

К ВОПРОСУ О САМОКОРРЕКЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ПЕДАГОГОВ

Т. Ф. Орехова¹, Т. Г. Неретина², Т. В. Кружилина³

*Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова,
Магнитогорск, Россия.*

E-mail: ¹orehovna49@mail.ru; ²neretinat@mail.ru; ³kru.tv@mail.ru

П. Ледер

Академия Безансон, Безансон, Франция.

E-mail: pascal.ledeur@fc-besancon.fr

Аннотация. *Введение.* Личность учителя, как представителя многих профессий типа «человек – человек», в результате длительного выполнения им трудовых обязанностей неизбежно претерпевает психологические изменения, которые могут негативно влиять на профессиональную деятельность в целом. В связи с этим требуется поиск эффективных способов и технологий, обеспечивающих педагогу оптимальные возможности сохранения собственной личности и здоровья. Профилактика и коррекция профессиональной деформации учителей – одно из важнейших направлений современной педагогической науки и практики, в рамках которого ведется разработка оздоровительных методов и средств противостояния профессиональному выгоранию.

Цели публикации – систематизировать теоретический материал и практические наработки по проблеме профессиональной деформации педагогов современных общеобразовательных организаций; показать возможности самокоррекции психического, психологического и физического состояния учителей.

Методология и методики. Методологию исследования, описанного в статье, составили системный, личностно-ориентированный и деятельностный подходы к решению обсуждаемой проблемы. Ведущим методом на стадии сбора статистического материала был контент-анализ – комплекс формализованных наблюдений и статистических процедур, позволяющих переводить массовую текстовую информацию в количественные показатели, а на их основании делать умозаключения о качественном, в том числе латентном, содержании различного рода рукописных или печатных документов, полученных в ходе опросов, бесед и интервьюирования учителей, выборка которых за пять лет составила 220 слушателей курсов повышения квалификации Института дополни-

тельного профессионального образования «Горизонт» при Магнитогорском государственном техническом университете (Россия) и 54 человека, стажировавшихся в академии Безансон (Франция). Обработка ответов учителей посредством контент-анализа помогла установить адекватность самооценки респондентов результативности своей педагогической деятельности с точки зрения не столько знаний учащихся, сколько собственных затрат сил и времени.

Результаты и научная новизна. Дан обзор российских и зарубежных публикаций, посвященных теме профессиональной деформации педагогов, которая рассматривается как изменение качеств личности, включающее нарушение ее целостности, психологического и физического здоровья, образование стереотипов восприятия, трансформацию ценностных ориентаций, черт характера, способов общения и поведения. Раскрыты причины возникновения исследуемого феномена и обозначены признаки его проявления. Утверждается, что степень выраженности профессиональной деформации учителя определяется стажем его работы, спецификой содержания педагогической деятельности и индивидуально-психологическими особенностями личности. Сделан вывод о том, что преодоление профессиональной деформации педагогов обеспечивается, во-первых, их добровольным включением в коррекционный процесс установки на сохранение здоровья при выполнении трудовых функций и, во-вторых, осуществлением профилактики профессионального выгорания на трех уровнях: когнитивном, деятельностном и рефлексивном. Для каждого уровня разработан комплекс коррекционно-профилактических мер, включающий задачи, техники и приемы противостояния профессиональной деформации педагога. В совокупности данные меры образуют систему самокоррекции, освоив которую под руководством специалиста учитель сможет впоследствии сам обезопасить себя от профессионального выгорания.

Практическая значимость. Достоинство всех предлагаемых приемов и техник, образующих целостный коррекционно-профилактический комплекс, элементы которого могут варьироваться в зависимости от индивидуальных потребностей и особенностей личности, состоит в простоте, доступности, безопасности и эффективности в плане достижения быстрого, положительного и реально ощутимого результата. Благодаря перечисленным преимуществам разработанная авторами коррекционно-профилактическая система может использоваться педагогами без существенных финансово-материальных и дополнительных временных затрат непосредственно в процессе педагогической деятельности.

Ключевые слова: преодоление профессиональной деформации педагогов, уровни самокоррекции, профессиональное выгорание

Благодарности. Авторы благодарят учителей, принявших участие в экспериментальной работе по самокоррекции профессиональной деформации

ции личности и предоставивших данные о результатах этой деятельности; а также выражают признательность рецензентам за качественный и подробный анализ содержания статьи.

Для цитирования: Орехова Т. Ф., Неретина Т. Г., Кружилина Т. В., Ледер П. К вопросу о самокоррекции профессиональной деформации педагогов // Образование и наука. 2017. Т. 19. № 9. С. 103–143. DOI: 10.17853/1994-5639-2017-9-103-125

SELF-CORRECTION OF TEACHERS' PROFESSIONAL BURNOUT

T. F. Orekhova¹, T. G. Neretina², T. B. Kruzhilina³

*Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia.
E-mail: ¹orehovna49@mail.ru; ²neretinat@mail.ru; ³kru.tv@mail.ru*

P. Ledeur

*Academy of Besancon, Besancon, France.
E-mail: pascal.ledeur@fc-besancon.fr*

Abstract. *Introduction.* A teacher as a representative of many professions, whose occupation belongs to “person-person” professional system, inevitably undergoes psychological changes which can have negative effect on professional activity due to long performance of labour duties. In this regard, it is necessary to find out the effective ways and technologies designed to provide optimum preservation of own personality and health of teachers. Prophylaxis and correction of professional deformation of teachers is one of the most important directions of modern pedagogical science and practice; this means such a direction contributes for the development of recreational methods and ways of resistance to professional deformation.

Aim. The article aims to systematize theoretical material and practical experience in the problem of professional deformation self-correction among present-day teachers in educational institutions; to show the possibilities of self-correction of mental, psychological and physical state of teachers.

Methodology and research methods. The methodology of the research is based on system, personal-oriented and activity approaches. The content analysis has become the first and leading method at the stage of collecting statistical material. The content analysis is presented as a complex of the formalized observations and statistical procedures that enable to transfer massive text information to quantitative indicators; on the basis of those indicators it is possible to draw conclu-

sions about high-quality and latent content of various hand-written or printed documents received during surveys, discussions and interviewing of teachers. The significant data selection is represented by the results of 5 year long investigative work among 220 participants of professional development courses of the Institute of CPE "Horizon" at Nosov Magnitogorsk State Technical University (Russia) and 54 participants training in Academy of Besancon (France). The processing of teachers' responses by means of the content analysis has helped the authors to establish adequacy of respondents' self-assessment of pedagogical activity effectiveness not only from the viewpoint of knowledge gained by pupils but also as regards inputs of own efforts and time.

