

УДК 378

АКТУАЛИЗАЦИЯ АДАПТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПЕДАГОГА КАК ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕФОРМАЦИЙ

С. Ю. Занина

Воронежский государственный промышленно-гуманитарный колледж

Поступила в редакцию 20 февраля 2015 г.

Аннотация: в статье рассмотрена роль адаптационного потенциала как личностного свойства человека, обуславливающего успешность процесса адаптации. Раскрыто понятие адаптивных способностей педагога и их значение в профилактике профессиональных деформаций. Проанализированы результаты исследования уровня адаптивных способностей, нервно-психической устойчивости, коммуникативных особенностей, моральной нормативности педагогов.

Ключевые слова: личностный адаптационный потенциал, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные особенности, моральная нормативность педагогов.

Abstract: in this article will examine the role of adaptive capacity as the personal quality of a person contributing to the success of the adaptation process. The concept of adaptive abilities of the teacher and their importance in the prevention of professional deformation would be disclosed. The results of the study level adaptive abilities, mental stability, and communicative features of moral normativity teachers would be analyzed.

Key words: personal adaptive capacity, mental stability, communication features, moral normativity teachers.

В условиях модернизации российской системы образования все более высокие требования предъявляются не только к знаниям, умениям и навыкам педагога, но и к уровню его личностного саморазвития, психологического самочувствия.

В связи с этим все более прочные позиции занимает личностная парадигма, призванная актуализировать потенциальные ресурсы человека и создать условия для саморазвития, самосовершенствования. Конструктивное существование педагога в профессии мы связываем как с осмыслением и готовностью к преодолению трудностей, так и с профилактикой возможных профессиональных деформаций.

Профессиональные деформации педагогов анализируют в своих исследованиях Л. И. Анциферова, Д. М. Грановская, Э. Ф. Зеер, Ю. С. Крижанская, Л. М. Митина, Э. Э. Сыманюк и др.

О профессиональном развитии, по мнению Л. М. Митиной, можно говорить лишь в том случае, когда человек осознает свое участие и ответственность за все, что происходит с ним, и пытается активно способствовать или противодействовать внешним обстоятельствам, планировать и ставить цели своей профессиональной деятельности, изменять ради их достижения самого себя [1]. Э. Э. Сыманюк определяет про-

фессиональное самосохранение как осознанные или неосознанные стратегии и тактики поведения специалиста, способствующие конструктивному профессиональному росту и карьере [2]. Ею выделены стратегии профессионального самосохранения личности.

Проводя значительное количество времени в совместном взаимодействии, участники педагогического процесса оказывают значительное влияние друг на друга. При этом ответственность за это взаимодействие, за его результативность и качество возлагается на педагога [3]. Педагогическое взаимодействие может быть затруднено определенными обстоятельствами, объективными и субъективными причинами, которые обусловлены индивидуально-психологическими особенностями личности, спецификой ее адаптации.

Психологическими условиями восстановления здоровья педагогов являются развитие и формирование эмоциональной активности и поведенческой гибкости, обеспеченные механизмами осознанной саморегуляции, актуализацией адаптивных способностей как личностно-профессионального ресурса педагога.

В современной отечественной психологии попытки выделить определенные характеристики личности и диапазон ее ресурсов, которые отвечают за успешную адаптацию, предпринимаются

представителями Санкт-Петербургской психологической школы, где разрабатывается понятие личностного адаптационного потенциала. Автором этого понятия, представленного в рамках концепции адаптации и использующего ее традиционные термины, является А. Г. Маклаков. Он определяет личностный адаптационный потенциал как личностное свойство человека, обуславливающее его устойчивость к стресс-факторам различного рода [4]. Адаптация понимается не только как процесс, но и как свойство живой саморегулирующейся системы, заключающееся в способности адаптироваться к меняющимся внешним условиям.

