

Перегончук Н.В.

*Університет менеджменту освіти
НАПН України*

ПРОФЕСІЙНА АДАПТАЦІЯ Й ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК ПЕДАГОГА

У статті розглянуто зміст, структуру та функції професійної адаптації педагогів. Досліджено психологічні проблеми, що виникають у процесі її управління (недостатній рівень забезпечення, власне, професійної та соціально-психологічної адаптації педагогів, виражені ознаки дезадаптації), фактори, що впливають на ефективність професійної адаптації вчителів.

Ключові слова: *адаптація, адаптаційний потенціал, адаптаційні здібності, професійна адаптація, адаптаційний процес, управління професійною адаптацією, психологічні фактори управління професійною адаптацією педагога.*

Постановка проблеми

Одним із найважливіших кроків у професійно-особистісному розвитку педагога є етап професійної адаптації. В умовах значних соціально-економічних та інформаційно-технологічних змін, що відбуваються у нашій країні сьогодні, проблема адаптації особистості виступає на перший план. Це відображається і на педагогічних працівниках, які теж мають швидко реагувати на соціальні зміни, що відбуваються у суспільстві, вносити зміни в зміст навчання, знаходити нові форми взаємодії. Проблема адаптації педагога — одна з найважливіших загальнотеоретичних проблем, яка є дотепер дискусивною. З одного боку, вона досліджена досить широко, а з іншого — недостатньо, але все ж залишається досить актуальною.

Аналіз літератури свідчить про те, що психологічні проблеми адаптації педагога до роботи в школі в різних аспектах вивчали В.Зубченко, С.Максименко, О.Мороз, С.Овдей, М.Педаяс, В.Семиченко, В.Сластьонін, О.Солодухова, А.Супрун, Н.Чайкіна, Л.Шубіна, Т.Яценко та ін.

У сучасній психолого-педагогічній літературі немає єдиного підходу до поняття «адаптація». Частина вчених визначає адаптацію як процес набуття знань, умінь і навичок, необхідних для професійної діяльності і досягнення результативності праці в оптимально короткий період. Інші інтерпретують професійну адаптацію з формуванням важливих якостей особистості, необхідних для певної діяльності.

Аналіз науково-методичної літератури дає змогу визначити професійну

адаптацію педагога як процес активного пристосування до нових умов праці, входження в систему багатосторонньої діяльності, спілкування: взаємодії з педагогічним (батьківським, учнівським) колективом, набуття його ціннісних орієнтацій, досягнення високого рівня успішності та задоволеності в діяльності. Професійна адаптація залежить не тільки від знань, сформованості професійних умінь і навичок, а й від наявності ряду професійно значимих особистісних якостей.

Виклад основного матеріалу

Першими розпочали вивчати адаптацію біологи, які відзначили її з точки зору пізнання світу. Поняття «адаптація» відображає загальну властивість живих організмів, живої матерії пристосовуватися до змін навколишнього середовища. Метою адаптації є потреба у досягненні двох протилежних цілей: злиття із соціумом та виділення свого «Я» як автономної одиниці. Адаптація є передумовою соціальної активності і водночас — показником рівня її розвитку. Важливий фактор, який впливає на адаптаційний процес, — умови життя та діяльності. Професійна адаптація характеризується не тільки пристосуванням, а й входженням до активної діяльності. Для молодого фахівця професійна адаптація — це засвоєння професійних і соціальних функцій, активне включення в життя трудового колективу.

Професійна робота педагога є однією з найінтенсивніших видів соціальної діяльності. Адаптацію педагога розглядають у контексті системного підходу дослідження професійної діяльності [4; 5] і розуміють як процес активної взаємодії особистості педагога і професійного середовища, спрямованих на підтримку їх динамічної рівноваги за принципом гомеостазу. У процесі адаптації виділяють високий і низький рівні; рівні адаптації до макро- і мікросередовища, до себе самого; фізіологічний, особистісний, соціальний, кліматичний, особистісно-психологічний, соціально-побутовий, рівень міжособистісного спілкування; рівень адаптації до педагогічної системи, зовнішній (навчання новим зразкам та способам поведінки) і внутрішній (прийняття нових форм поведінки та поглядів), власне, адаптивний і дезадаптивний [2].

