

Березовська Л.І. Особливості професійної діяльності вчителів / Л.І. Березовська : зб. наук. праць: філософія, соціологія, психологія. Вип. 17, Ч. 1. – Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника», 2013. – С. 146–153.

## **ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛІВ.**

*В статті розглядаються особливості професійної діяльності вчителів. Проаналізовано педагогічну діяльність вчителя з врахуванням індивідуальних та організаційних чинників, що ініціюють виникнення професійного вигорання.*

*В статье рассматриваются особенности профессиональной деятельности учителей. Проанализировано педагогическую деятельность, учитывая индивидуальные и организационные факторы, которые вызывают профессиональное выгорание.*

*Ключові слова: педагогічна діяльність, організаційні чинники, індивідуальні чинники, соціально-демографічні особливості, особистісні особливості, умови праці, зміст праці, соціально-психологічні умови.*

*Ключевые слова: педагогическая деятельность, организационные факторы, индивидуальные факторы, социально-демографические особенности, личностные особенности, условия труда, содержание труда, социально-психологические условия.*

**Постановка проблеми.** Соціально-психологічні процеси в Україні, сучасна освіта ставлять високі вимоги до якості професійної діяльності вчителя. При цьому педагогічна діяльність має не тільки позитивний вплив, а часто і негативний і навіть руйнівний до особистості учителя. Одним із таких негативних наслідків є поява синдрому професійного вигорання, що знижує ефективність професійної діяльності і згубно діє на особистість і здоров'я.

**Мета:** аналіз особливостей професійної діяльності вчителів.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний огляд з проблеми професійної діяльності учителя.
2. Провести теоретичний аналіз особливостей педагогічної діяльності учителя в контексті професійного вигорання.

**Результати теоретичного аналізу.** Діяльність людини розглядається як складне, багатовимірне, багаторівневе явище, що динамічно розвивається. І в той же час вона має визначені специфічні особливості, до яких належать програми, цілі, методи, критерії. Згідно підходу Б.Ф. Ломова щодо

характеристики аналізу діяльності у різних підходах і концепціях то, як правило, представниками беруться окремі аспекти (сторони) діяльності при абстрагуванні від інших. Так, в одних концепціях на перший план виступають операційні аспекти, діяльність описується як послідовність операції (дій), що замінюють одна одну. В інших в основу ставлять дослідження мотиви діяльності, тобто в ній розглядається аналіз динаміки мотивів, що її спрямовують. В третіх головним є аналіз регулюючих механізмів діяльності. Також є концепції, що описують діяльність через аналіз фізіологічних процесів, що її реалізують. Кожен з перерахованих підходів має, звичайно, право на існування; кожний дає істотні наукові результати. А також перераховані підходи не суперечать один одному і не виключають один одного. Але жоден з них не може бути універсальним.

Однією з найбільш відомих концепцій психологічного аналізу діяльності є функціонально-алгоритмічний підхід Г.М. Зараковського, метод структурного аналізу В.П. Зінченко і В.М. Гордон, узагальнений структурний метод А.І. Тувинського, структурно-психологічна концепція В.Д. Шадрикова, концепція аналізу інтегративних процесів В.А. Карпова та ін..

Професійна діяльність, суб'єктно-об'єктна взаємодія вивчається із використанням ряду загально психологічних концепцій діяльності. У запропонованій О.Н. Леоньєвим концепції діяльність розглядається з позиції макроструктури, що представлена такими одиницями, як окрема (особлива) діяльність, дія та операція.

Для вивчення психологічного рівня регуляції суб'єктно-об'єктних взаємозв'язків у процесі трудової діяльності дозволяє використовувати розроблених Є.А. Клімовим суб'єктний підхід, що розглядає працю як функціональну психічну систему, центральною ланкою якої є особистість. Даний підхід спрямований на пізнання психологічної суті праці людини як індивіда, що здійснює конкретну соціально значиму й економічно нормовану діяльність. Концепція суб'єктного підходу забезпечую пізнання суто індивідуальних процесів психіки, які актуалізуються людиною в трудовій

діяльності, а також особливостей формування тих когнітивних, особистісних, емоційно-вольових регуляторів, що забезпечують адекватну реалізацію суб'єкта в діяльності.