Именно особенности личности предопределяют возможность адекватной регуляции физиологического состояния человека и обуславливают его адаптационные способности. Чем более значительны они, тем сильнее вероятность сохранения нормальной работоспособности и эффективной деятельности при отрицательных воздействиях внешних условий.

Оценка адаптационных способностей человека может быть осуществлена через оценку сформированности психологических характеристик и свойств, которые имеют принципиальное значение для регуляции психического равновесия и самой адаптации. Чем более высоко развиты данные характеристики, тем более высока вероятность успешной адаптации личности и тем шире диапазон стресс-факторов внешней среды, к которым он может адаптироваться.

Перечисленные характеристики являются значимыми при оценке ситуации и прогнозе успешной адаптации, а также оценке временных параметров восстановления психологического равновесия личности.

Сюда также включаются базовые личностные установки, ответственность, самосознание, интеллект и смысл как главный вектор, организующий активность человека и придающий этой активности сознательность [5].

Специальными способностями в этом случае будут выступать навыки преодоления различных типов ситуаций и проблем, взаимодействия с людьми, саморегуляции и т.д., т.е. те, которые отвечают за успешность решения конкретных специфических жизненных проблем.

В исследованиях А. Л. Александровой указывается на сходство специальных способностей и «личностного адаптационного потенциала», трактуемого вслед за А. Г. Маклаковым и включающего различные базовые навыки и умения человека, а также навыки и опыт использования копинг-стратегий [5]. Сюда входят коммуникатив-

ные, организаторские, эмпатические, рефлексивные способности, обеспечивающие эффективную реализацию избранной стратегии преодоления.

Доказано, что активное, целенаправленное копинг-поведение осуществляется посредством выбора адаптивных копинг-стратегий на основе средовых и индивидуально-личностных копинг-ресурсов, обеспечивающих адекватную условиям изменчивость, пластичность жизнедеятельности субъекта на любом ее уровне. Проблема сохранения копинг-ресурсов рассматривается в связи с изучением механизмов управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, действиями, поступками. Наряду с этим, речь идет о возможности произвольного и эффективного управления собственной психоэмоциональной сферой, что является необходимой и неотъемлемой составляющей в профессиональной деятельности педагога.

Адаптивные способности относятся к индивидуально-психологическим особенностям личности, которые на основе интеграции сознания и деятельности реализуются в успешном и качественном своеобразии приспособительного поведения личности. Эти способности определяют изменение поведения и отношений личности к социальной среде. А способность творчески и активно адаптироваться к изменяющимся условиям среды в свою очередь определяется личностными адаптационными способностями.

Таким образом, важным условием решения вопроса профилактики профессиональных деформаций является актуализация адаптивных способностей педагога. В качестве основной задачи исследования мы определяем изучение именно этого параметра. Исследование адаптационных способностей человека может быть осуществлено через оценку сформированности психологических характеристик и свойств, которые имеют принципиальное значение для регуляции психического равновесия и самой адаптации. Это нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность.

Нами проведено изучение адаптивных способностей педагогов на основе оценки некоторых психофизиологических и социально-психологических характеристик личности, отражающих интегральные особенности психического и социального развития.

Исследование проводилось на базе одного из образовательных учреждений г. Воронежа. Объектом изучения явились адаптационные способности педагогов.

В исследовании, проведенном в 2012/13 учебном году, приняли участие 62 педагога образовательного учреждения.

В качестве диагностического инструментария использовался многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина [6].

Целью исследования стало определение уровня адаптивных способностей, нервно-психической устойчивости, коммуникативных особенностей, моральной нормативности педагогов.

Теоретической основой опросника является представление об адаптации как о постоянном процессе активного приспособления индивида к условиям социальной среды, затрагивающего все уровни функционирования человека.

Процесс адаптации чрезвычайно динамичен. Его успех во многом зависит от целого ряда объективных и субъективных условий: функционального состояния, социального опыта, жизненной установки. Можно выделить ряд личностных характеристик, которые отличаются относительной стабильностью и во многом определяют успех процесса адаптации в самых различных условиях деятельности: уровень психической устойчивости и поведенческой саморегуляции, коммуникативные качества, степень ориентации на общепринятые морально-нравственные нормы поведения.