Results and scientific novelty. The review of the foreign and Russian publications devoted to a subject of professional deformation of teachers is given. Professional deformation of a personality is viewed as the change of personal qualities which include destruction of mental integrity and psychological and physical health; formation of stereotypes of perception; transformation of morals and senses of values, traits of character, ways of communication and behaviour. The causes of the studied phenomenon are disclosed; the signs of professional deformation background are designated. It is stated that the degree professional deformation expressiveness of teachers is defined by an experience of their work, specifics of pedagogical activity, and individual and psychological features of a personality. Therefore, it is concluded that coping with professional deformation can be achieved: 1. teacher's voluntary participation in correctional process of understanding attitudes about health preservation in the course of professional activity; 2. preventive measures to cope with professional burnout at three levels: cognitive, activity, and reflexive. The complex of correctional and preventive measures, which include various tasks, procedures and methods of resistance to professional deformation of the teacher, is developed for each level. As a whole, these measures form the system of self-correction; this means, having mastered the presented system under the leadership of an expert, the teachers will be able to cope with professional burnout themselves.

Practical significance. The advantage of all proposed methods and techniques, that form a complete correctional and preventive complex, consists in simplicity, availability, safety and efficiency in respect of achievement of a fast, positive, and really notable result; the elements can vary depending on individual needs and features of a personality. Taking into account all benefits considered, the correctional and preventive system developed by the authors can be used by teachers directly in the course of pedagogical activity without essential financial and material support, and additional time expenditure.

Keywords: overcoming of teachers' professional deformation, self-correction levels, professional burnout

Acknowledgements. The authors express their gratitude to the teachers participated and supported the experimental professional deformation self-correction work as they also gave their activity results data for the survey. The authors would also like to especially thank the reviewers who gave favorable expert assessment of the present article.

For citation: Orekhova T. F., Neretina T. G., Kruzhilina T. B., Ledeur P. Self-correction of teachers' professional burnout. *The Education and Science Journal*. 2017; 9 (19): 103–143. DOI: 10.17853/1994-5639-2017-9-103-125

Введение

Многие профессии сферы «человек – человек»: врач, помогающий пациентам справляться с болезнями; полицейский, занимающийся регулированием и нейтрализацией правонарушений; военнослужащий, обязанный всегда соблюдать строгую дисциплину и безоговорочно подчиняться приказам; руководящий работник, принимающий ответственные управленческие решения и обеспечивающий их реализацию, – находятся в группе риска большой вероятности профессиональной деформации, обусловленной в первую очередь значительными эмоциональными и психологическими нагрузками. В ситуациях ежедневного профессионального общения, вступая в контакты с объектами своей трудовой деятельности, данные работники регулярно испытывают высокое психологическое напряжение и пребывают в стрессовых состояниях. К группе подобных профессий относится и профессия педагога, в том числе школьного учителя, предметом деятельности которого выступает отношение, составляющее суть содержания личности (по К. Марксу, совокупность всех действительных отношений человека), формирование которой – генеральная задача общего образования, а следовательно, и профессиональной деятельности педагога. Именно отношение, являясь детерминантой процесса обучения и воспитания, представляет собой одновременно цель, объект, предмет, результат и условие образования личности; и именно оно определяет совокупное качество результатов образования и более всего подвергается деформации в процессе профессионально-педагогической деятельности учителя.

Степень выраженности профессиональной деформации педагога, с одной стороны, зависит от его индивидуально-психологических особенностей, с другой стороны, связана со стажем работы учителя и конкретным содержанием педагогической деятельности. Профессиональная деформация проявляется, прежде всего, в изменении отношения педагога к своей работе, в неудовлетворенности собственной деятельностью и ее результатами, что

может быть вызвано, во-первых, многократным повторением одного и того же материала (особенно если учитель-предметник преподает одну дисциплину во всех классах по параллели); во-вторых, необходимостью каждый раз «начинать с нуля» (каждый новый учебный год к изучению дисциплины приступают новые школьники с тем же уровнем развития, какой диагностировался у предыдущей параллели); в-третьих, невозможностью содержательного роста в преподаваемом предмете из-за нехватки времени для самообразования по причине большой загруженности.

В результате длительного выполнения трудовых обязанностей личность учителя претерпевает психологические изменения, которые негативно влияют на профессиональную деятельность в целом. В связи с этим требуется поиск способов, обеспечивающих педагогу оптимальные возможности сохранения собственной личности без дополнительных временных затрат непосредственно в процессе педагогической деятельности. Профилактика и коррекция профессиональной деформации педагогов – одно из важнейших направлений современной педагогической науки и практики, в рамках которого ведется разработка оздоровительных методов, из которых любой педагог, вне зависимости от возраста, физического самочувствия, трудовой занятости, мог бы составить доступный для себя комплекс средств противостояния профессиональному выгоранию и применять его в естественных условиях образовательного процесса.

Обзор литературы

Проблему профессиональной деформации педагогов в разных аспектах рассматривали С. П. Безносков [1], В. В. Гафнер [2], О. Н. Зарицкая [3], Э. Ф. Зеер [4], Л. И. Котова [5], Ю. В. Красавина, М. Аль Аккад [6], А. В. Логинова [7], Т. Г. Неретина [8], О. Ю. Похоруков [9], С. К. Рыженко [10], Е. И. Сапего [11], Н. В. Третьякова [12, 13], Э. Э. Сыманюк [14], С. В. Умняшкина¹, Т. В. Форманюк², M. Ellili-Cherif, M. Romanowski, R. Nasser [15], Nameed-Ur-Rehman, M. Baig [16], S. Leonard [17] и др. Анализ работ названных авторов позволяет выделить подходы к исследованию и решению обсуждаемой проблемы.

Так, А. В. Логинова, раскрывая содержание понятия «профессиональная деформация», характеризует это явление через эмоциональное выгорание педагога; описывает факторы, которые приводят к професси-

¹ Умняшкина С. В. Синдром эмоционального выгорания как проблема самоактуализации личности (в сфере помогающих профессий): дис. ... канд. психол. наук. Москва: РГБ, 2002.

