

обусловлено мотивацией достижения: чем выше мотивация достижения, тем ниже эмоциональное выгорание в деятельности учителя.

Литература

Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 105 с.

Водопьянова Н.Е. Психическое выгорание. М.: Медицина, 2002. № 7.С. 12.

Водопьянова Н.Е., Старченкова Е., Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2 – е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 336с.

Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. - М.: Смысл; Издательский центр «Академия», 2006. - 336 с.

Маслоу А., Мотивация и личность.- СПб.: Евразия, 1999.-315 с.

Мотивация и мотивы / Е. Ильин. - СПб.: Питер, 2003. «Мастера психологии».

Г.В. Резапкина

***Москва, Академия социального управления,
Федеральный институт развития образования***

МЕТОДИКА «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ УЧИТЕЛЯ»

Учитывая, что именно в школе происходит эмоциональное, социальное и психическое становление личности, особые требования предъявляются к учителю, призванному обеспечить это становление. В каждой школе есть люди, способные к профессиональному и личностному росту, свободные от догм и стереотипов. Именно они помогают своим воспитанникам преодолеть отчуждение от школы, благодаря этим учителям ученики идут на уроки не с отвращением и

страхом, а с интересом и удовольствием. Эти учителя и сами получают удовольствие от своей работы. Изучение их личностных особенностей, а также анализ результатов отечественных и зарубежных исследований профессиональных компетенций учителя позволило выделить блок профессионально важных качеств, среди которых – приоритетные ценности, психоэмоциональное состояние, самооценка, стиль преподавания, уровень субъективного контроля и удовлетворенности трудом.

На основе этих параметров был создан психологический портрет учителя. Хороший учитель справедлив и честен перед собой, своими учениками и коллегами, он чувствует состояние другого человека, умеет наладить контакт с каждым учеником. Настоящий учитель гибок, то есть способен проявлять большую жесткость или мягкость в зависимости от ситуации. Он умеет задавать вопросы, может показать свою компетентность в преподаваемом предмете, устанавливает четкие процедуры проверки знаний учеников, стремится помочь учащимся. Любит и умеет экспериментировать, ищет новые формы и методы работы. Хорошему учителю свойственно положительное восприятие самого себя, учеников, коллег. Суммируя качества, необходимые для эффективной работы учителя, выделим следующие:

1. Принятие каждого ученика, признание и уважение его как личности.
2. Благополучное психоэмоциональное состояние.
3. Позитивное самовосприятие.
4. Личностно ориентированное преподавание, гибкость, спонтанность поведения.
5. Ответственность.

Все эти параметры можно выявить с помощью методики «Психологический портрет учителя», в основу которой легли представления автора о хорошем учителе, подкрепленные отечественными и зарубежными исследованиями об эффективности преподавательской деятельности и собственным многолетним опытом работы в школе.

Теоретические основы методики – учение А.А.Ухтомского о доминанте, труды В.Сухомлинского, духовно-ориентированная психология Т.А.Флоренской, Я-концепция Р.Бернса, подходы У.Джеймса, А. Маслоу, К.Роджерса, Т.Гордона.

В новую версию методики включена шкала **удовлетворенность трудом**, которая косвенным образом выявляет интерес учителя к своей работе, профессиональную мотивацию, удовлетворенность взаимоотношениями с сотрудниками и руководством, условиями труда (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Интегральная удовлетворенность трудом/ Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп).

. Методика не может быть использована в административных целях – для оценки работы учителя, при аттестации, решении кадровых вопросов и т.д.

Человеку, способному к саморефлексии, методика «Психологический портрет учителя» поможет увидеть психологические причины профессиональных затруднений прежде, чем они станут очевидны окружающим, и принять решение – меняться самому, менять работу или оставить все, как есть. Это – только начало работы над собой. Продолжением может быть участие в тренинге развития профессионального самосознания.

Инструкция. Уважаемые коллеги! Этот тест поможет вам уточнить свой стиль преподавания и узнать некоторые личностные особенности. Из трех вариантов ответа выберите тот, который точнее всего отражает ваши мысли, чувства, реакции и отметьте в соответствующей клетке крестиком или другим значком.