Одним із найпродуктивніших підходів психологічного аналізу діяльності є її вивчення з позицій аналізу компонентів психологічної системи діяльності, що розглянуті у роботах Б.Ф. Ломова, О.А. Конопкіна, В.Д. Шадрикова.

Перспективність та своєрідність проблеми інтегральних психічних процесів, їхнього вивчення як психологічних феноменів і визначення особливостей їхнього використання в процедурі аналізу діяльності досліджені в ряді робіт (В.П. Зараковська, П.К. Анохін). Важливою особливістю професійної діяльності вчителя є те, що часто під впливом або в результаті цієї діяльності у системі «суб'єкт-суб'єкт» виникає професійне вигоряння. Так, російський дослідник В. Є. Орел [3] запропонував схему, спираючись на яку, можна проаналізувати діяльність вчителя з огляду на наявність чинників, що ініціюють професійне вигоряння. Ним виділено індивідуальні та організаційні чинники, що ініціюють професійне вигоряння вчителя. До групи індивідуальних чинників відносяться соціально-демографічні та особистісні особливості, а до групи організаційних – умови праці, зміст праці та соціально-психологічні умови. Індивідуальними чинниками, що ініціюють професійне вигоряння у вчителів є соціально-демографічні особливості (вік, стать, рівень освіти, сімейний стан, стаж роботи; особистісні особливості (витривалість, локус контролю, стиль опору, самооцінка, нейротизм (тривожність), екстраверсія. Організаційні чинники, що ініціюють професійне вигоряння вчителя: умови праці (робочі перевантаження, дефіцит часу, тривалість робочого дня); зміст праці (кількість учнів та колег, гострота проблем учнів та колег, глибина контакту з учнями та колегами, спілкування, зворотний зв'язок; соціально-психологічні (взаємини в організації, ставлення до об'єкта праці).

Розглянемо спочатку групу організаційних чинників, що містять умови праці, зміст роботи і соціально-психологічні умови професійної діяльності вчителя.

Умови праці. Під час вивчення даних чинників основну увагу було надано часовим параметрам діяльності вчителів та обсягу їхньої роботи. Здійсненні дослідження показують практично подібну картину, яка свідчить про те, що підвищені навантаження в педагогічній діяльності, наднормова робота, висока тривалість робочого дня стимулюють розвиток професійного вигоряння. (М.В. Борисова, Н.М. Булатевич, О.М. Доценко, О.В. Грицук, К.О. Дубіницька, С.О. Налічаєва). Професія вчителя підпадає під ці параметри. Так, середня тривалість робочого тижня вчителя дорівнює (за підрахунками Л. Ф. Колеснікова) 52 годинам, що є набагато вищою за 40 годин, що встановлено в країні; низька оплата праці, що не забезпечує нормального існування (практично всі дослідження підтверджують, що недостатня винагорода, грошова або моральна, або її відсутність сприяють виникненню вигоряння), і як наслідок - наднормова робота, а отже, підвищені навантаження, що нерідко призводить до фрустрації, тривожності та емоційного спустошення як передумов різноманітних психічних захворювань.

Зміст праці. Ця група чинників містить кількісні й якісні аспекти роботи з учнями: їх кількість, частоту зустрічей, ступінь глибини контакту. Так, при професії вчителя велика кількість учнів у класі може викликати недостатній елементарний контроль, що стане головним чинником професійного вигоряння. Важливим є те, що вчителям все частіше доводиться мати справу з дітьми із соціально неблагополучних родин, а гострота проблем цих дітей зазвичай також сприяє виникненню синдрому професійного вигоряння. Найяскравіше вплив даних чинників виявляються у тих видах професійної діяльності, де гострота проблем учнів є поєднаною з мінімізацією успіху в ефективності їх розв'язання, у педагогіці не можуть бути класи корекції, де за максимального докладання зусиль з боку вчителя результат може виявитися не найвищим. При цьому будь-яка критична ситуація з учнем незалежно від її специфіки стає тяжким тягарем для вчителя, негативно впливаючи на нього і в результаті, спричиняючи, професійне вигоряння. (Н.М. Булатевич, О.В. Грицук, К.О. Дубіницька).