² Форманюк Т. В. Синдром «эмоционального» сгорания как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. С. 57–63.

ональной деформации; анализирует причины ее возникновения и кратко излагает способы профилактики профессиональной деформации в современных условиях организации педагогического труда [7].

К интересному выводу приходит О. Н. Зарицкая. По ее мнению, освоение человеком профессии неизбежно сопровождается переменами в структуре его личности: с одной стороны, происходит усиление и интенсивное развитие качеств, способствующих успешному осуществлению педагогической деятельности; а с другой стороны, наблюдаются негативные профессиональные изменения, связанные со снижением адаптивности и устойчивости личности, нарушением ее целостности, подавлением и даже разрушением некоторых ее свойств. Перечисленные явления автор предлагает рассматривать как профессиональные деструкции, или деформации [3].

Многие авторы, занимающиеся изучением профессиональных деструкций, опираются на трактовку Э. Ф. Зеера, определяющего их как трансформации сложившейся структуры деятельности и личности, отрицательно сказывающиеся на продуктивности труда и взаимодействиях с другими участниками трудового процесса [4].

Через преобразование качеств личности, которые являются результатом длительного выполнения профессиональной деятельности и проявляются в виде стереотипов восприятия, искажения ценностных ориентаций и характера, способов общения и поведения, объясняет рассматриваемый феномен С. П. Безносков. Самое большое влияние, с точки зрения ученого, профессиональная деформация оказывает на личностные качества представителей тех профессий, работа которых связана с людьми. Согласно С. П. Безноскову, у учителей степень выраженности профессиональной деформации во многом зависит от времени пребывания в профессии (педагогического стажа); специфики содержания педагогической деятельности (учитель начальных классов; предметник, преподающий «основные» / «второстепенные» учебные дисциплины; педагог основной школы / старших классов); а также от индивидуально-психологических особенностей личности [1].

В. Яковлева, вслед за М. В. Прокопцевой¹, относит профессию педагога к числу наиболее деформирующих личность человека. Сегодня уже не требует доказательства тот факт, что в каждой сфере занятости существуют свои психотравмирующие факторы, негативно влияющие на человека, в том числе на его здоровье, включая психическое состояние. Большое влияние на психологический облик учителя, его установки, мотивы

¹ Прокопцева Н. В. Психолого-педагогические условия профилактики профессиональной деформации педагога: дис. ... канд. пед. наук. Москва: Московский государственный университет им. М. А. Шолохова, 2010. 182 с.

деятельности оказывает, во-первых, значимость для работника собственной профессиональной роли и, во-вторых, выполнение своей профессиональной деятельности в течение длительного временного отрезка жизни. Одной из существенных преград для развития у педагога «синдрома сгорания» В. Яковлева считает принятие субъектом личной ответственности за происходящее. Если же во всем происходящем учитель винит исключительно свое окружение, то чувство бессилия и безнадежности только возрастает [18].

В. О. Хлюпин, доказывающий, что вследствие неразрывного единства сознания и специфической деятельности формируется профессиональный тип личности, солидарен с С. П. Безносовым в том, что наиболее заметные изменения в личностных характеристиках, вызванные профессиональной деформацией, наблюдаются у представителей профессий «человек – человек». Крайний случай деформации личности у таких работников выражается в формальном, сугубо функциональном отношении к людям. Профессиональную деформацию личности педагога В. О. Хлюпин отождествляет с понятием «педагогическая деформация» и считает ее одним из рисков для образовательной деятельности, так как труд учителя направлен на формирование личности растущего человека. При этом профессия педагога, как и любая другая, нередко вынуждает индивида сопротивляться различным негативным воздействиям и раздражителям, в качестве которых могут выступать многообразные внешние и внутренние факторы, обусловленные спецификой и сущностью выполняемой деятельности и возложенных на работника трудовых обязанностей. Учитель в силу «предмета» своей деятельности, согласно целям и задачам образования взаимодействует с учениками. Задаваясь вопросами о том, как будет вести себя с учениками учитель, подвергшийся профессиональной деформации и какое воздействие он окажет на них, В. О. Хлюпин отмечает прямую зависимость между степенью профессиональной деформации педагога и личностным и социальным развитием учащихся [19].

Е. И. Сапего, рассматривая психологические интердетерминанты профессиональной деформации личности педагогов учреждений общего среднего образования, выделяет теоретические основания этой проблемы; дает содержательное определение деформаций; характеризует элементарный состав психологических интердетерминант; показывает взаимосвязь влияющих на уровень деформации факторов: личности педагога, его поведения, психологической культуры, сфер активности и типа образовательной среды. В качестве средства профилактики профессиональной деформации педагогов Е. И. Сапего предлагает модель экокультурной ди-

алогической среды, обосновывает прикладную значимость этой модели, характеризует ее структурные компоненты и описывает критерии их формирования [11].

Проблемы профессиональной деформации в постперестроечный период развития нашей страны искусственно выпали из поля зрения ученых, однако в последние годы отклонения в поведении учителей и методы выявления их профпригодности снова стали предметом пристального внимания исследователей.

Развитие профессиональных деформаций может быть обусловлено различными факторами:

1) объективными, которые связаны с социально-профессиональной средой: социально-экономической ситуацией, атмосферой учебного пространства, имиджем и характером профессии;

2) субъективными, личностными особенностями педагога и обучаемых, характером их взаимоотношений;

3) объективно-субъективными причинами, которые порождаются системой и организацией профессионально-образовательного процесса, качеством управления, профессионализмом руководителей.

В ряде работ отмечается феномен передачи профессиональной деформации от одного учителя к другому, что объясняется сложившимися в течение многовекового развития человечества и закрепленными в сознании педагогов представлениями и стереотипами о нормах поведения людей, способах общения между субъектами образования и их возможных реакциях. В групповом профессиональном сознании сформировалась типовая модель взаимодействия «учитель – ученик», которая как приложение к традиционной классно-урочной системе передается из поколения в поколение на протяжении столетия. Данная модель тиражируется посредством существующих школьных и университетских учебников и методических пособий. Предпосылки развития профессиональных деформаций могут корениться уже в мотивах выбора педагогической профессии, причем как в осознаваемых (социальная значимость, имидж, творческий характер, материальные блага), так и в неосознаваемых (стремление к власти, доминированию, самоутверждению).