Таким образом, нами рассматривались следующие параметры: адаптивные способности, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные особенности, моральная нормативность.

Адаптивные способности интегрируют многие качества, в частности самооценку, устойчивость, одобрение со стороны окружающих. Это – способность личности творчески и активно приспособиться к среде. Характеристику личностной способности к адаптации можно определить, оценив нервно-психическую устойчивость (поведенческую регуляцию), коммуникативные способности и уровень моральной нормативности. В нашем исследовании было выделено несколько дифференцированных групп педагогов по способности и возможности к адаптации в новых социальных условиях:

1) группа высокой и нормальной адаптации – 54,55 % от общего количества респондентов. Педагоги этой группы достаточно легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро входят в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения. Как правило, они не конфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью;

2) группа удовлетворительной адаптации – 45,45 % от общего количества опрошенных. Педагоги этой группы обладают признаками различных акцентуаций (особенности поведения), которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявление агрессии и конфликтности. Лица этой группы требуют индивидуального подхода, постоянного наблюдения, коррекционных мероприятий;

3) группа низкой адаптации не выявлена. Это означает, что в нашей выборке не выявлено лиц с явными акцентуациями характера и некоторыми признаками психопатий, чье психическое состояние можно охарактеризовать как пограничное.

Нервно-психическая устойчивость рассматривается как «стрессоустойчивость» в сочетании со способностью регулировать свое поведение. Также были выделены три группы педагогов: высокий уровень нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции, высокая адекватная самооценка и реальное восприятие действительности (14,29 % от общего количества педагогов), средний уровень (57,14 % педагогов), низкий уровень поведенческой регуляции, определенная склонность к нервно-психическим срывам, отсутствие адекватности самооценки и реального восприятия действительности (28,57 % педагогов).

Коммуникативные особенности – умение построить отношения с другими людьми. Это понятие также интегрирует несколько черт, таких, например, как степень конфликтности, наличие затруднений в общении с людьми, имеющийся опыт и потребности в общении. По уровню сформированности коммуникативных особенностей были выявлены три группы:

1) высокий уровень развития коммуникативных способностей: легко устанавливают контакты с сослуживцами, окружающими, неконфликтны – 28,57 % от общего количества педагогов;

2) средний уровень – 61,91 % педагогов: в ряде случаев испытывают затруднения в контактировании с другими людьми, периодически проявляют агрессивность и конфликтность;

3) низкий уровень развития коммуникативных способностей: затруднения в построении контактов с окружающими, частое проявление агрессивности, повышенной конфликтности – 9,52 % от общего количества педагогов.

Моральная нормативность обеспечивает способность адекватно воспринимать индивидом предлагаемую для него определенную социаль-

ную роль. То есть сочетать без ущерба для себя свои морально-нравственные нормы, нормы социума и отношение к требованиям непосредственного социального окружения.

В процессе эмпирического исследования были получены следующие результаты:

1) высокий уровень моральной нормативности, реальное оценивание своей роли в коллективе, ориентирование на соблюдение общепринятых норм поведения – 28,57 % от общего количества педагогов;

2) средний уровень моральной нормативности – 71,43 % от общего количества педагогов;

3) низкий уровень моральной нормативности, невозможность адекватно оценить свое место и роль в коллективе, отсутствие стремления соблюдать общепринятые нормы поведения – 0;

Анализируя полученные данные, мы определили ресурсы педагогов, т.е. те адаптивные способности, которые развиты и помогают им в реализации профессиональной деятельности (высокий уровень), и зоны ограничения, которые являются причинами профессиональных деформаций и проблем в педагогической деятельности (низкий уровень).