Соціально-психологічні чинники. Взаємодію між соціально-психологічним ставленням працівників до об'єкта їх праці можна проаналізувати в двох напрямках: визначення позиції вчителів по відношенню до своїх учнів і особливостей поведінки самих учнів. (Н.М. Булатевич, О.В. Грицук).

Специфічність діяльності вчителя полягає в тому, що вона будується за типом спілкування, тобто взаємодії та комунікації у системі «вчитель-учні». Звичайно, таке спілкування не носить симетричного характеру. Вчитель є не лише учасником, але й, передусім, організатором такої взаємодії; він визначає цілі, зміст і форми спілкування. Ефективне розв'язання тих завдань, що стоять перед школою сьогодні, можливе лише за умови не будь-якого, а лише певного типу управління вчителем діяльністю учнів. Сутність такого – рефлексивного, продуктивного – управління полягає в тому, що вчитель має поставити учня у позицію активного суб'єкту власної діяльності, здійснюваної у загальній системі колективної роботи; розвивати можливості учнів до самоуправління власною діяльністю; організовувати процес навчання як розв'язання навчально-пізнавальних проблем на основі творчої взаємодії з учнями.

Але не рідко буває так, що вчитель не досягає намічених цілей, не в змозі забезпечити зміст, а також вибирає неадекватну форму спілкування. Також не всі учні виявляють бажання вчитатися, пізнавати, їх важко навчитися управляти власною діяльністю. І це у свою чергу викликає в учителів усвідомлення того, що вони не можуть досягнути бажаних результатів, бути успішними, викликає незадоволення, негативні емоційні стани, зневірюються у професійній спроможності, а в кінцевому у них формується синдром професійного вигорання.

Важливим компонентом педагогічного спілкування є такт. В загальному під тактом слід розуміти здатність людини спілкуватись з іншими людьми таким чином, щоб не надавати їм болю, незручностей в процесі взаємодії. Небажання рахуватись з очікуваннями інших учасників спілкування, їх деструкція в процесі взаємодії називається безтактністю. Порухення правил

такту в педагогічній діяльності приводить до серйозних наслідків. Зрозуміло, що більш високий ступень відповідальності за процес взаємодії у шкільного вчителя. Часто він вступає в спілкування з учнем не тільки для вирішення поточних задач, але й з певними психотерапевтичними цілями - створення учневі можливості для переживання афекту, зняття емоційної напруги, авансування успіху, підвищення самооцінки, формування самоповаги і т.п.

Існує взаємозв'язок між ставленням вчителя до своїх учнів і особливостей поведінки самих учнів та професійним вигорянням. Дана залежність може бути зумовлена специфікою самої діяльності вчителя. Так, учителі, які характеризуються наявністю опікуючої тактики у взаєминах з учнями, а також ті, хто не використовує репресивну і ситуативну, демонструють високий рівень професійного вигоряння. З іншого боку, атмосфера в колективі учнів і їхнє ставлення до вчителя та навчального процесу можуть провокувати виникнення вигоряння у вчителів. Зокрема, що апатія учнів і несприятлива атмосфера в класі, наприклад активний опір учителеві у вигляді негативної поведінки учнів, викликають у вчителів професійне вигоряння.

Не менш важливим у педагогічному процесі є взаємини вчителя зі своїми колегами, які, за словами В.А.Кан-Каліка, суттєво впливають на загально-психологічний клімат під час виконання завдань навчання і виховання. При цьому потрібно бути максимально доброзичливим у ставленні до інших членів педагогічного колективу, прагнути до співпраці, шукати те що зближує, а не те що роз'єднує, постійно настроюватись на бажання спільної творчої діяльності. А це не завжди вдається через різні причини та чинники, які виникають під час спілкування з колегами.