Адаптація педагога характеризується двома групами факторів:

- об'єктивними факторами професійної адаптації (професійно-педагогічне середовище);
- суб'єктивними факторами психолого-педагогічної адаптації (особистості педагога).

Професійна діяльність педагога — одна з найбільш показових видів діяльності, що яскраво демонструє взаємодію людини з соціальним середовищем. Робота педагога є найбільш відповідальною й інтенсивною. Порівняно з іншими професійними групами, у педагогів існує ризик виникнення дезадаптаційних процесів. Вони належать до групи ризику виникнення не тільки психологічних, а

й соматичних розладів, зокрема, синдрому «емоційного вигорання», емоційної нестійкості, дисгармонійних станів особистості. На цей процес можуть впливати такі фактори дезадаптації:

- низька соціальна захищеність, низький престиж професії;
- необхідність професійної і міжособистісної взаємодії;
- конфліктні ситуації;
- перевантаження інформацією тощо.

Про успішну адаптацію можна говорити лише тоді, коли педагог входить у професійне середовище без зайвого нервового напруження, без докладання зусиль.

Як вважав В.Мерлін, пристосування особистості можливе за умови, якщо людина вибирає не професійну спеціальність, а більш-менш широку галузь діяльності. Найбільше значення під час вибору сфери праці набувають не властивості особистості, які вона має на цей момент, а стосунки особистості. Оптимальне пристосування особистості до праці досягається лише у тому випадку, коли праця відповідає найбільш глибоким узагальненням, активним і стійким властивостям особистості. В.Мерлін виділяє два основних критерії такого пристосування: 1) рівень пристосування особистості до діяльності тим вищий, чим вона більше відповідає соціальним потребам, нормам; 2) рівень пристосування тим вищий, чим більше діяльність задовольняє особистість і сприяє її розвитку. Ці обидві ознаки пристосування пов'язані між собою. Якщо діяльність недостатньо успішна, то негативна оцінка може стати джерелом глибокого незадоволення особистості. Якщо особистість не задовольняє її діяльність, то це може призвести до низької продуктивності праці. Базовими характеристиками адаптованості педагога є його включеність у трудову діяльність, його емоційне самопочуття. І.Кряжева, О.Зотова визначають професійну адаптацію як складний, внутрішньо суперечливий процес встановлення працівника у різні структурні елементи професійного середовища для виконання ним певних соціальних функцій у колективі.

Б.Коган виділяє в процесі адаптації внутрішню адаптацію (повне внутрішнє пристосування індивіда до норм, звичаїв, поглядів поведінки суспільства;) зовнішню адаптацію (формальне пристосування, у поведінці при цьому зберігається внутрішня автономія і резерв), дійсна адаптація — успішне пристосування за рахунок зміни особистості [4].

Н.Лукашевич вбачає необхідність процесу взаємодії індивіда та професійного середовища у досягненні такої відповідності між ними, яка найбільшою мірою забезпечує ефективну працю, розвиток колективу, задоволення матеріально-побутовими і духовними потребами, а також всебічний розвиток особистості. Професійна адаптація — це процес освоєння характерних особливостей праці, умов праці.

Оскільки адаптація особистості є процесом взаємодії особистості та середовища, як об'єкт професійної адаптації визначається соціальна ситуація розвитку спеціаліста, тобто система відношень між спеціалістом та соціальною дійсністю. Це є певним поштовхом для всіх змін, які характеризують розвиток і визначають форми й напрямки саморозвитку та самовдосконалення педагога.

Отже, рушійною силою професійної адаптації педагога є виникнення протиріччя між професійно-педагогічною підготовленістю, соціальними і професійними очікуваннями особистості і реальними вимогами, конкретними умовами діяльності педагога, які знаходяться в ситуації постійної зміни, що обумовлено суспільною динамікою, соціальним розвитком.

Професійне середовище, як соціальна ситуація розвитку педагога, складається з чотирьох основних компонентів: психофізіологічних ускладнень професійної діяльності, психолого-педагогічних технологій; особливостей соціально-психологічного простору та професійних вимог, установок, які об'єднуються у професійну роль.

