

підходу поєднуються, зокрема, поняття «компетентність» і «готовність», які визначаються не як тотожні, а як зв'язок між внутрішнім потенціалом та реальним його втіленням (внутрішньою сутністю й зовнішнім виявом). Отже, професійна компетентність може розумітися як один із структурних компонентів професійної готовності до конкретного виду діяльності.

УДК 159.921

Матієнко-Купріянов В. І.

ОСОБЛИВОСТІ КРИЗ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ВИКЛАДАЧІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стаття присвячена емпіричному дослідженню основних характеристик криз професійного розвитку викладачів з фізичного виховання. Встановлено, що найбільш вираженими в професійній свідомості викладачів є кризи професійного зростання, професійної ідентичності і професійної кар'єри; менш вираженими є кризи професійних експектацій, компетентності і професійного вигорання; найменш вираженою є криза вибору професії.

Ключові слова: кризи професійного розвитку, викладач, фактори, стратегії.

Постановка проблеми. На різних етапах професіоналізації викладач з фізичного виховання, як суб'єкт діяльності, неодноразово опиняється в кризових ситуаціях, основу яких складають значущі життєві події, що вимагають вибору нової траєкторії професійного шляху.

Мета роботи полягала у емпіричному дослідженні основних характеристик криз професійного розвитку викладачів з фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Дослідження криз професійного розвитку викладачів проводилося за допомогою генетичного [8] та наративного [10] методів. Встановлено, що найбільш вираженими в професійній свідомості викладачів є кризи професійного зростання (41,4%), професійної ідентичності (22,3%) і професійної кар'єри (9,6%); менш вираженими є кризи професійних експектацій (5,6%), компетентності (4,9%) і професійного вигорання (2,7%); найменш вираженою є криза вибору професії (1,9%).

Розглянемо психологічні особливості кризових явищ, відповідно до логіки генезису професіоналізації викладача з фізичного виховання. Якісно-кількісний аналіз розподілу індикаторів у текстах автонаративів викладачів дозволив встановити, що найменшу ступінь виразності має криза вибору професії. У переважної більшості досліджуваних не виявлено під час професійної підготовки невдоволеності окремими навчальними дисциплінами, рівнем викладання та організацією навчально-пізнавальної

Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя

діяльності. Під час аналізу текстів-автонарративів зафіксовано лише поодинокі висловлювання стосовно сумнівності у вірності професійного вибору, і пов'язують це досліджувані, насамперед із соціально-економічною ситуацією, тобто із неможливістю досягти власного фінансового комфорту.

Подальший аналіз показав, що рівень виразності кризи професійної ідентичності складає 22,3% від загальної кількості індикаторів у текстах автонарративів викладачів. Варто відмітити, що серед інших професійних криз ця криза займає другу рангову позицію, а отже вона залишає глибокий слід у свідомості викладачів. Психологічною інтерпретацією отриманих результатів є, на нашу думку, те, що переважна більшість викладачів під час професійної підготовки ідентифікувала себе із спортсменом. Тобто у більшості фахівців цінність ототожнення себе із студентом була нижча, ніж із спортсменом. Інакше кажучи, спорт залишався для них домінуючою цінністю, провідним видом діяльності.

Ідентифікація себе із майбутнім спеціалістом у галузі фізичного виховання і спорту для більшості фахівців досягає найвищої тотожності на останньому курсі. Спорт відходить на другий план, спортивна кар'єра в основному є завершеною і професійне самовизначення у зв'язку із закінченням навчального закладу стає актуальним. Відповідно, ті зміни, що відбуваються у соціально-професійній спрямованості студентів, виступають ядром цієї кризи. Дисонанс, невідповідність ціннісних орієнтацій особистості й оточуючого її середовища породжує внутрішній конфлікт, необхідність переоцінки цінностей та визначення нових життєвих і професійних планів.