Отже, професія вчителя може бути віднесена до розряду стресогенних, які вимагають від нього самовладання й саморегуляції. Прояви стресу в роботі вчителя різноманітні: спеціалісти в першу чергу виділяють фрустрованість, тривожність, виснаженість, депресію, емоційну ригідність і емоційне спустошення - це ціна відповідальності, яку платить учитель.

На думку А. К. Маркової [4], для роботи вчителя характерні: інформаційний стрес, що виникає в ситуаціях інформаційних перевантажень, коли людина не справляється із завданням, не встигає ухвалювати правильні рішення в необхідному темпі за умови високої відповідальності за їх наслідки; емоційний стрес, коли під впливом небезпеки або образ виникають емоційні зрушення, зміни в мотивації, характері діяльності, порушення рухової та мовленнєвої поведінки.

За даними соціально-демографічних досліджень праця вчителя належить до найнапруженіших в емоційному плані видів праці: за ступенем напруженості навантаження вчителя в середньому більше, ніж у менеджерів і банкірів, генеральних директорів і президентів асоціацій, тобто тих, хто безпосередньо працює з людьми. В.В. Бойко наводить такі дані: із 7300 педагогів загальноосвітніх шкіл ризик і підвищений ризик патології серцево-судинної системи відзначений у 29,4 % випадках, захворювання судин головного мозку - у 37,2 % педагогів, 57,8 % обстежених мають порушення діяльності шлунково-кишкового тракту. Уся соматична патологія, то виявляється, супроводжується клінікою неврозоподібних порушень. Власне невротичні розлади виявилися в 60-70 % випадках. (М.А. Беребін) Згадана статистика зумовлена багатьма соціальними, економічними, житлово-побутовими чинниками, про які ми вже згадували вище. Велику негативну роль тут відіграє і психічне напруження, що супроводжує професійні будні вчителі. Не варто дивуватися тому, що з метою економії своїх енергоресурсів багато з них удаються до різних механізмів психологічного захисту і принаймні приречені на професійне вигорання.

Розглянемо тепер індивідуальні чинники, що ініціюють професійне вигорання педагогів. Ця група містить соціально-демографічні й особистісні особливості. Визначено, що з усіх соціально-демографічних характеристик найтісніший зв'язок із вигоранням мають вік і стаж. (Т.В. Зайчикова, О.В.Грицук).

Результати дослідження показують, що при зіткненні з реальною дійсністю, що не відповідає їхнім очікуванням, молоді люди (19-25 років)

отримують емоційний шок і як результат – формується професійне вигорання. Також вченими відмічається, що при переживанні тридцятирічними кризи «проблеми сенсу життя», оглядаючи пройдений шлях, людина бачить свою особистісну недосконалість при сформованому і ззовні благополучному житті. В цей час відбувається переоцінка цінностей і буває так, що кар'єрні досягнення в цьому віці втрачають сенс. А це у свою чергу може формувати і розвивати синдром професійного вигорання. Більш старшого віку вчителі (40-50 років) стають більш вразливими у фізичному сенсі, вони частіше змучуються, виснажуються, вже не мають таких вже сил як раніше – і як наслідок інтенсивніше проявляється професійне вигорання. Так, за даними дослідження Т.В. Зайчикової, О.В. Грицук, тенденція до розвитку синдрому професійного вигорання у віковій групі вчителів від 25 до 34 років та від 35 до 44 років. Простежується тенденція до домінування вигорання у професійному стажі від 6 до 10 років, адже саме в цей період відбувається формування та відшліфовування навичок професійної діяльності, формується власний стиль роботи, відбувається самоствердження в обраній професії, а все це не завжди проходить безболісно.