Структура професійної адаптації педагога передбачає наявність двох взаємопов'язаних компонентів: власне, професійної адаптації (пов'язаної з предметом професійної діяльності та умовами її виконання) і соціально-психологічної адаптації (пов'язаної зі ставленням до організації, колективу й керівника) [2].

До основних психологічних чинників, що впливають на ефективне управління професійною адаптацією педагогів, належать: а) соціально-психологічні, пов'язані з управлінською діяльністю керівників; б) індивідуально-психологічні (показники особистісного адаптаційного потенціалу: поведінкова регуляція, комунікативний потенціал та морально-етична нормативність) та їх гендерно-професійні характеристики (стать, вік, стаж тощо) [2].

На психологічному рівні адаптація виявляється як відчуття внутрішнього дискомфорту, невпевненості, зростання психологічної напруженості, підвищення тривожності, явний чи прихований конфлікт із соціальним оточенням. В.Семиченко виділяє такі чинники, що поглиблюють труднощі адаптаційного періоду на індивідуальному рівні:

- відсутність умінь і навичок самореалізації, сформованості умінь здійснювати психічну самореалізацію поведінки і діяльності;
- нездатність усвідомлювати вимоги до рівня інтеграції діяльності, адже нова система міжособистісних стосунків з оточуючими не може бути засвоєна одразу;
- особистісна схильність зосереджуватися на негативних сторонах повсякденного життя (помисливість, акцентуація уваги на своїх моральних, інтелектуальних, вольових недоліках, які ще більше посилюються у світлі нових соціальних вимог);
- розлука із сім'єю, з людьми звичного кола; гострота переживань поглиблю-

ється побутовими труднощами, незадовільним матеріальним становищем;

- сумніви щодо правильності вибору професії через відсутність необхідності стимулів праці, розходження між раніше сформованою ідеальною моделлю діяльності та її реальним характером, недостатня психологічна підготовленість до педагогічної діяльності, несформованість професійної позиції;
- незадовільні стосунки з колегами, відсутність позапрофесійного спілкування, зниження можливостей у встановленні неформальних зв'язків, що посилює переживання, пов'язані з професійними невдачами;
- відсутність спрямованості на конструктивне подолання труднощів [7].

Саме тому професійна адаптація характеризується як складний, багатоплановий процес оволодіння вчителем професією та пристосування до її вимог, формування гнучкої соціально-професійної позиції у системі формальних і неформальних стосунків в освітній організації, досягнення педагогом належного рівня особистісного та професійного розвитку.

Під професійною адаптацією розуміється, з одного боку, процес входження індивіда в професійне середовище, а з іншого — процес активної реалізації накопичених професійних знань, вибір оптимальної поведінки, що передбачає безперервний професійний розвиток. Ідеться про взаємне пристосування людини і професійного середовища, професійна адаптація має активну природу, коли людина не тільки пристосовується до професії, а й професію пристосовує до себе, до своїх особистісних особливостей, творчо змінює її відповідно до свого досвіду.

Важливим фактором професійної адаптації можна вважати розвиток соціально-психологічної толерантності (терплячості) особистості. Цей фактор ефективно спрацьовує при певних розбіжностях позицій та існуючих установок середовища, а також попереджує розвиток когнітивного дисонансу, а відповідно й дезадаптації особистості. Нетерплячість до невизначеності значною мірою обумовлено стереотипами особистості, негативними установками міжособистісного оцінювання.

Професійно-особистісний розвиток, як і будь-яка інша активність, починається з установки, у якій, поряд з усіма іншими, відображено соціальні цілі, вимоги, очікування. Психологічні особливості педагога, що визначають можливість успішної адаптації, взаємозалежні між собою і складають інтегральну характеристику психічного розвитку, тобто особистісний адаптаційний потенціал. Оцінка адаптаційних можливостей педагога можлива через оцінку рівня розвитку психологічних характеристик, найбільш значущих для регуляції психічної діяльності та процесу адаптації. До таких характеристик А.Маклаков і С.Чермянін відносять нервово-психічну стійкість, адаптаційні здібності, комунікативний потенціал та моральну нормативність [5]. Особистісний адаптаційний потенціал визначає успішність адаптації, а також можливість збереження здоров'я та

працездатності за умови зростання інтенсивності впливу психогенних факторів професійного середовища.