Рівень виразності кризи професійних експектацій складає 5,6% від загальної кількості індикаторів у текстах автонарративів. Виникнення кризових явищ у викладачів на стадії професійної адаптації обумовлено передусім зміною ведучої діяльності, а також кардинальними змінами соціально-професійної ситуації розвитку (новий колектив, інша ієрархічна система міжособистісних відносин, нові соціальні і професійні цінності, друга соціальна роль). Важливий фактор, що детермінує виникнення цієї кризи, є усвідомлення своєї недостатньої професійної компетентності.

Реальне виконання професійних функцій викладачем викликає у нього серйозні труднощі, котрі полягають у недостатньому рівні знань з методики обраного виду спорту, плануванні навчально-виховного та тренувального процесів, невмінні будувати взаємовідносини із

студентами та ін. Переживання кризи проявляється в невдоволеності організацією праці, її змістом, заробітною платнею.

Подолання кризи професійних експектацій переважно має ініціативний характер, що свідчить про зростання активності викладача у процесі професіоналізації та становленні його як суб'єкта професійного розвитку. Активізація професійних зусиль з метою прискорення адаптації почасти супроводжується зверненням за допомогою до досвідчених колег. Зміна місця роботи більшою мірою обумовлена соціально-економічними умовами: низькою заробітною платнею, не високим соціальним статусом, непрестижністю професії.

Подальший аналіз отриманих даних показав, що рівень виразності частоти індикаторів, що описують кризу професійного зростання, складає 41,4% від загальної кількості індикаторів криз професіоналізації. Криза професійного зростання виникає на завершальному етапі первинної професіоналізації, після 3-5 років роботи. До цього часу спортивний педагог освоїв і продуктивно виконує професійну діяльність, визначив свій статус в ієрархії взаємин членів педагогічного колективу. Однак динаміка минулого досвіду, інерція професійного розвитку, потреба в самоствердженні викликають у викладача протест, незадоволеність професійним життям. Під впливом перерахованих вище факторів викладач усвідомлено або неусвідомлено починає відчувати потребу подальшого професійного зростання у кар'єрі. Найбільш залученою у процес переживання даної кризи є професійна компетентність.

Подальший професійний розвиток спортивного педагога приводить до того, що він, як спеціаліст, «переростає» свою професію. Виникає суб'єктивне почуття зупинки в особистісному і професійному розвитку, потреба в саморозвитку і самореалізації, підсилюється незадоволеність собою, своїм професійним положенням. Протиріччя між бажаною кар'єрою і її реальними перспективами стимулює виникнення кризи професійної кар'єри. Серед основних способів подолання кризи професійної кар'єри були названі курси підвищення кваліфікації, науково-методичні семінари, ревізія «Я-концепції».

Кризи професійного вигорання з'являються на будь-якому етапі професіоналізації викладачів. Факторами, що ініціюють розвиток цієї кризи, виступають: рольова невизначеність в багатьох ситуаціях, робота в режимі внутрішнього та зовнішнього контролю, інтенсивна інтеріоризація обставин та результатів професійної діяльності та ін. Втім варто відмітити, що переважній більшості викладачів властива ініціативна стратегія

виходу із цієї кризи. Аналіз текстів автонаративів дозволив визначити, що серед найбільш поширених способів подолання цієї кризи були названі: корекція довгострокових цілей, звертання за допомогою до колег і керівника, підвищення контролю за емоціями, підтримка гарної спортивної форми.

Вивчення рівнів виразності різних видів криз залежно від вікових особливостей, статі та стажу роботи дозволило виявити, що найбільш помітний вплив на усвідомлення криз мають, насамперед, вікові особливості викладачів та стаж їх викладацької діяльності.

