

## К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА

**Ю. В. Казакова**

Профессия педагога относится к древнейшим из существующих профессий, и во все времена к педагогу предъявлялись более высокие требования, чем к представителю любой другой профессии. Профессия педагога относится к типу «человек - человек», что автоматически увеличивает количество личностных качеств, необходимых для соответствия профессиональному портрету специалиста. Кроме того, требования к личности педагога возрастают по той причине, что деятельность педагога, его личность, выбранные им методы работы активно влияют на личность обучающихся и участвуют в формировании их личностных качеств. Как пишет Столяренко А. М.: «Только личность может формировать личность».

Столь высокая ответственность за формирование личности обучающихся сопровождается напряжением эмоционального состояния педагога. Кроме того, глобальный научно-технический прогресс последних десятилетий и неблагоприятная для педагога социально-экономическая обстановка в стране (а именно: низкий статус профессии, низкая заработная плата и др.) повышают вероятность нервных срывов и стрессовых состояний педагогов. Это неблагоприятно сказывается на личности педагога, провоцирует развитие деформаций личности.

Но не только высокая эмоциональная напряженность и стрессы деформируют личность. Добросовестный педагог всегда стремится максимально овладеть профессией, стать профессионалом своего дела. По А. К. Марковой профессионал – это специалист, овладевший высокими уровнями профессиональной деятельности, сознательно изменяющий и развивающий себя в ходе осуществления труда, вносящий свой индивидуальный творческий вклад в профессию, нашедший свое индивидуальное предназначение (профессионал – это специалист на своем месте), стимулирующий в обществе интерес к результатам своей профессиональной деятельности и повышающий престиж своей профессии в обществе.

Таким образом, стремление педагога стать профессионалом включает в себе большое количество положительных моментов как непосредственно для профессиональной деятельности, так и для личности самого специалиста. Но вместе с тем освоение личностью профессии неизбежно сопровождается изменениями в структуре ее личности, когда, с одной стороны, происходит усиление и интенсивное развитие качеств, которые способствуют успешному осуществлению деятельности, а, с другой, изменение, подавление или даже разрушение структур, не участвующих в этом процессе. Если эти профессиональные изменения расцениваются как негативные, т.е. нарушающие целостность личности, снижающие ее адаптивность и устойчивость, то их следует рассматривать как профессиональные деформации.

Современные психологи уделяют много внимания исследованию психологического феномена деформации специалистов различных видов профессиональной деятельности, в том числе педагогов. Профессионально-личностные деформации снижают качество преподавательской деятельности, невротизируют личность учащихся и самих работников сферы образования, мешают проявлению профессионально значимых качеств личности, препятствуют внедрению в учебно-воспитательный процесс идей личностно ориентированного образования и помогающей психологии.

В литературе, посвященной профессионализации, описаны формы проявления деформаций. В самом общем случае профессиональные деформации – это нарушение уже усвоенных способов деятельности, сформированных профессиональных качеств, появление стереотипов профессионального поведения и психологических барьеров при освоении новых профессиональных технологий, новой профессии или специальности. Это также изменения структуры личности при переходе от одной стадии профессионального становления к другой [1].

А. К. Маркова выделяет следующие тенденции профессиональных деформаций:

- отставание, замедление профессионального развития сравнительно с возрастными и социальными нормами;
- низкая профессиональная мобильность, неумение приспособиться к новым условиям труда и дезадаптация;
- рассогласованность отдельных звеньев профессионального развития, когда одна сфера как бы забегает вперед, а другая отстает (например, мотивация к профессиональному росту есть, но мешает отсутствие целостного профессионального сознания);
- ослабление ранее имевшихся профессиональных данных, профессиональных способностей, профессионального мышления;
- искаженное профессиональное развитие, появление ранее отсутствовавших негативных качеств, отклонение от социальных и индивидуальных норм профессионального развития, меняющих профиль личности;
- появление деформаций личности. Например, эмоционального истощения и выгорания, а также ущербной профессиональной позиции;
- прекращение профессионального развития из-за профессиональных заболеваний или потери трудоспособности [2].

Э. Ф. Зеер выделил такие формы профессиональных деформаций, как *профессиональные акцентуации* и *профессиональные стагнации*. Профессиональные акцентуации – это чрезмерная выраженность одних качеств и атрофирование других качеств, что отрицательно сказывается на деятельности и поведении человека. Это возникает в процессе успешного выполнения деятельности, что определяет группу профессионально важных качеств, используемых годами, и группу профессионально нежелательных качеств, которая подавляется.

Профессиональные стагнации – это «застои» в профессиональном развитии человека, обусловленные тем, что многолетнее выполнение профессиональной деятельности не может постоянно сопровождаться ее совершенствованием и непрерывным профессиональным развитием личности. На начальных стадиях профессионализации эти периоды недолговременны, но на последующих стадиях они могут продолжаться достаточно долго: год и более.

Таким образом, профессиональные деформации нарушают целостность личности, снижают ее адаптивность, устойчивость, отрицательно сказываются на продуктивности деятельности. Обобщенно причинами возникновения деформаций можно назвать условия труда и возраст. Подробнее факторы, определяющие деформацию личности, раскрыл Э. Ф. Зеер. Все многообразие факторов он разделил на три группы:

- 1) объективные, связанные с социально-профессиональной средой;
- 2) субъективные, обусловленные особенностями личности и характером профессиональных взаимоотношений;
- 3) объективно-субъективные, порождаемые системой и организацией профессионального процесса, качеством управления, профессионализмом руководителей.