ПЦ				ПЭС				СО				СП				УСК				УТ			
№	1	2	3	№	1	2	3	№	1	2	3	№	1	2	3	№	1	2	3	№	1	2	3
1				2				3				4				5				6			
7				8				9				10				11				12			
13				14				15				16				17				18			
19				20				21				22				23				24			
25				26				27				28				29				30			
31				32				33				34				35				36			
37				38				39				40				41				42			
43				44				45				46				47				48			
49				50				51				52				53				54			
55				56				57				58				59				60			

1. В воспитании важнее всего

- 1) окружить ребенка теплотой и заботой;
- 2) уважительное отношение к старшим;
- 3) выработать у него определенные взгляды и умения.

2. Если кто-то в классе отвлекается, я не могу вести урок

- 1) да; 2) нет; 3) в зависимости от настроения.

3. Когда ученик на уроке излагает факты, которые мне неизвестны, я испытываю

- 1) интерес; 2) смущение; 3) раздражение.

4. Если класс не приведен в порядок,

- 1) моя реакция зависит от ситуации;
- 2) я не обращаю на это внимания;
- 3) я не могу начать урок.

5. В конфликтах с другими людьми я чувствую вину за собой

1) часто; 2) в зависимости от ситуации; 3) редко.

Меня считают успешным профессионалом

1) да; 2) затрудняюсь ответить; 3) нет.

7. Для меня важнее

1) отношения с учениками; 2) с коллегами; 3) отношения с самим собой.

8. Меня утомляет интенсивное общение с людьми

1) да; 2) иногда; 3) нет.

9. Присутствие на уроке посторонних

1) воодушевляет меня;

2) никак не отражается на моей работе;

3) выбивает меня из колеи.

10. Я делаю замечание ребенку, нарушающему порядок в общественном месте

1) в зависимости от ситуации; 2) нет; 3) обычно.

11. Мои школьные отметки зависели от моих усилий, а не от настроения учителей

1) да; 2) не всегда; 3) нет.

У меня сложились хорошие отношения с коллегами

1) да; 2) не со всеми; 3) нет.

13. Во время перемены я предпочитаю общаться

1) с учениками; 2) с коллегами; 3) лучше побыть в одиночестве.

14. Я почти всегда иду на урок в приподнятом настроении

1) нет; 2) не всегда; 3) да.

15. У меня есть такие качества, по которым я превосхожу других

1) да; 2) нет; 3) не уверен.

16. Я предпочитаю работать под руководством человека, который
- 1) поддерживают мою инициативу;
 - 2) не проявляет интереса к моей работе;
 - 3) четко регламентирует мою работу.
17. Когда я строю планы, я не сомневаюсь в успехе задуманного
- 1) обычно; 2) иногда; 3) сомневаюсь.
18. Дома я рассказываю о своей работе
- 1) часто; 2) иногда; 3) нет.
19. Случайные встречи с учениками за пределами школы
- 1) доставляют мне удовольствие;
 - 2) вызывают у меня чувство неловкости;
 - 3) не вызывают у меня особых эмоций.
20. Бывает, что без видимых причин я чувствую себя счастливой (ым) или несчастной (ым)
- 1) часто; 2) редко; 3) никогда.
21. Замечания со стороны коллег и администрации
- 1) меня мало волнуют; 2) иногда задевают меня; 3) травмируют меня.
22. Во время урока я придерживаюсь намеченного плана
- 1) в зависимости от ситуации; 2) предпочитаю импровизацию; 3) всегда.
23. Для меня очень важно признание моих успехов другими людьми.
- 1) нет; 2) затрудняюсь с ответом; 3) да.
24. Я занимаюсь делом, которое соответствует моим способностям
- 1) да; 2) затрудняюсь с ответом; 3) нет.

25. Суждение, что каждого ученика нужно принимать таким, каков он есть

1) принимаю; 2) не принимаю; 3) принимаю частично.