На основе содержания современных педагогических исследований можно выделить четыре типа профессиональной деформации личности педагога:

а) общепедагогические, характеризующиеся сходными изменениями личности у всех лиц, занимающихся педагогической деятельностью;

б) типологические, вызванные слиянием личностных особенностей с соответствующими структурами функций педагогической деятельности в поведенческие комплексы;

в) специфические, детерминированные особенностями преподаваемого предмета;

г) индивидуальные, которые определяются трансформациями, происходящими с подструктурами личности, и внешне не связаны с процессом педагогической деятельности: параллельно становлению профессионально важных для учителя качеств происходит развитие других характеристик, не имеющих, на первый взгляд, отношения к профессии.

Таким образом, профессиональная деформация личности – это изменение ее качеств (стереотипов восприятия, ценностных ориентаций, характера, способов общения и поведения), которое наступает при длительном выполнении профессиональной деятельности. Степень выраженности профессиональной деформации учителя определяется стажем работы, ее содержанием и индивидуально-психологическими особенностями личности, которые могут нарушить ее целостность.

Материалы и методы

Ведущим методом нашего исследования, наряду с опросом в виде беседы и интервьюирования, был избран контент-анализ документов, под которыми в рамках предпринятых нами изысканий понимается любая информация, зафиксированная в рукописном или печатном тексте, а также на любых носителях, включая электронные. Специфика контент-анализа по сравнению с другими методами исследования заключается в том, что это, прежде всего, комплекс формализованного наблюдения и статистических процедур, при котором осуществляется перевод массовой текстовой информации в количественные показатели. Полученные при помощи контент-анализа количественные характеристики текста дают возможность сделать выводы о качественном, в том числе латентном (скрытом, невидимом), содержании текста (Н. Н. Богомолова¹). Использование этого метода для обработки ответов учителей позволяет установить адекватность их самооценки результативности своей педагогической деятельности с точки зрения не столько знаний учащихся (так как известно, что знания – это результат деятельности субъекта, приобретающего эти знания), сколько затрат собственных сил и времени.

Анализ периодов пребывания в профессии педагога, согласно данным, полученным С. А. Котовой [5], в процессе исследования рисков поте-

¹ Богомолова Н. Н. Контент-анализ: спецпрактикум. Москва: МГУ, 1979. 24 с.

ри здоровья специалистами, работающими в системе «человек – человек», показывает, что первые пять лет трудовой деятельности, по собственным оценкам педагогов, – это старт, время адаптации выпускника высшего или среднего образовательного учреждения к профессиональным обязанностям, условиям работы в учебном заведении, системе взаимоотношений в педагогическом коллективе.

В период от 6 до 10 лет происходит стабилизация профессиональной деятельности, формируется профессиональная позиция. На этом этапе появляются первые признаки деформации личности: очевидное раздражение при выполнении некоторых обязанностей (преимущественно «бумажного» характера), более формальное отношение к ним, нежелание идти на работу, неудовлетворенность процессом и результатами собственного труда и пр.

Следующее пятилетие – с 11 до 15 лет педагогического стажа – часто знаменуется началом кризиса в связи с наступающим пониманием противоречий между закономерным стремлением к профессиональному и личностному росту и имеющимися / отсутствующими возможностями профессиональных изменений. На этом этапе формируется стереотипный взгляд на профессиональную деятельность.

Четвертый период – от 16 до 20 лет – характеризуется кризисом самосознания профессиональной деятельности: вступают в конфликт реальные представления о себе («каким/ой я себя представляю») и «идеальным Я» («каким/ой бы я хотел/а быть»). В результате происходит стагнация в развитии профессионализма, вырабатываются различные механизмы психолого-педагогической защиты, педагог болезненно воспринимает аттестацию, видя в ней нацеленность на обнаружение его профессиональных ошибок. В это время часто обнаруживаются психологические болезни «синдрома сгорания», появляется невосприимчивость к новому, могут нарушаться партнерские отношения с коллегами и с воспитанниками, ощущаться психоэмоциональное перенапряжение.

Педагоги со стажем от 21 до 25 лет отличаются от коллег полной сформированностью профессионально значимых качеств. Для одних учителей это период профессиональной стабилизации, когда уходит страх перед новациями, появляются готовность к работе в современных условиях, стремление к саморазвитию и самосовершенствованию. У других педагогов, напротив, ярко выраженными становятся чрезмерная критичность и настороженность при взаимодействии с коллегами, обнаруживаются явные признаки синдрома эмоционального выгорания, невосприимчивости к новому, нарушаются взаимоотношения с другими учителями и с детьми.

Полученные нами статистические данные свидетельствуют о том, что профессиональной деформации чаще всего подвержены педагоги со стажем более 10–15 лет на одном рабочем месте в одной и той же должности.

По мнению физиологов и психологов, длительное профессиональное общение с людьми способствует истощению нервной системы. Так, в исследованиях В. В. Гафнера [2], О. Н. Зарицкой [3], Э. Ф. Зеера и Э. Э. Сыманюк [4], С. К. Рыженко [10] и Е. И. Сапего [11] доказывается, что у большей части учителей с достаточно продолжительной трудовой биографией причиной профессиональной деформации становится высокий уровень невротизации, приводящий к повышенной тревожности, которая, в свою очередь, еще более усиливает нервное напряжение. Этот факт необходимо принять и признать: если педагог относится к категории стажистов, то его профессиональная деформация неизбежна. Однако при использовании разнообразных личностно ориентированных коррекционных технологий и средств профилактики возможно ее предупреждение или полное преодоление.

Результаты предпринятых нами опросов учителей, выборка которых за пять лет составила 220 человек из числа слушателей курсов повышения квалификации Института дополнительного профессионального образования «Горизонт» (при ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г. И. Носова», Россия) и 54 человека, стажировавшихся в академии Безансон (г. Безансон, Франция), показывают, что третья часть педагогов (33%) вполне удовлетворена и еще одна треть (31%) в целом удовлетворена своей работой. Среди остальных – 26% не вполне удовлетворены и 10% полностью не удовлетворены собственной профессиональной деятельностью, что в сумме составляет 36%. Интересно, что среди наших респондентов отсутствовали учителя, «крайне неудовлетворенные» своей работой. В то же время 38% из обследованных педагогов продемонстрировали высокий уровень профессиональной деформации, проявляющийся в сильно выраженных авторитарности, не критичности и ригидности. Очевидно, преобладающее большинство учителей, испытывая нервное напряжение, не считает его одним из признаков профессиональной деформации в силу отсутствия необходимых знаний и в результате лишается возможности помочь себе.

