттернов, разнообразные личностные деформации, низкий уровень рефлексии. Многие из педагогов находятся в состоянии тревожного наблюдения-ожидания – они чувствуют свою неспособность самостоятельно и быстро перестроить свои профессиональные установки, изменить стиль общения, формы и методы преподавания, и вследствие этого, ведут себя еще более неадекватно. За помощью и поддержкой в этом направлении им обычно обратиться не к кому.

Таким образом, одной из главных задач системы подготовки и переподготовки учителей является задача общего психологического оздоровления педагогов.

Мы считаем, что эта работа может строиться в двух направлениях – подготовка и психологическое сопровождение в ВУЗе и институте последиplomного образования (через дисциплины психолого-педагогического цикла), а также, психологическая поддержка учителя в школе в виде психологического просвещения, индивидуальных консультаций, тренингов, семинаров-практикумов и др. Важны активные формы работы, стимулирующие рефлексия, способствующие самопринятию, развивающие наблюдательность и эмпатию, позволяющие отработать навыки ненасильственной саморегуляции, проанализировать собственные убеждения, переосмыслить распространенные неадекватные педагогические стереотипы (например, «Педагог всегда прав», «Педагог не имеет права на ошибку», «Педагог должен быть во всем образцом», «Учитель не

имеет права проявлять свои чувства», «Учитель – это артист» и др.). В этой связи возникает еще одна задача – при подготовке психологов системы образования обращать активное внимание на этот важнейший участок работы – педагогическое взаимодействие и психологическая поддержка учителя.

Литература

1. Захаров А.И. Детские неврозы (психологическая помощь родителям детей). СПб., 1995, с. 183-184.
2. Кочерга О., Васильев О. «Синдром згоряння» /Психолог на педраді. К., 2003.
3. Митина Л.М. Профессиональное здоровье учителя: стратегия, концепция, технология / Народное образование, 1998. № 9-10
4. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. СПб., 1995.
5. Ложкин Г., Ковальчук В. Проблема бессознательного и психологическое выгорание спортивного педагога /Психология, 2001. № 5 (25)

Л.В.Абдульманова

МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕТВОРЯЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ КАК СРЕДЫ РАЗВИТИЯ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ

В Концепции модернизации Российского образования на период до 2010 года отмечается приоритетность воспитания, интегрированного в общий процесс обучения, развития и образования. В нашем исследовании физическое образование рассматривается как целостный процесс, где физическое воспитание выступает приоритетным над физическим развитием и обучением. Физическое воспитание с позиций аксиологического и культурологического подходов представляет собой культурный процесс освоения ребенком ценностей