Висновки. Узагальнення результатів дослідження дозволило констатувати наступне: у дослідженнях вітчизняних психологів професійна криза розглядається як психічний стан суб'єкта, що характеризується внутрішніми переживаннями неможливості реалізації професійних планів, що виникають при блокуванні цілеспрямованої діяльності об'єктивними і суб'єктивними факторами; основними ознаками професійних криз є втрата почуття нового, відставання від життя, зниження рівня професіоналізму, внутрішня розгубленість, усвідомлення необхідності переоцінки себе, зниження самооцінки, втома, емоційне виснаження; якісно-кількісний аналіз розподілу індикаторів у текстах автонаративів дозволив встановити, що найбільш вираженими в професійній свідомості викладачів є кризи професійного зростання, професійної ідентичності і професійної кар'єри; менш вираженими є кризи професійних експектацій, компетентності і професійного вигорання; найменш вираженою є криза вибору професії.

Перспективи дослідження полягають у розробці психологічних тренінгів подолання криз професіоналізації в системі психологічного супроводу викладача.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Глуханюк Н. С. Психология профессионализации педагога / Н. Глуханюк. – Екатеринбург: Урал. гос. проф.-пед. ун-та, 2000. – 219 с.
3. Донченко Е. А. Личность: Конфликт и гармония / Е. А. Донченко, Т. М. Титаренко. – К.: Политиздат Украины, 1989. – 175 с.
4. Зеер Э. Ф. психология профессий / Э. Ф. Зеер. – М. : Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с.
5. Кон И. С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования / И. Кон [Психология личности в трудах отечественных психологов]. – СПб. : Питер, 2000. – С. 269–279.
6. Костюк Г. С. Учебно-воспитательный процесс и психическое развитие личности / Г. С. Костюк. – К. : Радянська школа, 1989. – 608 с.

7. Кроник А. А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахмеров. – М. : Смысл, 2003. – 284 с.
8. Максименко С. Д. Основи генетичної психології / С. Д. Максименко. – К. : НПЦ Перспектива, 1998. – 220 с.
9. Норакидзе В. Г. Методы исследования характера личности / В. Г. Норакидзе. – Тбилиси, 1989. – 232 с.
10. Проблеми психологічної герменевтики. Монографія / За ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2004. – 276 с.

УДК 371.13: 159.9

Моїсеєнко І. Б.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ

У статті розглянуто специфіку професійного вигорання вчителів. Подано результати теоретичного дослідження синдрому професійного вигорання.

Ключові слова: стрес, професійне вигорання, страх, тривога.

Постановка проблеми. Професійне вигорання – це синдром, що розвивається на тлі хронічного стресу і веде до виснаження емоційно-енергетичних і особистісних ресурсів працюючої людини. Синдром професійного вигорання – найнебезпечніша професійна хвороба тих, хто працює з людьми: вчителів, соціальних працівників, психологів, менеджерів, лікарів, журналістів, бізнесменів і політиків, – всіх, чия діяльність неможлива без спілкування.

Професійне вигорання виникає в результаті внутрішнього накопичення негативних емоцій без відповідної «розрядки», або «звільнення» від них. Воно веде до виснаження емоційно-енергетичних і особистісних ресурсів людини. Особливо це стосується вчителів, адже педагогічна діяльність насичена різними ситуаціями і різноманітними факторами, що несуть в собі потенційну можливість підвищеного емоційного реагування [2]. Неприятливі впливи напружених факторів викликають у педагогів стрес подвійного роду: інформаційний стрес (пов'язаний з інформаційними перевантаженнями, необхідністю швидкого прийняття рішення при високому ступені відповідальності за наслідки) та емоційний стрес (виникнення емоційних зрушень, зміни в характері діяльності, порушення поведінки). Поведінка педагогів нерідко характеризується підвищеною напруженістю. Пропрацювавши 15 років, педагог починає сам відчувати постійно наростаючу невротичність, виснаження. Наприкінці ХХ століття інтерес дослідників повернувся до професійного хронічного стану осіб, що працюють з людьми, який назвали феноменом «емоційного вигорання».