Иерархия ресурсных зон представлена следующим образом: первое и второе места принадлежат моральной нормативности и коммуникативным способностям – по 28,57 % соответственно, на третьем месте нервно-психическая устойчивость – 14,29 %.

Следует отметить, что нервно-психическая устойчивость является ресурсной зоной всего лишь у 14,29 % педагогов.

Это нашло отражение в статистической характеристике ограничительных зон: на первом месте нервно-психическая устойчивость – 28,57 %; на втором коммуникативные способности – 14,29 %.

Следует отметить, что моральная нормативность не вошла в зону ограничительных способностей педагогов. В нашем случае параметр «моральная нормативность» как способность развит у педагогов на высоком и среднем уровне. Однако вызывает беспокойство большое количество педагогов с низким уровнем нервно-психической устойчивости.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что каждый человек по-разному относится к одним и тем же событиям, а один и тот же воздействующий стимул у разных людей может вызвать различную ответную реакцию. Можно выделить некоторый интервал ответных реакций индивида, который будет соответствовать представлению о психической норме, а также определить некоторый интервал отношений человека к тому или

иному явлению, касающийся прежде всего категорий общечеловеческих ценностей и не выходящий за рамки общепринятых моральных норм.

Именно степень соответствия этому «интервалу» психической и социально-нравственной нормативности обеспечивает эффективность процесса социально-психологической адаптации, определяет личностный адаптационный потенциал, являющийся интегральной характеристикой психического развития.

В контексте соотношения ресурсных и ограничительных зон в развитии преподавателя представляет интерес исследование, посвященное эмоциональным проблемам в осознании рисков профессиональной деятельности педагога (Н. И. Вьюнова, Е. В. Кривотулова, С. И. Поволяева) [7].

На практике процессы профессионального развития (саморазвития) педагога проходят стихийно, очень часто без необходимого психологического обеспечения, поскольку педагог не владеет средствами такого развития и не может самостоятельно организовать его условия. Это послужило нам предпосылкой поиска и осуществления профилактической и коррекционной работы. Нами выделены следующие ее направления:

1) проведение мониторинга образовательной среды с целью определения психологических характеристик, оказывающих влияние на развитие нервно-психического напряжения педагогов;

2) проведение семинаров-практикумов, тренинговых занятий по формированию профессиональных компетенций (прежде всего в области личностных качеств);

3) проведение индивидуальных консультаций с целью определения ресурсных зон и построения индивидуальной траектории профессионального самосовершенствования педагогов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Митина Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л. М. Митина. – М. : Академия, 2004. – 320 с.

2. Сыманюк Э. Э. Профессионально обусловленные деструкции педагогов / Э. Э. Сыманюк // Мир психологии. – 2004. – № 3. – С. 202–207.

3. Митина Л. М. Интеллектуальная гибкость учителя : психологическое содержание, диагностика, коррекция : учеб. пособие / Л. М. Митина, Н. С. Ефимова. – М. : Московский психолого-социальный институт : Флинта, 2003. – 144 с.

4. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал : его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22, № 1. – С. 16–24.

5. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня : сб. науч. тр. – 2004. – Вып. 2. – С. 82–90.

6. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина // Практическая психодиагностика : методики и

тесты : учеб. пособие / ред. и сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАХ-М, 2006. – С. 549–672.

7. Вьюнова Н. И. Риски в профессиональной деятельности педагога : эмоциональный аспект / Н. И. Вьюнова, Е. В. Кривотулова, С. И. Поголяева // Вестник Воронежского университета. Сер.: Проблемы высшего образования. – 2014. – № 1. – С. 28–32.

Воронежский государственный промышленно-гуманитарный колледж

Занина С. Ю., руководитель психологической службы

E-mail: zanina-s@mail.ru

Тел.: 8-951-550-59-81

Voronezh State Industrial and Humanitarian College

Zanina S. Yu., Coordinator of Psychology Center

E-mail: zanina-s@mail.ru

Tel.: 8-951-550-59-81