

*Гришанович Татьяна Викторовна*

*Детский дом № 11 для детей с ограниченными возможностями здоровья*

*Фрунзенского района Санкт-Петербурга*

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ ПЕДАГОГОВ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ПСИХОГЕННЫХ НАРУШЕНИЙ

Известно, что специалисты «помогающих профессий», которые вовлечены в непрерывный прямой контакт с другими людьми, в том числе и педагоги, могут испытывать и часто испытывают состояния физического, эмоционального и интеллектуального истощения как следствие рабочих перегрузок и стрессов. Педагоги в детском доме подвержены таким перегрузкам, пожалуй, в самой большой степени. Это объясняется наличием и особой выраженностью профессиональных стрессоров:

- повышенными эмоциональными нагрузками;
- высоким риском развития психогенных нарушений (дидактогений и матетогений);
- необходимостью интенсивно общаться, причем общение часто носит принудительный характер;
- информационными перегрузками;
- постоянными экстремальными перегрузками;
- повышенной ответственностью за жизнь и за судьбу воспитанников;
- разорванностью рабочего дня, необходимостью работать в общевыходные и праздничные дни.

В связи с этим у педагогов могут наблюдаться такие нарушения, как



- синдром психофизического истощения (хроническая усталость, головная боль, пониженный фон настроения вплоть до субдепрессии, обострение хронических заболеваний, раздражительность и нарастающие конфликты в семье),
- синдром редукции профессиональных достижений (работа не приносит удовольствия, результативность снижена, не хочется идти на работу, учащаются конфликты с коллегами и воспитанниками),
- синдром деперсонализации – личностных изменений (ощущение несостоятельности, бессмысленности жизни, отсутствие перспектив, высокая агрессивная готовность, вероятность появления деструктивного и аутодеструктивного поведения).

С целью поддержания здорового психологического климата в коллективе и минимализации разрушительного воздействия профессиональных стрессоров на педагогов психологом совместно с администрацией проводится работа по таким направлениям, как:

1. Развитие групповой сплоченности и здоровой корпоративной культуры.
2. Активизация деятельности профессионального сообщества
3. Профессиональное обучение.
4. Психопрофилактика.
5. Самоменеджмент.

Известно, что человек может переносить значительный стресс без повышенного риска развития психического или соматического заболевания, если он получает адекватную поддержку. Разрешить профессиональные затруднения, проанализировать эффективность своих действий по отношению к воспитанникам, оценить цели и переосмыслить свои реакции в сложных ситуациях, посмотреть со стороны на проблему и найти новые решения позволяет супервизия. В процессе индивидуальной супервизии используются такие методические приемы, как наблюдение, анализ, обсуждение, обратная

связь, рекомендации, что помогает педагогу лучше осознать цели и направления своей работы, осознать ошибки и получить адекватную поддержку. В рамках методического объединения педагогов детского дома проводится работа по типу балинтовской группы, когда сложные педагогические ситуации обсуждаются всеми участниками воспитательного процесса.

Кроме того, психолог проводит цикл групповых занятий под общим названием «Психологическая безопасность воспитательного процесса».

Цель:

- помочь участникам усвоить базовые навыки взаимодействия с воспитанниками,
- осознать свою позицию в общении с детьми,
- научиться поддерживать воспитанников с разным типом характера, разными проблемами и стилями поведения,
- почувствовать свою ответственность за свои профессиональные проблемы.

Здесь же происходит обучение навыкам саморегуляции, поскольку сильна эмоциональная вовлеченность; способам взаимодействия с ребенком в различных эмоционально заряженных ситуациях.

Тематический план групповых занятий для педагогов

	Тема встречи	Задачи	Формы работы
1	Ненасильственное взаимодействие	Осознание деструктивной роли психологического насилия во взаимодействии людей	Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры
2	Техники обеспечения психологической безопасности в педагогическом общении	Овладение эффективными педагогическими технологиями с использованием психологической составляющей	Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры
3	Сотрудничество	Децентрация позиции педагога Усвоение базовых навыков	Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры

		взаимодействия	
4	Самостоятельность и ответственность		Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры
5	Конфликты и их разрешение	Повышение степени осознанности собственного поведения Выработка эффективных моделей поведения	Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры
6	Профилактика нарушения психологического здоровья участников воспитательного процесса	Усвоение практических навыков психологически безопасного поведения	Мини-лекция Рабочие тетради Упражнения и игры

В дополнение к этим занятиям проводится также система групповых консультаций для педагогов.

#### Тематический план групповых консультаций для воспитателей

	Тема встречи	Задачи	Формы работы
1	Техники слушания Похвала Поддержка	Расширение навыков диалогического общения	Рабочие тетради Обсуждение
2	Возрастные и индивидуальные особенности подростков Акцентуации характера	Ознакомление с теоретическими основами современных знаний по данной теме для использования их в практической работе	Рабочие тетради
3	Индивидуальные особенности педагога и его стиль воспитания	Активизация процессов самопознания, развитие психологической компетентности	Тестирование Рабочие тетради
4	Конфликт и его причины	Ознакомление с теоретическими основами современных знаний по данной теме для использования их в практической работе	Рабочие тетради

Основные условия нормального психосоциального развития ребенка-сироты – это спокойная и доброжелательная обстановка, нравственная атмосфера и характер взаимоотношений между сотрудниками и детьми, что в значительной степени определяется корпоративной культурой и психоэмоциональным

состоянием педагогов. Именно поэтому мы считаем целесообразным такое большое внимание уделять работе с педагогами. Изменения психологического климата, происходящие в результате, заметны довольно быстро. Для устойчивых положительных результатов требуется долговременная систематическая работа.

Список литературы.

1. Баева И.А.. Тренинги психологической безопасности в школе. СПб., 2002
2. Лещинский В.М., Кульневич С.В. Учимся управлять собой и детьми. М., 1995.
3. Маркова А.К.. Психология труда учителя. М.,1993.
4. [www.yspu.yar.ru](http://www.yspu.yar.ru)