Для выявления симптомов профессиональной деформации у педагогов (слушателей вышеназванных курсов) мы использовали методику «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко. Самым выраженным из симптомов оказалось «переживание психотравмирующих

обстоятельств неадекватное», за ним следовали по нисходящей «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», «психосоматические и психовегетативные нарушения», «расширение сферы экономии эмоций», «тревога и депрессия». Наряду с этим учителям в разной степени была свойственна склонность к воспоминаниям о травмирующих ситуациях, к нервозности, к беспочвенной тревоге, подавленности, экономии эмоций, а также стремление к самооправданию, вытеснению из сознания неприятных фактов, к уходу от общения или к его формализации, к замыканию в себе с целью восстановления душевных сил и преодоления психосоматических расстройств.

Используя методику «Диагностики профессиональной деформации личности учителя» С. П. Андреева и В. Е. Орел, согласно которой испытуемым предлагается высказать свое мнение по поводу 69 утверждений в форме принятия или непринятия каждого из них и отметить свой ответ на дихотомической шкале, А. В. Логинова сделала вывод о том, что профессиональная деформация у педагога может быть представлена такими признаками, как авторитарность – 52%, согласно расчетам, произведенным автором исследования; некритичность – 47%; ригидность – 39% [4]. У преобладающего большинства обследованных нами по той же методике педагогов профессиональная деформация их личности характеризуется несколько иными, но также весьма высокими показателями на каждой из трех обозначенных шкал: ригидность – 49%; некритичность – 36%; авторитарность – 32%. Такое положение мы объясняем непрекращающимся и, более того, все ускоряющимся процессом реформирования системы образования (внедрением в практику новой версии ФГОС ОО, профессионального стандарта педагога, ФГОС НОО ОВЗ-07 и др.), который среди прочего требует от учителя постоянной непрерывной разработки и коррекции учебной документации. Аналогичные проблемы в системе общего образования отмечают и зарубежные коллеги [15–17].

Результаты исследования

Опыт нашей продолжительной работы с учителями в рамках экспериментальной работы в разных общеобразовательных учреждениях и на курсах повышения квалификации по различным программам дает основание утверждать, что преодоление профессиональной деформации педагогов обеспечивается, во-первых, добровольным включением педагогов в процесс самокоррекции данной деформации и, во-вторых, осуществлением ее профилактики на когнитивном, деятельностном и рефлексивном уровнях.

Для каждого уровня нами был разработан комплекс коррекционно-профилактических мер, включающий задачи, техники и приемы противостояния профессиональной деформации педагога. В совокупности данные приемы и техники образуют систему самокоррекции, освоив которую под руководством специалиста учитель сможет впоследствии сам обезопасить себя от профессионального выгорания.

На *когнитивном уровне самокоррекции* педагоги должны получить знания, которые помогают им поэтапно

- осознать свое состояние и составить о нем адекватное представление;
- получить знания о возможных путях и способах изменения состояния своего организма в положительную сторону;
- сформулировать цели своего дальнейшего успешного профессионального саморазвития.

На этом уровне решаются четыре задачи.

1. Педагоги учатся адекватно воспринимать и осмысливать свой профессиональный педагогический стаж.

2. Учителя овладевают умением грамотно отслеживать свое психоэмоциональное состояние и соотносить его изменение с симптомами синдромов хронической усталости и эмоционального выгорания, показателями которых являются следующие признаки: накопление усталости, нарастание тревожных переживаний, снижение настроения, вегето-сосудистые расстройства, поведенческие срывы, истощение нервной системы, усталость, психосоматические осложнения (ОРЗ), бессонница, отрицательная установка на работу, увеличение количества принимаемых психостимуляторов, снижение или повышение аппетита, повышение или снижение агрессивности, пассивность, апатия, ощущение безнадежности, усиление чувства вины и др.

3. Должен быть актуализирован смысл профессии педагога, который заключается в «служении детству». Существуют разные концепции детства как педагогической категории и различные научные подходы к ее толкованию. Для учителя важно понимать, что ребенок имеет право на непохожесть, на неудачу, на ошибки и возможность их исправления, на великодушие учителя, на любовь. Синдром отсутствия любви – один из существенных признаков профессиональной деформации, проявляющийся в эмоциональном равнодушии к детям.

Как пишет О. А. Казанский, смысл «педагогической любви» заключается в способности педагога «притягивать», приближать к себе детей через эмпатийно сказанное слово, через уважительный, одобряющий взгляд, через дружеское прикосновение, через искренне внимание к успехам

и сочувствие к неудачам, т. е. «проживать» вместе с детьми свою и их школьную жизнь – созидать, соединять, быть сопричастным, сопереживать, содействовать, сочувствовать детям в процессе выполнения своих профессиональных обязанностей¹.

Любовь к детям в различных профиограммах учителя обозначается как один из признаков профессиональной пригодности человека, претендующего на занятие педагогической деятельностью. Следовательно, можно утверждать, что умение любить детей составляет смысл педагогической профессии, а поиск педагогом смысла жизни, обобщенное представление о котором заключается в стремлении человека быть счастливым, здоровым и успешным в продолжение рода и в постоянном саморазвитии и самосовершенствовании, становится еще одной задачей самокоррекции, так как педагог, не осознающий смысла своей профессии и своей жизни в целом, начинает саморазрушаться.

4. Педагоги должны осознать важность и необходимость саморазвития и повышения уровня профессиональной компетенции в разных областях знаний: социальной, психологической, общепедагогической, предметной. Это осознание призвано стимулировать их к постоянному повышению своей квалификации, освоению инновационных технологий и форм работы, овладению современными техническими средствами обучения, участию в конкурсах, олимпиадах, смотрах профессиональных достижений.

На *деятельностном уровне самокоррекции* решаются три задачи.