Далее Э. Ф. Зеер выделил психологические условия деформаций личности, порождаемые этими факторами, а именно: *мотивы выбора профессии* – как осознаваемые (социальная значимость, имидж, творческий характер, материальные блага), так и неосознаваемые (стремление к власти, доминированию, самоутверждению); *деструкции ожидания* – несоответствие профессиональной реальности ожиданиям на стадии вхождения в самостоятельную профессиональную жизнь; *стереотипизация* осуществления профессиональных функций; разные формы *психологической защиты*; *эмоциональная напряженность* профессионального труда; *стагнации* профессионального развития; *снижение уровня интеллекта*; возрастные изменения, связанные со *старением* и др. [1].

Так как человеческий организм – это целостная и устойчивая структура, то при достижении определенного уровня напряжения организм начинает пытаться защищать себя. Это проявляется в неосознаваемом или осознаваемом желании как бы уменьшить или формализовать время взаимодействия с коллегами по работе, с обучающимися. Такой способ психологической защиты учеными называется синдром "эмоционального выгорания".

Основная причина синдрома выгорания – это несоответствие между личностью и работой. Прежде всего, это несоответствие между требованиями, предъявляемыми к работнику, и его реальными возможностями. В результате возникает стресс, происходит ухудшение качества работы, может произойти разрыв взаимоотношений с коллегами.

Часто синдром вызывается несоответствием между стремлением работников иметь большую степень самостоятельности в своей работе, определять способы и методы достижения тех результатов, за которые они несут ответственность, и жесткой, нерациональной политикой администрации в организации рабочей активности и контроля за ней. Результат такого тотального контроля – возникновение чувства бесполезности своей деятельности и отсутствие ответственности.

Рассматривая поведенческие проявления, то есть симптомы "выгорания", можно подчеркнуть очевидную связь этого феномена со стрессом. При "эмоциональном сгорании" налицо все три фазы стресса: нервное напряжение; сопротивление, во время которого человек пытается более или менее успешно оградить себя от неприятных впечатлений; истощение, характеризующееся оскудением психических ресурсов, снижением эмоционального тонуса, которое наступает вследствие того, что проявленное сопротивление оказалось неэффективным.

Таким образом, мы определили основные факторы профессиональных деформаций специалиста. Это стереотипы мышления и деятельности, социальные стереотипы поведения, отдельные формы психологической защиты. Образование деформации инициируется профессиональной стагнацией специалиста, а также акцентуацией черт характера. Но главным фактором развития деструкции является сама профессиональная деятельность.

У некоторых ученых сложились весьма пессимистичные умозаключения относительно неизбежности профессиональных деформаций личности, в частности синдрома "эмоционального выгорания" у профессионалов в сфере общения. Они заявляют, что феномен возникнет непременно, это является только вопросом времени.

Тем не менее, можно попытаться предпринять профилактические шаги, которые предотвратят, ослабят или исключат данный феномен. Специалисты дают определенные рекомендации, с помощью которых работники различных видов профессиональной деятельности могут самостоятельно предотвратить появления деформаций личности или уменьшить их. Приведем некоторые из них.

**1) Определение краткосрочных и долгосрочных целей.** Это не только обеспечивает обратную связь, свидетельствующую о том, что человек находится на правильном пути, но и повышает долгосрочную мотивацию. Достижение краткосрочных целей - успех, который повышает степень самовоспитания.

**2) Использование "тайм-аутов".** Для обеспечения психического и физического благополучия очень важны "тайм-ауты", т.е. отдых от работы и других нагрузок. Иногда необходимо "убежать" от жизненных проблем и развлечься, нужно найти занятие, которое было бы увлекательным и приятным.

**3) Овладение умениями и навыками саморегуляции.** Овладение такими психологическими умениями и навыками, как релаксация, идеомоторные акты, определение целей и положительная внутренняя речь способствуют снижению уровня стресса, ведущего к "выгоранию". Например, определение реальных целей помогает сбалансировать профессиональную деятельность и личную жизнь.

**4) Профессиональное развитие и самосовершенствование.** Одним из способов предохранения от профессиональной деформации личности является обмен профессиональной информацией с представителями других служб. Вообще, сотрудничество даёт ощущение более широкого мира, чем тот, который существует внутри отдельного коллектива. Для этого существуют различные курсы повышения квалификации, всевозможные профессиональные, неформальные объединения, конференции, где встречаются люди с опытом, работающие в других системах, где можно поговорить, в том числе и на отвлеченные темы.

**5) Эмоциональное общение.** Когда сотрудник анализирует свои чувства и ощущения и делится ими с другими, вероятность "выгорания" значительно снижается, или этот процесс не так явно выражен. Поэтому рекомендуется, чтобы сотрудники в сложных рабочих ситуациях обменивались мнениями с коллегами и искали у них профессиональной поддержки. Если работник делится своими отрицательными эмоциями с коллегами, те могут найти для него разумное решение возникшей у него проблемы.

**6) Поддержание хорошей спортивной формы.** Между телом и разумом существует тесная взаимосвязь. Хронический стресс воздействует на человека, поэтому очень важно поддерживать хорошую спортивную форму с помощью физических упражнений и рациональной диеты. Неправильное питание, злоупотребление спиртными напитками, табаком, уменьшение или чрезмерное повышение массы тела усугубляют проявление профессиональных деформаций личности.

Если профессиональная деформация является уже неотъемлемым атрибутом личности педагога, то возникает необходимость профессиональной психологической помощи.

## Литература

1. Зеер Э. Ф. Психология профессий. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2005. – 336 с.
2. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М., 1993.
3. Ладзина Н. Профессиональная деформация личности и можно ли ее избежать // Психология. – 2002. - № 8. – с. 116 – 122.
4. Климов Е. А. Психология профессионала. – НПО «Модекс», 1996.