

## ПЕДАГОГИКА

*Неретина Татьяна Геннадьевна*

канд. пед. наук, доцент

*Клевесенкова Светлана Викторовна*

старший преподаватель

ГОУ ВПО «Магнитогорский государственный  
технический университет им. Г.И. Носова»

г. Магнитогорск, Челябинская область

### **К ВОПРОСУ О ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ПЕДАГОГОВ**

*Аннотация:* в статье рассмотрены проявления и причины профессиональной деформации личности педагога. Приведены уровни, приемы и технологии доступной комплексной профилактики профессиональной деформации личности педагогов.

*Ключевые слова:* профессиональная деформация, технологии коррекции, средства профилактики, комплексная профилактика.

Профессиональная деформация личности, это изменение качеств личности (стереотипов восприятия, ценностных ориентаций, характера, способов общения и поведения), которые наступают под влиянием длительного выполнения профессиональной деятельности и негативно влияют на нее. Самое большое влияние профессиональная деформация оказывает на личностные особенности представителей тех профессий, работа которых связана с людьми, среди них чиновники, руководители, педагоги, психологи, учителя, военнослужащие, полицейские, медицинские работники. Степень выраженности профессиональной деформации педагога определяется стажем работы, содержанием педагогической деятельности и индивидуально-психологическими особенностями личности. С увеличением стажа работы и возраста педагога неизбежно происходит: накопление уста-

лости, нарастание тревожных переживаний, снижение настроения, вегето-сосудистые расстройства, поведенческие срывы. Во многих исследованиях отмечается, что профессиональные деформации неизбежны, но при использовании разнообразных личностно ориентированных технологий коррекции (в том числе артпедагогические технологии) и средств профилактики, возможно, их преодоление. Многие авторы подчеркивают, что компетентность педагога и профессиональная деформация взаимообусловлены: с одной стороны, развитие профессиональной деформации снижает уровень профессиональной компетентности, с другой – высокий уровень компетентности способствует коррекции профессиональных деформаций [2].

К наиболее популярным приемам профилактики профессиональной деформации относят: 1) повышение компетентности (социальной, психологической, общепедагогической, предметной); 2) прохождение тренингов личностного и профессионального роста; 3) рефлекссию профессиональной биографии и разработку альтернативных сценариев дальнейшего личностного и профессионального роста; 4) овладение приемами, способами саморегуляции эмоционально-волевой сферы и самоанализа; 5) использование инновационных форм и технологий обучения; 6) участие в профессиональных конкурсах, олимпиадах, смотрах; 7) усвоение нового, учебного предмета и преподавание его; 8) индивидуальную работу с психологом в форме консультирования, психотерапии, психокоррекции [1].

Комплексная профилактика и коррекция процесса профессиональной деформации личности педагога включает в себя четыре уровня: 1) телесный (занятия спортом, физические упражнения, ходьба, плавание, танцы, занятие йогой и т. д.); 2) эмоциональный (искусство, культура, музыка, поэзия, аутотренинг и др.); 3) смысловой (переосмысление своей профессиональной деятельности, коррекция негативного отношения к работе, формирование позитивного образа педагога и т. п.); 4) поведенческий (устранение стереотипов профессиональных действий, освоение новых более адаптивных и результативных форм поведения на работе).

Помимо вышеописанных способов, в литературе описаны эффективные приемы снятия стресса и профессиональной усталости, среди которых особое внимание уделено использованию средств природы и систематическое принятие банных процедур. В многочисленных исследованиях отмечено значительное терапевтическое влияние, которое оказывает на организм человека природа, в частности природные запахи, тактильные ощущения, природные цвета, звуки, общение с лесом, водной стихией, камнями, животными, землей, растениями и т. п. Известны и востребованы в настоящее время следующие виды природной терапии: дельфинотерапия, ипотерапия, гидротерапия, грязелотерапия, камнетерапия, кристаллотерапия, климатотерапия, аэротерапия, гелиотерапия, талассотерапия, криотерапия, фелинотерапия, галотерапия, анималотерапия, канистотерапия, орнитотерапия, аквариумная терапия, гарденотерапия, терренкур, парафинотерапия, апитерапия и др. Описано и доказано, что систематическое посещение бани благоприятно воздействуют на физическое тело, что, в свою очередь, приводит к психическому расслаблению, успокоению, «очищению» и т. п. [2]. В организме человека при правильном применении банных процедур происходят биологические и психофизиологические процессы, связанные с успокоением психики, расслаблением всего тела, умиротворением, отключением от забот, хлопот, проблем.

Таким образом, мы считаем, что педагогам необходимо помнить о неизбежности профессиональной деформации и своевременно уделять время ее профилактике.

### ***Список литературы***

1. Ахметова Г.К. Профессиональные деформации личности педагога: теоретические основы и профилактика / Ахметова Г.К. – Алматы: Қазақ университет, 2012. – 102 с.
2. Неретина Т.Г. Использование артпедагогических технологий в коррекционной работе / Т. Г. Неретина, С. В. Клевесенкова. – М.: Флинта: Наука, 2013. – 276 с.