Отже, під професійною адаптацією педагога ми розуміємо складний процес активної взаємодії особистості й професійного середовища, цілеспрямований, усвідомлений процес прийняття особистістю змісту професійної педагогічної діяльності, що забезпечує ефективність педагогічної діяльності, збереження психоемоційного здоров'я особистості, особистісну задоволеність професійною самореалізацією, сприяє особистісному та професійному розвитку педагога.

Професійна адаптація педагога — це процес пристосування індивідуальних та особистісних якостей до життя і діяльності людини у змінених умовах існування.

Отже, враховуючи той факт, що успішність професійної адаптації педагога значною мірою залежить від його індивідуально-психологічних характеристик, зокрема, від розвитку адаптаційного потенціалу, було проведено вивчення особливостей розвитку цієї інтегральної характеристики педагога.

Дослідження адаптаційного потенціалу педагогів передбачало визначення передусім вірогідних кореляційних зв'язків між показниками нервово-психічної стійкості, адаптаційних здібностей, комунікативного потенціалу, морально-етичної нормативності та педагогічного стажу.

Таблиця 1

Кореляційна матриця взаємозв'язку показників адаптаційного потенціалу та стажу роботи педагогів зі стажем 1–7 років

	Стаж	Поведінкова регуляція	Комунікативний потенціал	Моральна нормативність	Особистісний потенціал	Адаптаційні здібності
Стаж	1					
Поведінкова регуляція	0,181	1				
Комунікативний потенціал	0,027	0,598*	1			
Моральна нормативність	0,377	0,468	0,610*	1		
Особистісний потенціал	0,102	0,821**	0,838**	0,694**	1	
Адаптаційні здібності	0,118	0,835**	0,834**	0,687**	0,998**	1

Примітка: достовірні кореляції ($p < 0,05$) виділено «*»; достовірні кореляції ($p < 0,01$) виділено «**».

За результатами, поданими у табл. 1, встановлено наявність дев'яти кореляційних зв'язків (на рівні значущості 0,01) між: поведінковою регуляцією, особистісним потенціалом та адаптаційними здібностями; комунікативним та осо-

бистісним потенціалами, адаптаційним потенціалом; моральною нормативністю та особистісним потенціалом; особистісним потенціалом та адаптаційними здібностями, а також (на рівні значущості 0,05): комунікативним потенціалом та моральною нормативністю, комунікативним потенціалом та поведінковою регуляцією.

Таблиця 2

Кореляційна матриця взаємозв'язку показників адаптаційного потенціалу та стажу роботи педагогів зі стажем 8–13 років

	Стаж	Поведінкова регуляція	Комунікативний потенціал	Моральна нормативність	Особистісний потенціал	Адаптаційні здібності
Стаж	1					
Поведінкова регуляція	0,340	1				
Комунікативний потенціал	0,189	0,421	1			
Моральна нормативність	0,085	0,327	0,042	1		
Особистісний потенціал	0,267	0,921**	0,433	0,522**	1	
Адаптаційні здібності	0,287	0,940**	0,427	0,431	0,991**	1

П р и м і т к а: достовірні кореляції ($p < 0,05$) виділено «*»;
достовірні кореляції ($p < 0,01$) виділено «**».

За результатами, поданими у табл. 2, встановлено наявність чотирьох кореляційних зв'язків (на рівні значущості 0,01) між: поведінковою регуляцією, особистісним потенціалом та адаптаційними здібностями; моральною нормативністю та особистісним потенціалом; особистісним потенціалом та адаптаційними здібностями.

Але викликає зацікавлення той факт, що найменше зв'язків має комунікативний потенціал педагога. Можна припустити, що саме на цьому етапі професійної діяльності починають формуватися такі симптоми «професійного вигорання», як «розширення сфери економії емоцій», «емоційна відстороненість», що й призводить до обмеження професійних комунікацій, емоційної замкненості, відчуження.