1. Должна проводиться ежедневная активная работа со своим телом с целью восстановления и сохранения физического здоровья (телесный уровень). Главная задача такой работы – сохранение энергичности, которая измеряется уровнем работоспособности и наличием умений быстро ее восстанавливать.

Снятию мышечного напряжения, усталости, головной боли, бессонницы и тому подобных нарушений физического состояния способствуют:

- прогулки на свежем воздухе, ходьба, пробежки и т. п.;
- занятия доступными видами спорта (тренировки в фитнес- и тренажерных залах, физические упражнения дома и т. п.);
- любые варианты водных процедур – плавание, купание, принятие ванн, гидромассаж, обливания, морские купания, контрастные, грязевые или соляные ванны и т. п.;
- посещение бани с сопутствующим комплексом восстановительных процедур: массажем, парением, ароматерапией, закаливанием посредством контрастных температур и т. д.;

¹ Казанский О. А. Педагогика как любовь. Москва: Российское педагогическое агентство, 1996. 133 с.

- творческая деятельность в любых доступных видах (пение, шитье, лепка, конструирование, рисование, бисероплетение, вязание и т. д.) [9], которые позволяют отвлечься от переживаний и снимают нервное напряжение;

- танцы, помогающие снимать телесные зажимы, повышать эмоциональный фон, корректировать физические формы и поддерживать в норме координацию движений;

- активное общение с природой, гармонизирующее душевное состояние человека: работа на садовых участках, выращивание цветов, уход за животными, а также все виды туризма в естественных природных условиях;

- организация природосообразного для организма человека питания: регулирование питания через осознанное употребление натуральных и полезных продуктов и добровольный отказ от вредной, опасной пищи и алкоголя; выбор наиболее оптимального режима питания, соответствующего особенностям организма конкретного человека и благоприятного для здоровья.

2. Должна быть организована систематическая работа по гармонизации своего душевного состояния, которая проводится с использованием различных восстановительных и оздоровительных методик, техник и технологий сохранения внутренней психоэмоциональной (душевной) уравновешенности:

- овладение приемами и способами регуляции эмоционально-волевой сферы (аутотренингом, позитивным настроем на работу, переосмыслением и самоанализом и др.);

- позитивное общение с животными: канистерапия (восстановительное взаимодействие с собаками), фелинотерапия (общение с кошками), аквариумная терапия (наблюдение за рыбками), орнитотерапия (слушание пения птиц), апитерапия (лечение продуктами пчеловодства), дельфинотерапия (плавание с дельфинами) и др.;

- созерцание произведений природы и искусства – наблюдение за закатом и восходом солнца, аэротерапия (дыхание чистым воздухом), камнетерапия (кристаллотерапия – созерцание минералов), посещение картинных галерей, выставочных залов, музеев, вернисажей и т. д.;

- обретение веры – выстраивание отношения к религии, принятие других вероисповеданий, стремление к пониманию мира в целом и природы, осознание своего предназначения и места в обществе;

- выстраивание отношений с людьми противоположного пола, что является одним из важных факторов здоровой жизни и дает человеку возможность корректировать собственную картину мира в соотношении с видением и взглядами людей противоположного пола, т. е. в идеале это

гармоничное взаимодействие супругов между собой, когда каждый из них выступает в роли надежного друга, с которым можно поделиться своими тревогами и радостями.

3. Обязательна организация разноплановой интеллектуальной работы на основе конструктивно-позитивного мышления, которое является критерием интеллектуального здоровья личности и выражается в четырех базовых умениях:

- видеть положительное в окружающем мире;
- извлекать уроки из всех происходящих событий и ситуаций;
- прощать;
- благодарить.

Наличие такого мышления в нашей концепции здоровья человека обеспечивает ему проживание успешной и достойной жизни и позволяет разбираться в полученных результатах и адекватно их оценивать, а также дает понимание того, на что следует тратить свои силы, а что приходится просто и спокойно принимать. Перечисленные цели обеспечиваются следующими видами интеллектуальной деятельности:

- расширением своего кругозора для повышения общей осведомленности в вопросах организации жизни людей (чтением художественной и психолого-педагогической литературы, изучением авторских концепций, опыта педагогов-новаторов и т. п.);
- повышением профессиональной компетентности (участием в курсах повышения квалификации в качестве слушателя и/или лектора);
- освоением нового «дополнительного» учебного предмета и преподаванием его как факультативного;
- проведением научного исследования (написанием научных статей, разработкой авторских программ и т. д.);
- стремлением к самореализации и самоутверждению через поиск смысла жизни на каждом новом ее этапе.

На *рефлексивном уровне самокоррекции* предполагается самоанализ педагогами своего поведения, эмоционально-волевого реагирования на различные профессиональные проблемы и сложные жизненные ситуации, а также рефлексия результатов своей деятельности с позиции затрат ресурсов своего организма на их достижение. Самоанализ – это не только необходимое умение, но и важное профессиональное качество педагога, позволяющее ему сохранять, восстанавливать и повышать свою энергичность, деятельностную активность, поддерживать душевное равновесие, сохранять позитивное мировосприятие.

На данном уровне решаются три задачи:

1. Осуществляется рефлексия профессиональной биографии через ответы на вопросы («Сколько лет я работаю?»; «Нравится ли мне моя работа?»; «Для чего я работаю?»; «Чтобы я хотел/а изменить?»; «Что я могу изменить?»; «Что мне помогает в работе, что мешает?» и т. п.), направленные, с одной стороны, на осознание педагогами актуального душевного состояния, а с другой стороны, на видение перспектив своего развития;

2. Разрабатываются альтернативные сценарии дальнейшего личного и профессионального роста;

3. Проводится самооценка уровня своей «профессиональной сохранности» и разработка программы самокоррекции.

Заключение

Итак, профессиональная деформация педагогов в большинстве случаев неизбежна, но при наличии у них сознательной установки на сохранение своего здоровья в процессе профессиональной деятельности посредством использования разнообразных личностно ориентированных технологий и методов коррекции собственного состояния возможно достижение значимых результатов не только в плане предупреждения возникновения профессиональной деструкции, но также ее преодоления.