26. Мне не хватает теплоты и поддержки со стороны близких

1) да; 2) иногда; 3) хватает.

27. Мысль о предстоящей встрече с учениками или коллегами

1) доставляет мне удовольствие; 2) особых эмоций не вызывает; 3) меня тяготит.

28. Когда я вижу, что ученик ведет себя вызывающе по отношению ко мне

1) предпочитаю выяснить отношения;

2) игнорирую этот факт;

3) я плачу ему той же монетой.

29. От того, как воспитывают детей в семье, зависит

1) почти все; 2) кое-что; 3) ничего не зависит.

30. Я испытываю удовольствие, когда думаю о своей работе

1) обычно; 2) иногда; 3) никогда.

31. В работе для меня важнее всего

1) привязанность учеников; 2) признание коллег; 3) душевный комфорт.

32. Успех урока зависит от моего физического и душевного состояния

1) часто; 2) иногда; 3) не зависит.

33. В дружелюбном отношении со стороны коллег я не сомневаюсь

1) да; 2) затрудняюсь ответить; 3) нет.

34. Если ученик высказывает точку зрения, которую я не могу принять

- 1) пытаюсь понять его точку зрения;
- 2) перевожу разговор на другую тему;
- 3) я стараюсь поправить его, объяснить ему его ошибку.

35. Если я захочу, я смогу расположить к себе любого

- 1) да; 2) в зависимости от ситуации; 3) вряд ли.

36. Меня устраивает организация труда в нашем коллективе

- 1) да; 2) не совсем; 3) нет.

37. Если при мне незаслуженно наказывают ученика

- 1) я тут же заступлюсь за него;
- 2) один на один сделаю замечание коллеге;
- 3) сочту некорректным вмешиваться.

38. Работа дается мне ценой большого напряжения

- 1) да; 2) иногда; 3) нет.

39. У меня нет сомнений в своем профессионализме

- 1) да, сомнений нет; 2) затрудняюсь ответить; 3) есть сомнения.

40. По-моему, в школьном коллективе важнее всего

- 1) возможность работать творчески; 2) отсутствие конфликтов; 3)

трудовая дисциплина.

41. На детей влияет так много факторов, что усилия родителей сводятся на «нет».

- 1) нет; 2) не знаю; 3) да.

42. Хорошая зарплата для меня – не главный мотив труда

- 1) да; 2) затрудняюсь ответить; 3) нет, главный.

43. Высказывание «Я ничему не могу научить этого ученика, потому что он меня не любит»

1) принимаю полностью; 2) не принимаю; 3) заставляет задуматься.

44. Мысли о работе мешают мне уснуть

1) часто; 2) редко; 3) никогда не мешают.

45. На собраниях и педсоветах я

1) часто выступаю по волнующим меня вопросам;

2) иногда выступаю по волнующим меня вопросам;

3) предпочитаю слушать других.

46. Я считаю, что учитель может повысить голос на ученика

1) нет; 2) затрудняюсь ответить; 3) да.

47. Люди, не сумевшие реализовать свои возможности, сами виноваты в этом

1) да; 2) в некоторых случаях; 3) нет.

48. Ситуации, когда мне не удается выполнить всю возложенную на меня работу, бывают

1) крайне редко; 2) время от времени; 3) часто.

49. Во время каникул я испытываю потребность в общении с учениками

1) да; 2) нет; 3) иногда.

50. Я нахожу в себе достаточно сил, чтобы справиться с трудностями

1) редко; 2) обычно; 3) всегда.

51. Мне приходилось выполнять приказы людей не вполне компетентных

1) да; 2) не помню; 3) нет.

52. Непредвиденные ситуации на уроках

- 1) можно эффективно использовать;
- 2) лучше игнорировать;
- 3) только мешают учебному процессу.

53. Большинство неудач в моей жизни происходило по моей собственной вине

- 1) да; 2) не всегда; 3) нет.

54. Я получаю удовольствие от работы

- 1) да; 2) временами; 3) нет.