За результатами, поданими у табл. 3, виявлено чотири статистично значущі кореляційні зв'язки: між комунікативним потенціалом та морально-етичною нормативністю (на рівні значущості 0,05), між поведінковою регуляцією та особистісним потенціалом, адаптаційними здібностями, а також між особистісним потенціалом та адаптаційними здібностями (на рівні значущості 0,01). Проте цікавим є той факт, що з професійно-особистісним розвитком педагога зв'язків

між різними особистісними характеристиками стає дедалі менше. Це може свідчити про достатньо сталий характер розвитку інтегральних характеристик адаптаційного процесу.

Таблиця 3

Кореляційна матриця взаємозв'язку показників адаптаційного потенціалу та стажу роботи педагогів зі стажем 14–38 років

	Стаж	Поведінкова регуляція	Комунікативний потенціал	Моральна нормативність	Особистісний потенціал адаптації	Адаптаційні здібності
Стаж	1					
Поведінкова регуляція	0,444	1				
Комунікативний потенціал	0,267	0,084	1			
Моральна нормативність	0,158	0,355	0,514*	1		
Особистісний потенціал адаптації	0,451	0,771**	0,221	0,344	1	
Адаптаційні здібності	0,438	0,762**	0,250	0,380	0,996**	1

Примітка: достовірні кореляції ($p < 0,05$) виділено «*»; достовірні кореляції ($p < 0,01$) виділено «**».

Враховуючи те, що характер розподілу показників адаптаційного потенціалу у педагогів має відносно сталий характер як за абсолютними величинами, так і за кількісним складом, основний акцент у процесі аналізу отриманого масиву даних полягав у визначенні ступеня виразності цього показника у педагогів з різним стажем.

Таблиця 4

Показники рівнів сформованості адаптаційного потенціалу у педагогів з різним стажем роботи

Показники МЛО Адаптивність	Рівні сформованості								
	Низький			Середній			Високий		
	Стаж до 7 р.	Стаж від 8 до 13 р.	Стаж від 14 до 38 р.	Стаж до 7 р.	Стаж від 8 до 13 р.	Стаж від 14 до 38 р.	Стаж до 7 р.	Стаж від 8 до 13 р.	Стаж від 14 до 38 р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Поведінкова регуляція	69,3	23,6	58,8	23,1	76,5	41,3	7,7	–	–
Комунікативний потенціал	–	5,9	–	100	94,2	100	–	–	–

Продовження таблиці 4

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Моральна нормативність	46,2	11,8	–	53,9	70,6	100	–	17,7	–
Особистісний потенціал адаптації	23,1	11,8	–	61,6	82,4	76,7	15,4	5,8	23,6

Як видно з табл. 4, більшості педагогів притаманний середній рівень сформованості поведінкової регуляції, або нервово-психічної стійкості, у педагогів зі стажем 1–7 років цей показник становить 23,1%, у педагогів зі стажем 8–12 років — 76,5%, у педагогів зі стажем 13–38 років — 41,3%. Отримані результати можна пояснити так: основні елементи поведінкової регуляції (самооцінка, рівень нервово-психічної стійкості, а також наявність соціальної підтримки зі сторони) розвинуті на достатньому рівні.

Найвищі результати було зафіксовано у педагогів з різним стажем роботи за шкалами «комунікативний потенціал» та «морально-етична нормативність», завдяки яким відбулося зростання загального показника особистісного потенціалу психологічної адаптації.

Комунікативні можливості сформовані у педагогів на середньому рівні, що свідчить про вміння будувати стосунки з іншими людьми, досягати контакту та взаєморозуміння з оточуючими, проте існує ймовірність виникнення конфліктів та різних непорозумінь. Розвиток комунікативних здібностей, адекватна оцінка своєї ролі у колективі, дотримання загальноприйнятих норм поведінки є цілком зрозумілим, адже ці параметри є необхідними й визначальними у професійній діяльності педагога.

З'ясувавши особливості розвитку адаптаційних здібностей, комунікативного потенціалу, нервово-психічної стійкості та морально-етичної нормативності, визначимо розподіл педагогів за рівнем сформованості загального показника особистісного потенціалу психологічної адаптації.

