

А. Ротаенко

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ

Методологической основой создающего педагогического взаимодействия являются представления о том, что человек – система саморегулирующаяся, сама себя поддерживающая, восстанавливающаяся и даже совершенствующаяся (П. К. Анохин, И. П. Павлов, П. В. Симонов).

Основные трудности в общении педагога с воспитанником связаны с неумением наладить контакт, выстраивать и перестраивать свои взаимоотношения на основе диагностики и правил общения. Ситуацию усугубляют трудности в речевом общении и передаче собственного эмоционального отношения к передаваемому материалу, а также неумение педагога управлять своим психическим состоянием, что связано с «синдромом эмоционального сгорания» и эмоциональными перегрузками.

Важным аспектом в профессиональной деятельности педагога является саморегуляция эмоционального состояния. Необходимость саморегуляции возникает, когда педагог сталкивается с новой, необычной, трудноразрешимой для него проблемой, которая не имеет однозначного решения или предполагает несколько альтернативных вариантов. Саморегуляция необходима в ситуации, когда педагог находится в состоянии повышенного эмоционального и физического напряжения, что побуждает его к импульсивным действиям, или в случае, если он находится в ситуации оценивания со стороны детей, коллег, других людей.

Успех педагогической деятельности зависит от сформированности личностно-педагогической саморегуляции учителя. Личностно-педагогическая саморегуляция рассматривается в контексте теории педагогической культуры как один из ее базовых компонентов наряду с другими компонентами: гуманистическая педагогическая позиция учителя; психолого-педагогическая компетентность; образованность в сфере преподаваемого предмета; опыт творческой педагогической деятельности.

Личностно-педагогическая саморегуляция определяется как целостная, интегральная психическая и поведенческая характеристика, выражающаяся в способности отражать, всесторонне анализировать и вероятностно прогнозировать свою деятельность, а именно: осуществлять поведение, производить самоанализ, самооценку, самоконтроль, самокоррекцию действий, исходя из социальных эталонов, ценностей и норм поведения. В связи с этим актуальными для учителя становятся навыки осознанного саморегулирования своего труда.

Психологические основы саморегуляции эмоционального состояния включают в себя управление как познавательными процессами, так и личностью: поведением, эмоциями и действиями. В настоящее время для саморегуляции психических состояний используются различного вида тренинги.