55. В конфликте между учителем и учеником я в душе встаю на сторону

- 1) ученика; 2) учителя; 3) сохраняю нейтралитет.

56. В начале или конце учебного года у меня проблемы со здоровьем

- 1) как правило; 2) не обязательно; 3) проблем со здоровьем нет.

57. Мои ученики относятся ко мне с симпатией

- 1) да; 2) не все; 3) не знаю.

58. Требования начальства не вызывают у меня протеста, даже если я считаю их необоснованными

- 1) вызывают; 2) не знаю; 3) не вызывают.

59. Успех зависит от способностей и трудолюбия, а не от удачного стечения обстоятельств

- 1) да; 2) затрудняюсь ответить; 3) нет.

60. Руководство обычно принимает и поддерживает мои идеи

- 1) да; 2) иногда; 3) нет.

Преобладание одного из трех вариантов ответа (более пяти выборов) в каждой из шести шкал дает основание отнести поведение учителя, его чувства и реакции к определенной группе, обобщенные характеристики которой представлены в «Комментариях и интерпретации». Чем больше балл, тем выше степень соотнесения с интерпретацией. Если в двух столбцах из трех набрано одинаковое количество баллов (например, по четыре или по пять), значит, поведение сочетает признаки двух групп. Это может свидетельствовать о том, что поведенческие установки учителя окончательно не сформированы, он только ищет свой неповторимый профессиональный почерк. Другая возможная причина – разнообразие поведенческих стереотипов. В любом случае работа с методикой поможет оценить наличную модель профессионального поведения и выбрать оптимальную.

КОММЕНТАРИИ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

1. ПРИОРИТЕТНЫЕ ЦЕННОСТИ

Профессионально важные качества учителя – любовь к детям, стремление понять и помочь. Если общение с детьми не является приоритетной ценностью учителя, ему не стоит рассчитывать на любовь и доверие детей, даже если он прекрасно знает свой предмет и методику преподавания.

1.1. Преобладание первого варианта говорит об особой значимости для учителя интересов и проблем школьников. В основе отношений лежит безусловное принятие учеников, которые безошибочно чувствуют человека, готового отстаивать их интересы, и платят ему доверием и любовью. На уроках такого учителя ученики чувствуют себя в безопасности и комфорте. Благоприятная эмоциональная обстановка

дает возможность плодотворной работы и сохраняет психическое здоровье как учителя, так и учеников.

1.2. Преобладание второго варианта говорит об особой значимости для учителя его отношений с коллегами, об ориентации на их мнение, что может свидетельствовать о групповой зависимости, которая нередко объясняется низкой самооценкой. Учителя мало интересует внутренний мир ученика. В отношениях с таким учителем ученики ведут себя настороженно, напряженно, не видят в нем союзника. Отношения в лучшем случае не носят личностной окраски или пронизаны чувством недоверия и отчуждения.

1.3. Преобладание третьего варианта говорит о «самодостаточности» учителя, концентрации на своих переживаниях и проблемах. В отношениях с коллегами и учениками преобладает сдержанность, отчужденность, которая может быть вызвана как личностными особенностями, так и неблагоприятным психоэмоциональным состоянием (избегание контактов, вызванное усталостью и нервным истощением). Возможно, круг интересов учителя не исчерпывается школьными проблемами, есть и другие возможности самореализации. Нередко в этом случае человек ищет опору в себе и вне школы.

2. ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

Особенности поведения и восприятия учителя во многом обусловлены состоянием его нервной системы. При информационных и эмоциональных перегрузках, характерных для работы в школе, возможны нарушения двигательного и речевого поведения учителя, проблемы со здоровьем.

2.1. Преобладание первого варианта говорит о неблагоприятном психоэмоциональном состоянии учителя. Его главные признаки: острая реакция на раздражающие факторы; низкая эмоциональная устойчивость; склонность к тревоге; трудности социальной адаптации; наличие психосоматической симптоматики; сниженные результаты при исследовании интеллекта. В отдельных случаях преобладание первого варианта может быть вызвано стремлением преувеличить свои проблемы.