Низький рівень сформованості адаптаційного потенціалу мають учителі зі стажем роботи 1–7 років (23,1%) та вчителі зі стажем роботи 8–12 років (11,8%). Аналіз отриманих результатів дає змогу стверджувати, що для педагогів з низькою адаптацією характерні спроможність задовольнити власні потреби й бажання, невиправдані очікування від професійної діяльності, нездатність дотримуватися тих вимог, які висувають до них професійне середовище, власна соціальна роль та педагогічна діяльність.

Середній рівень сформованості адаптаційного потенціалу мають учителі зі стажем 1–7 років (61,6%), 8–12 років (82,4%), 13–38 років (76,7%). У ситуаціях раптових змін тих чи інших обставин за умови підвищення рівня інтелектуальних вимог, ускладнення міжособистісних взаємин або вирішення важливих

професійних завдань для педагогів цієї групи типовими є емоційна нестабільність, недостатня стійкість до психотравмуючого впливу та невисокий рівень контролю емоцій. Тому саме підвищений рівень емоційності на будь-які зовнішні впливи, зростання ситуативної чи особистісної тривоги обумовлюють зниження адаптаційних можливостей педагогів цієї групи.

Високий рівень сформованості адаптаційного потенціалу мають учителі зі стажем 1–7 років (15,4%), 8–12 років (5,8%), 13–38 років (23,6%). Це свідчить про те, що педагоги цієї групи легко адаптуються до нових умов діяльності, швидко й адекватно орієнтуються у складних ситуаціях, легко соціалізуються й виробляють конструктивні стратегії своєї поведінки, що й допомагає забезпечити ефективність їхньої професійної діяльності.

Висновки

Таким чином, процес професійної адаптації не припиняється зі збільшенням педагогічного стажу, він проходить постійно, потребуючи від педагогів постійної готовності до оновлення і пристосування до нових умов освітньої системи. Професійна адаптація — це складний процес оволодіння педагогом професією та пристосування до її вимог, формування гнучкої соціально-психологічної позиції у системі формальних і неформальних стосунків в освітній організації, досягнення педагогом належного рівня особистісного розвитку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вассерман Л.И. О системном подходе в оценке психической адаптации / Л.И.Вассерман, М.А.Беребин, М.И.Косенков // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева, 1994. — № 3. — С. 89–91.
2. Волянчук Н.Ю. Психологія професійного становлення тренера: монографія / Н.Ю.Волянчук. — Луцьк: Волинська обл. друкарня, 2006. — 444 с.
3. Коржова Е.Ю. Психологическое познание судьбы человека / Е.Ю.Коржова. — СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена; Союз, 2002. — 334 с.
4. Кулик С.М. Дослідження психологічних особливостей професійної адаптації вчителів / С.М.Кулик // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / за ред. С.Д.Максименка, Л.М.Карамушки. — К.: Міленіум, 2003. — Т. 1. — Ч. 9. — С. 108–110.
5. Ложкин Г.В. Практическая психология в системах «человек – техника»: учеб. пособие / Г.В.Ложкин, Н.И.Повъякель. — К.: МАУП, 2003. — С. 244–251.
6. Осницкий А.В. Психологические проявления дезадаптации личности учителя в педагогической деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / А.В.Осницкий. — СПб., 1999. — 23 с.
7. Семиченко В.А. Психологія педагогічної діяльності: навч. посіб. / В.А.Семиченко. — К.: Вища шк., 2004. — 335 с.

В статье рассмотрены содержание, структура и функции профессиональной адаптации личности учителя. Исследованы психологические проблемы процесса управления адаптации (недостаточный уровень обеспечения профессиональной и социально-психологической адаптации педагогов, выраженные признаки дезадаптации), факторы, влияющие на эффективность профессиональной адаптации учителей.

Ключевые слова: *адаптация, адаптационный потенциал, адаптационные способности, профессиональная адаптация, адаптационный процесс, управление профессиональной адаптацией, психологические факторы управления профессиональной адаптацией педагога.*

The paper deals with the problem of maintenance, structure and functions of professional adaptation of a teacher. The analysis is provided for such aspect of the problem as the insufficient level of socio-psychological adaptation of teachers, the signs of a teacher's disadaptation. Factors, influencing the efficiency of professional adaptation of teachers are considered.

Key words: *adaptation, professional adaptation of teachers, management of professional adaptation of teachers, psychological factors of management of professional adaptation of teacher.*