Организация работы по самокоррекции предполагает следующие действия:

1) информирование педагогов о проблеме опасности профессиональной деформации;

2) ознакомление со средствами (способами, методами, технологиями) самокоррекции, позволяющими предупредить и преодолеть профессиональную деформацию личности;

3) оснащение их критериями отбора комплекса корректирующих средств, приемлемых для каждого конкретного педагога, согласующихся с индивидуальными особенностями его организма и условиями организации жизнедеятельности;

4) стимулирование педагогов к ведению дневника самокоррекции, в котором каждый прописывает выбранные им средства и ежедневно записывает, что из намеченного воплощено в жизнь и какой получен результат;

5) проведение для желающих групповых практических занятий с целью обмена опытом самокоррекции и прояснения моментов, которые вызывают трудности.

Достоинство всех предлагаемых нами приемов и техник, образующих целостный коррекционно-профилактический комплекс, элементы

которого могут варьироваться в зависимости от индивидуальных потребностей и особенностей личности, состоит в следующем:

- в простоте (система легко осваивается субъектами разного возраста);
- доступности (техники не требуют специальной подготовки и больших финансово-материальных затрат);
- безопасности, обеспечивающейся добровольностью их использования;
- эффективности благодаря получению быстрого, положительного и реально ощутимого результата.

Список использованных источников

1. Безносков С. П. Профессиональная деформация личности. С.-Петербург: Речь, 2004. 272 с.
2. Гафнер В. В. Профессиональная деформация и компетентность педагога // Основы безопасности жизни. 2004. № 10. С. 22–24.
3. Зарицкая О. Н. Профессиональные деформации учителя и пути их преодоления [Электрон. ресурс]. Режим доступа: <http://ped-kopilka.ru/blogs/olga-nikolaevna-zarickaia/profesionalnye-deformacii-uchitelja-i-puti-ih-preodolenija.html> (дата обращения: 18.04.17)
4. Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э. Психология профессиональных деструкций. Москва: Академический проект, 2005. 240 с.
5. Котова С. А. Проблема поддержки психологического здоровья представителей помогающих профессий // Медицинская психология в России [Электрон. ресурс]. 2013. № 1 (18). Режим доступа: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 25.09.2017).
6. Красавина Ю. В., Аль Аккад М. Развитие профессиональной информационной и коммуникационной компетенции методом проектов в электронной среде // Образование и наука. 2014. № 10. С. 93–104.
7. Логинова А. В. Профессиональная деформация личности педагога и пути ее преодоления // Молодой ученый. 2015. № 11. С. 1750–1752.
8. Неретина Т. Г., Клевесенкова С. В. Профилактика профессиональной деформации педагогов средствами изотворчества // Теория и методика современного учебно-воспитательного процесса: сборник научных трудов по материалам I Международной научно-практической конференции / ред. Н. А. Краснова, Т. Н. Плесканюк. Нижний Новгород, 2016. С. 9–13.
9. Похоруков О. Ю., Козырева О. А., Иванова А. И. Возможности и проблема моделирования дефиниций категории «воспитание» как результат формирования культуры самостоятельной работы будущего педагога // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы международной научной конференции. Уфа: Лето, 2011. С. 25–28.
10. Рыженко С. К. Профессиональные деформации и пути их преодоления // Курсы тьюторов [Электрон. ресурс]. 2010. Режим доступа: <http://classno.blogspot.ru/2010/11/>

11. Сапего Е. И. Влияние типа организационной культуры образовательного учреждения на уровень профессиональной деформации педагогов // Образование и наука. 2015. № 10. С. 38–50.

12. Третьякова Н. В., Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / под общ. ред. Н. В. Третьяковой. Москва: Спорт, 2016. 280 с.

13. Федоров В. А., Третьякова Н. В. Управление качеством здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций: концептуальные и структурно-функциональные инновации // Scientific Bulletin of National Mining University [Электрон. ресурс]. 2015. № 6 (150). С. 134–143. Режим доступа: <http://nvngu.in.ua/index.php/ru> (дата обращения 25.09.2017)

14. Сыманюк Э. Э., Девятковская И. В. Непрерывное образование как ресурс преодоления психологических барьеров в процессе профессионального развития личности // Образование и наука. 2015. 1. С. 80–92.

15. Ellili-Cherif M., Romanowski M., Nasser R. All that glitters is not gold: Challenges of teacher and school leader licensure licensing system in Qatar // International Journal of Educational Development [serial online]. 2012. May. № 32 (3). P. 471–481.

16. Hameed-Ur-Rehman, Baig M. Teachers' opinion/perception about the National professional standards for teachers (npst-2009) in Pakistan // Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business [serial online]. 2012, April. № 3 (12). P. 262–277.

17. Leonard S. Professional conversations: mentor teachers' theories-in-use using the Australian National professional standards for teachers // Australian Journal of Teacher Education [serial online]. 2012. № 37 (12).

18. Яковлева В. Профессиональные деформации педагога и их преодоление [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.maam.ru/detskij-sad/-profesionalnye-deformaci-pedagoga-i-ih-preodolenie.html> (дата обращения 25.09.2017).

19. Хлюпин В. О. Одинокие учительницы // Народное образование. 2009. № 7. С. 110–115.

References

1. Beznosov S. P. Professional'naja deformacija lichnosti = Professional deformation of a personality. Saint-Petersburg: Publishing House Rech; 2004. 272 p. (In Russ.)

2. Gafnerp V. V. Professional deformation and a teacher's competence. *Osnovy bezopasnosty zhizny = Life Safety Fundamentals*. 2004; 10: 22–24. (In Russ.)

3. Zaritskaya O. N. Professional'nye deformacii uchitelja i puti ih preodolenija = Professional deformation of a teacher and ways of experiencing [Internet]. 2014 [cited 2017 Apr 18]. Available from: <http://ped-kopilka.ru/blogs/olga-nikolaevna-zarickaja/profesionalnye-deformaci-uchitelja-i-puti-ih-preodolenija.html> (In Russ.)

4. Zeer E. F., Symanuk E. E. Psihologija professional'nyh destrukcij = Psychology of professional destructions. Moscow: Publishing House Akademicheskij proekt; 2005. 240 p. (In Russ.)

5. Kotova S. A. Problem of psychological health comfort of the nurturing professions' representatives. *Medicinskaja psihologija v Rossii = Journal of Medical Psychology in Russia* [Internet]. 2013 [cited 2017 Sep 25]; 1 (18). Available from: <http://medpsy.ru> (In Russ.)