2.2. Преобладание второго варианта или присутствие в равной степени всех трех вариантов ответов позволяет предположить нестабильность психоэмоционального состояния учителя, которое, как правило, определяется тремя факторами в их различных сочетаниях: врожденная повышенная чувствительность нервной системы; неблагоприятное стечение обстоятельств; личностные особенности, определяющие неадекватную реакцию на них.

2.3. Преобладание третьего варианта говорит о благополучном психоэмоциональном состоянии, которое определяет эффективность работы учителя, дает возможность не терять самообладания в экстремальных ситуациях и принимать верные решения. Эмоциональная стабильность, предсказуемость и работоспособность учителя благотворно влияют на психологический климат в школе, если только человек не стремится преуменьшить свои проблемы.

3. САМООЦЕНКА

Самооценка, или самовосприятие – это оценка человеком самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Представления учителя о принципах преподавания, вся его «личная педагогическая философия» во многом определяются его самооценкой.

3.1. Предпочтение первого варианта говорит о позитивном самовосприятии, свойственном человеку, в полной мере реализующему свои возможности. Учителям, обладающим позитивным самовосприятием, легко создавать на уроке атмосферу живого общения, вступая с учащимися в тесные контакты и оказывая им психологическую поддержку. Они доверяют людям и ждут от них дружелюбия, а не враждебности; ученика воспринимают как личность, заслуживающую уважения. Благодаря таким учителям возможно личностное развитие школьников.

3.2. Преобладание второго варианта, а также наличие в равной степени всех трех вариантов ответов говорит о неустойчивой самооценке, которая может меняться в зависимости от ситуации. При удачном стечении обстоятельств человек с неустойчивой самооценкой испытывает эмоциональный и творческий подъем. В эти моменты учитель преображается: он раскован, уверен в себе, у него все получается. Снижение самооценки в «полосе неудач» негативно влияет на эффективность взаимодействия с окружающими, затрудняя решение профессиональных и жизненных проблем.

3.3. Преобладание третьего варианта свидетельствует о негативном самовосприятии. Такому человеку трудно вступать в свободное общение с другими. Ему свойственно принижать значение личности другого человека точно так же, как и своей, поэтому он стремится повысить свою самооценку, нередко за счет учеников. Переход на неформальный стиль преподавания, требующий от него большого интеллектуального, эмоционального и нравственного напряжения, обнажает уязвимые места, создает угрозу внутренней согласованности учителя.

4. СТИЛЬ ПРЕПОДАВАНИЯ

На формирование стиля оказывает влияние целый ряд факторов: личностные особенности, жизненные установки, опыт. Стиль преподавания может способствовать эффективности работы учителя или осложнять выполнение учителем своих профессиональных обязанностей.

4.1. Преобладание первого варианта ответов говорит о демократическом стиле учителя. Учитель привлекает учеников к принятию решений, прислушивается к их мнению, поощряет самостоятельность суждений, учитывает не только успеваемость, но и личностные качества учеников. Основные методы воздействия: побуждение, совет, просьба. Удовлетворенность своей профессией, гибкость, высокая степень принятия себя и других, открытость и естественность в общении, доброжелательный настрой, способствующий эффективности обучения.

4.2. Преобладание второго варианта ответа указывает на черты либерального, или «попустительского» стиля. Такой учитель уходит от принятия решений, передавая инициативу ученикам, коллегам, родителям. Организацию и контроль работы учащихся ведет без системы, проявляет нерешительность, испытывает чувство зависимости от учащихся. Для такого учителя характерна низкая самооценка, чувство тревоги и неуверенности в себе, низкий жизненный тонус, неудовлетворенность своей работой.

4.3. Преобладание третьего варианта говорит об авторитарных тенденциях. Учитель использует свои права, не считаясь с мнением детей и требованиями ситуации. Главные методы воздействия – приказ, поучение. Для такого учителя характерна низкая удовлетворенность

профессией, хотя он может иметь репутацию «сильного педагога». Но на его уроках дети чувствуют себя неуютно, теряют активность и самостоятельность, их самооценка падает. Возможны конфликтные ситуации. Авторитарный стиль в чистом виде представляет собой стрессовую воспитательную стратегию.