Причинами спаду професійної діяльності вчителя старшого віку є так звана «педагогічна криза» вважає Ю.Л.Львова. На її думку [4], це:

- по-перше, прагнення педагога використовувати нові досягнення науки і неможливість їх реалізувати в стислі терміни навчання; відсутність віддачі учнів; невідповідність фактичного результату очікуваному;

- по-друге, виникнення і розвиток улюблених прийомів, шаблонів у роботі й усвідомлення того, що потрібно змінювати ситуацію, що склалася, але як змінювати - невідомо;

- по-третє, можливість ізолювання вчителя в педагогічному колективі: коли його пошуки, інновації не підтримують колеги, і це викликає відчуття тривоги, самотності, невіри в себе.

Значна частина вчителів долає цю кризу, але частково вона може вплинути на розвиток вигорання.



Що стосується залежності професійного вигоряння від статі, то, на думку деяких учених, фемінізованість професії вчителя має цілу низку негативних моментів. Але, взаємозв'язок між статтю вчителя та синдромом професійного вигоряння не є однозначним: частина дослідників стверджує, що чоловіки вигорають більше, ніж жінки, частина – навпаки. Саме тому можна говорити про відмінність впливу статі на розвиток професійного вигоряння.

Так, встановлено, що чоловіки у стресовій ситуації є більш схильними до емоційної відстороненості, до відчуття загнаності, ситуацію сприймають як критичну, що часто впливає на зміну стосунків з оточуючими, проявляється відчуження від людей. Чоловіки менше шукають підтримки в оточуючих, ніж жінки, вони частіше намагаються наслідувати стереотип поведінки «я повинен бути сильним і мужнім та вирішувати все сам», тому у них частіше, ніж у жінок може виникати відчуття «загнаності у кут». У стресовій ситуації жінки більше схильні до емоційного виснаження, вони є більш емоційно відкритими, але їхнє емоційне втручання у переживання кожного, хто поряд (і на роботі, і вдома) – ставить під загрозу емоційне здоров'я, вони ризикують емоційно спустошитись, емоційно та фізично виснажитися, набути психосоматичних та психовегетативних порушень (на які, порівняно з чоловіками скаржаться значно частіше). Схильність жінок брати на себе батьківську позицію і вдома, і на роботі, відповідальність за життя та добробут тих, хто поряд, а це у свою чергу також може вести до емоційного перевантаження, фізичного та морального виснаження (особливо, коли жінка не справляється з колом покладених на неї обов'язків). Відмінності у поведінкових проявах синдрому «професійного вигоряння» у чоловіків та жінок може пояснюватись також з тим, що у чоловіків переважають інструментальні цінності, а жінки більш схильні до емоційного відклику, у них менше відчуття відсторонення від своїх клієнтів, колег, учнів.

Ризик «вигоріти» також залежить від того, наскільки функції, які виконують працівники відповідають їх статево-рольовій орієнтації. Так дослідники встановили, що чоловіки більш чуттєві до впливу стресорів у тих

ситуаціях, в яких від них вимагають демонстрації суто чоловічих якостей, таких як фізичні дані, чоловіча відвага, емоційна стриманість, демонстрація власних досягнень в роботі. У той же час жінки більш чутливі до стресових факторів при виконанні тих обов'язків, які потребують від них співчуття, виховних вмінь, підкорення [3].

Згідно досліджень Т.В. Зайчикової, О.В. Грицук фемінізованість професії вчителя має цілу низку негативних моментів, серед них - підвищена порівняно з чоловіками (у середньому втричі) захворюваність на психічні хвороби, висока стресовість, що викликається побутовими негараздами через не меншу завантаженість хатньою роботою, недостатністю уваги, що приділяється близьким та рідним, та ін. У якості ще одного чинника дослідники наводять тезис про те, що жінка, яка працює відчуває більш високі робочі перевантаження (у порівнянні з чоловіками) із-за додаткових домашніх та родинних обставин.