6. Krasavina Y. V., Al Akkad M. Development of professional information and communication competences by the method of projects on the Internet. *Obrazovanie i nauka = The Education and Science Journal*. 2014; 10: 93–104. (In Russ.)

7. Loginova A. V. Professional deformation of a teacher's personality and ways of experiencing. *Molodoy uchenyj = Young Researcher*. 2015; 11: 1750–1752. (In Russ.)

8. Neretina T. G., Klevesenkova C. V. Preventative measures about professional destructions of a teacher by means of fine arts creativity. In: *Teorija i metodika sovremennogo uchebno-vospitatel'nogo processa: sbornik nauchnyh trudov po materialov I Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii = Theories and Principles of Modern Teaching and Educational Process. Collected Works of the 1st International Research-to-Practice Conference*; 2016; Nizhniy Novgorod. Ed. by N. A. Krasnova, T. N. Pleskanuk. p. 9–13. (In Russ.)

9. Pohorukov O. Ju., Kozyreva O. A., Ivanova A. I. Opportunities and problems of definitions modeling of category “education” as result of formation of culture of independent work of future teachers. In: *Aktual'nye voprosy sovremennoj pedagogiki: materialy mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii = Topical Issues of Modern Pedagogics. Materials of International Scientific Conference*; 2011 June; Ufa. Ufa: Publishing House Summer; 2011. p. 25–28. (In Russ.)

10. Rizhenko S. K. Preventative measures about professional destructions. *Kursy t'jutorov = Courses of Tutors*. 2010. Available from: <http://classno.blogspot.ru/2010/11/> (In Russ.)

11. Sapego E. I. Influence of the type of organizational culture of an educational establishment on the level of professional deformation of a teacher. *Obrazovanie i nauka = The Education and Science Journal*. 2015; 10: 38–50. (In Russ.)

12. Tretyakova N. V., Andrukhina T. V., Ketrisch E. V. Teorija i metodika ozdorovitel'noj fizicheskoj kul'tury = Theories and principles of health-promoting physical training. Ed. by N. V. Tretyakova. Moscow: Publishing House Sport; 2016. 280 p. (In Russ.)

13. Fedorov V. A., Tretyakova N. V. Quality control of health saving activity of educational establishments: conceptual and structural-functional innovations. *Scientific Bulletin of National Mining University = Journal of Scientific Bulletin of National Mining University* [Internet]. 2015 [cited 2017 Sep 25]; 6 (150): 134–143. Available from: <http://nvngu.in.ua/index.php/ru/> (In Russ.)

14. Simanuk E. E., Devyatovskaya I. V. Continuing education resource of psychological barrier mastering in professional development of a personality. *Obrazovanie i nauka = The Education and Science Journal*. 2015; 1 (1): 80–92. (In Russ.)

15. Ellili-Cherif M., Romanowski M., Nasser R. All that glitters is not gold: Challenges of teacher and school leader licensure licensing system in Qatar. *International Journal of Educational Development*. 2012 May; 32 (3): 471–481.

16. Hameed-Ur-Rehman, Baig M. Teachers' opinion/perception about the National professional standards for teachers (npst-2009) in Pakistan. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*. 2012 Apr; 3 (12): 262–277.

17. Leonard S. Professional conversations: mentor teachers' theories-in-use using the Australian National professional standards for teachers. *Australian Journal of Teacher Education*. 2012; 37 (12).

18. Yakovleva V. Jakovleva V. Professional'nye deformacii pedagoga i ih preodolenie = Professional deformation of a teacher's personality and ways of experiencing [Internet]. 2016 [cited 2017 Sep 25]. Available from: <http://www.mam.ru/detskijasad/-profesionalnye-deformaci-pedagoga-i-ih-preodolenie.html> (In Russ.)

19. Khlupin V. O. Lonely teachers. *Narodnoe obrazovanie = Narodnoye obrazovniye*. 2009; 7: 110–115. (In Russ.)

Информация об авторах:

Орехова Татьяна Федоровна – доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики института гуманитарного образования Магнитогорского государственного технического университета им. Г. И. Носова, Магнитогорск, Россия. E-mail: orehovna49@mail.ru

Неретина Татьяна Геннадьевна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры педагогики института гуманитарного образования Магнитогорского государственного технического университета им. Г. И. Носова, Магнитогорск, Россия. E-mail: neretinat@mail.ru

Кружилина Тамара Васильевна – доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики института гуманитарного образования Магнитогорского государственного технического университета им. Г. И. Носова, Магнитогорск, Россия. E-mail: kru.tv@mail.ru

Ледер Паскаль – советник-консультант, Академия Безансон, Безансон, Франция. E-mail: pascal.ledeur@fc-besancon.fr

Вклад соавторов. Все авторы приняли равноценное участие в подготовке данной статьи и изложенном в ней исследовании: 1) участвовали в организации и проведении обучающих семинаров для педагогов по вопросам самокоррекции профессиональной деформации; 2) проводили практикумы и педагогические тренинги по формированию у педагогов умения применять предлагаемые приемы самокоррекции в своей жизни и профессиональной деятельности; 3) участвовали в обработке результатов экспериментальной работы, осуществляемой в рамках обучающих семинаров и практикумов.

Статья поступила в редакцию 04.06.2017; принята в печать 11.10.2017.
Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the authors:

Tatyana F. Orekhova – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Pedagogy, Institute of Humanities Education, Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia. E-mail: orehovna49@mail.ru

Tatiana G. Neretina – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Pedagogy, Institute of Humanities Education, Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia. E-mail: neretinat@mail.ru

Tamara V. Kruzhilina – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Pedagogy, Institute of Humanities Education, Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia. E-mail: kru.tv@mail.ru

Pascal Ledeur – Councillor, Academy of Besancon, Besancon, France. E-mail: pascal.ledeur@fc-besancon.fr

Contribution of the authors. When preparing the manuscript, all authors have contributed equally to this article and the research conducted: 1) arrangement and holding educational workshops for teachers about professional deformation self-correction; 2) holding workshops, practical courses and training sessions for forming skills of teachers to use the represented techniques of self-correction in their life as well as in their professional activity; 3) processing of the experimental work results obtained within the educational seminars and practical courses.

Received 04.06.2017; accepted for publication 11.10.2017.

The authors have read and approved the final manuscript.