5. УРОВЕНЬ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ

Уровень субъективного контроля показывает, какую меру ответственности за наши отношения с людьми и факты нашей жизни мы готовы взять на себя. Профессия учителя требует готовности отвечать за другого человека, иногда ценой своего душевного комфорта и личного времени.

5.1. Преобладание первого варианта говорит о высоком уровне субъективного контроля. Люди с высоким уровнем субъективного контроля принимают на себя ответственность за все, что происходит в их жизни, объясняя это своим характером и поступками, а не внешними обстоятельствами (помощь или препятствия со стороны людей и обстоятельств). Такие люди не склонны подчиняться давлению других, остро реагируют на посягательства на личную свободу, обладают высокой поисковой активностью и уверенностью в себе.

5.2. Наличие в равной степени всех трех вариантов или преобладание второго говорит о недостаточной сформированности ответственности за сложившиеся отношения и обстоятельства своей жизни.

5.3. Преобладание третьего варианта говорит о сниженном уровне субъективного контроля. Люди с низким уровнем субъективного контроля склонны приписывать ответственность за события своей жизни, как счастливые, так и несчастные, другим людям, случаю,

судьбе. Есть прямая зависимость между уровнем субъективного контроля учителя и степенью его удовлетворенности своей профессиональной деятельностью. Учителя, имеющие низкий уровень субъективного контроля, более других подвержены феномену «сгорания».

6. УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ТРУДОМ

Удовлетворенность трудом – общее понятие, отражающее степень душевного благополучия профессионала. удовлетворенность трудом зависит от интереса к своей работе, личностных качеств человека, психологического климата в коллективе, условий работы, профессиональной успешности.

6.1. Преобладание первого варианта говорит о высокой степени удовлетворенности своим трудом, проявляющейся в интересе к процессу и результатам своей деятельности; конструктивных взаимоотношениях с коллегами и руководством, основанных на взаимоуважении. Уровень притязаний человека, удовлетворенного своим трудом, соответствует уровню его профессиональных достижений.

6.2. Наличие в равной степени всех трех вариантов или преобладание второго говорит о недостаточной удовлетворенности человека своим трудом, низкой профессиональной мотивации, слабом интересе к процессу и результатам своей профессиональной деятельности, трудностях трудовой адаптации.

6.3. Преобладание третьего варианта говорит о неудовлетворенности человека своим трудом, проявляющейся в отсутствии интереса к своей работе, демотивации, невозможности полноценной профессиональной самореализации на данном рабочем месте, проблемах трудовой адаптации.

Конечно, каждый человек неповторим, и поведение его невозможно до конца «просчитать» с помощью самых хитроумных тестов. Такая цель и не ставилась. Задача данной методики — дать учителю «информацию к размышлению» — информацию не всегда приятную, порой не соответствующую собственным представлениям о себе и потому вызывающую раздражение. Человеку, способному быть объективным и критичным не только к своим ученикам, но и к себе самому, она поможет осознать свои сильные и слабые стороны и полностью реализовать свой творческий потенциал.

Г.В. Резапкина

***Москва, Академия социального управления,
Федеральный институт развития образования***

ПСИХОДИАГНОСТИКА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ. ОПЫТ МОДИФИКАЦИИ МЕТОДИКИ ДЖ. ХОЛЛАНДА «ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ТИПА ЛИЧНОСТИ»

Психологическая диагностика профессиональных интересов, склонностей и способностей является важным компонентом профориентационной работы, однако большинство профориентационных опросников были разработаны еще в 80-х годах прошлого века.

За двадцать с лишним лет резко поменялась наша жизнь, появилось множество новых реалий, поэтому вопросы «нравится ли тебе работать в штормовую погоду на реке или море», «интересоваться выполнением плана народного хозяйства», «работать на химическом производстве», «следить за качеством грампластинок», «работать на пирующей