Що ж до рівня освіти, то завищені вимоги вчителів з більш високим рівнем освіти, неможливістю реалізації (людина займає не ту посаду, на яку вона могла б претендувати, або не ту, на яку вчилася) можуть бути приводом до того, що у таких людей виникне професійне вигоряння.

Особистісні особливості. Понад усе до ризику виникнення вигоряння схильні особистості, які висувають непомірно високі вимоги до себе. В їх уяві справжній вчитель - не зразок професійної невразливості й досконалості. Особистості, які належать до цієї категорії, асоціюють свою працю з призначенням, місією, тому в них стирається грань між роботою і приватним життям. Виникнення професійного вигоряння у вчителів викликають схильність до тривожності, сенситивність, інтровертованість, скромність, сором'язливість, замкнутість, концентрації на предметі професійної діяльності, емоційно чутливі.

Також до виникнення синдрому професійного вигоряння більш схильні люди, які відчувають постійний внутрішньоособистісний конфлікт, що

пов'язаний з роботою (наприклад, жінки, в яких існує внутрішнє протиріччя між роботою і сім'єю. [1]

Особистостям, що мотивовані на вибір педагогічної спеціальності притаманна слабка, лабільна та активована нервова система, соціальна спрямованість інтелекту, спрямованість на групу і соціальну орієнтацію на спільну діяльність. А ці особистісні характеристики можуть сприяти розвитку професійного вигорання. Таким чином, особистісні характеристики людей, що приходять у професію, так само, як характер професійної діяльності, відіграють не останню роль у формуванні синдрому професійного вигорання.

Отже, у різних підходах і концепціях при аналізі діяльності представниками беруться окремі аспекти (сторони) діяльності при абстрагуванні від інших. Так, на перший план виступають або операційні аспекти, або мотиви діяльності, або регулюючі механізми діяльності, або фізіологічні процеси, що реалізують діяльність.

Визначено, що важливою особливістю професійної діяльності вчителя є те, що часто під впливом або в результаті цієї діяльності у системі «суб'єкт-суб'єкт» виникає професійне вигорання.

Проаналізовано діяльність вчителя з огляду на індивідуальні та організаційні чинники, що ініціюють професійне вигорання. Індивідуальні чинники, що ініціюють професійне вигорання вчителя: соціально-демографічні особливості (вік, стать, рівень освіти, сімейний стан, стаж роботи; особистісні особливості (витривалість, локус контролю, стиль опору, самооцінка, нейротизм (тривожність), екстраверсія. Організаційні чинники, що ініціюють професійне вигорання вчителя: умови праці (робочі перевантаження, дефіцит часу, тривалість робочого дня); зміст праці (кількість учнів та колег, гострота проблем учнів та колег, глибина контакту з учнями та колегами, спілкування, зворотний зв'язок; соціально-психологічні (взаємини в організації, ставлення до об'єкта праці).

Список використаної літератури.

1. Емоційне вигорання. / [Упоряд.: В. Дудяк.] – К.: Главник, 2007. – с. 128. (Серія «Психол. інструментарій»). Бібліогр.: с. 126.
2. Корольчук М.С. Теорія і практика професійного психологічного відбору: Навчальний пос. [для студ. вищих навч. закл.] / Корольчук М.С., Крайнюк В.М. – К.: Ніка-Центр, 2006. – С. 106-109.
3. Орел В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии // Проблемы общей и организационной психологии. / Орел В.Е. – Ярославль, 1999. – С. 76-97.
4. Профілактика синдрому емоційного вигорання педагогів / [уклад. А.Г.Дербеньова, А.В.Кунцевська.] – Х.: Вид. група «Основа», 2009. - 223 с. - (Серія «Психологічна служба школи»)

*In this article features of teacher professional activity are describing. Analyzed teachers pedagogical activity with counting individual and organizational factors, tat leads to appearing professional burning-out.*

*Keywords: pedagogical activities, organizational factors, individual factors, socio-demographic characteristics, personal characteristics, working conditions, work content, social and psychological conditions.*