

УДК 378.046.4+159.923.2

## РЕСУРСИ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ВЧИТЕЛІВ У ПІСЛЯДИПЛОМНІЙ ПЕДАГОГІЧНІЙ ОСВІТІ

Савиченко О.М.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Шуневич О.М.

КЗ «Житомирський ОШПО» Житомирської обласної ради

У статті досліджується проблема розвитку мотивації вчителів та способи її формування. Автори аналізують основні положення теорії мотивації досягнення та базові моделі позитивної психотерапії, поєднання яких дало змогу створити авторські техніки розвитку мотивації вчителів. Техніки, що описують автори, інтегрують ресурси казкотерапії, арт-терапії, рольового підходу у модель розвитку мотивації в позитивній психотерапії. Мотиваційний тренінг дозволив підвищити показники повноти, внутрішньої та зовнішньої збалансованості мотивації досягнення вчителів. Доведено, що впровадження тренінгу сприяє гармонізації та продуктивності мотиваційної сфери вчителів.

**Ключові слова:** мотивація, теорія мотивації досягнення, позитивна психотерапія, мотиваційний тренінг.

**Постановка проблеми.** Сучасні тенденції розвитку освіти визначають запит на розвиток особистості педагога, спрямованої на гуманістичну парадигму стосунків, суб'єкт-суб'єкту взаємодію, здатної до створення освітнього середовища, побудованого на партнерстві, горизонтальній комунікації, довірі і взаємодії. Такі якості властиві далеко не всім педагогам, більшість залишається на засадах традиційної освітньої парадигми. Однак з прийняттям Концепції «Нова українська школа» актуалізується потреба зміни ціннісних орієнтацій учителів, спрямування їх у русло гуманістичних принципів, готовності до організації людиноцентрованого освітнього процесу. Водночас означена концепція декларує необхідність підготовки *вмотивованого педагога*, який розвивається і готовий до навчання впродовж життя шляхом формальної, неформальної та інформальної освіти [2].

Це зумовлює пошук способів розвитку в учителів мотивації, зокрема до одного з її видів – мотивації досягнення. Саме ці способи педагогічної взаємодії мають стати рушієм переосмислення освітянами внутрішніх переконань, установок, зміну ставлення до себе, своїх учнів, і зрештою, «зміцнення ціннісного аспекту навчання», задеклароване ЮНЕСКО.

Зважаючи на виклики часу, українські вчені (І. Зязюн, Н. Нічкало, В. Ніколенко, Т. Сорочан, М. Скрипник, В. Сидоренко) активізували пошуки способів розвитку мотивації як складової професійної компетентності педагога.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій,** у яких започатковано розв'язання даної проблеми.

**Теорія мотивації досягнення.** Завдяки працям Д. Мак-Клелланда, Дж. Аткинсона та Х. Хекхаузена в психології створена та детально розроблена теорія мотивації досягнення успіхів у різноманітних видах діяльності [3; 4; 9]. У психології мотивація досягнення успіху розглядається як сукупність причин психологічного змісту, які пояснюють поведінку людини, спрямовану на найкраще виконання діяльності, яка орієнтована на досягнення певного результату, до якого може бути застосований критерій успішності. Мотивація досягнення проявляється в прагненні суб'єкта збільшувати або зберігати максимально високи-

ми здібності та досягати найкращих результатів у значимій для нього сфері [4].

Було виявлено два мотиви, функціонально пов'язаних з діяльністю, спрямованою на досягнення мети: мотив досягнення успіху та мотив уникання невдачі. У контексті нашого дослідження зазначимо, що вчителі, мотивовані на успіх, постійно проявляють прагнення досягти успіху в своїй діяльності, шукають таку діяльність, активно включаються в неї, обирають засоби і дії, спрямовані на досягнення поставленої цілі. Для них характерна повна мобілізація всіх сил і зосередження уваги на досягненні поставленої мети. Натомість вчителі, які мотивовані на уникання невдачі, проявляють невпевненість в собі, не вірять у можливість досягнути успіху, бояться критики, з роботою часто пов'язують негативні емоції, не відчують задоволення від діяльності. Люди, мотивовані на досягнення успіху, більше пристосовані до життя, досягають своїх цілей, а тому навчання і виховання мають бути спрямовані на формування і розвиток особистості з мотивацією досягнення успіху.

**Позитивна психотерапія** – підхід, розроблений Н. Пезешкіаном, у рамках якого пропонується кілька моделей та методів, які є ефективними і для розвитку мотивації [1; 6; 7].

1. **Актуальні здібності.** Соціальні норми й норми поведінки, які знаходять своє відображення у міжособистісних стосунках і в переживаннях й утворюють змістовні складові психодинамічних процесів. Актуальні здібності – це центральні фактори розвитку особистості, які формуються на основі властивих кожній людині якостей у процесі виховання й потім диференціюються або гальмуються у своєму розвитку й проявляються в різних ситуаціях. Виокремлюють два види актуальних здібностей – первинні (здібність любити) та вторинні (здібність знати).

2. **Схема дослідження конфлікту.** Актуальний конфлікт виникає при зіткненні людини в її актуальному «тут і зараз стані» з актуальною мінливою реальністю. Зміст актуального конфлікту визначається поєднанням вторинних здібностей (конфлікт очікуваної й реальної поведінки). Схема дослідження актуального конфлікту представлена на рис. 1.



Рис. 1. Схема дослідження актуального конфлікту у позитивній психотерапії

3. Використання метафор, зокрема терапевтичних історій, у процесі надання допомоги. Історіям Н. Пезешкіан приписує функції дзеркала, моделі, опосередкування, зберігання досвіду, носіїв традицій, посередників у міжкультурних стосунках, помічників у поверненні на більш ранні, ресурсні етапи індивідуального розвитку, альтернативних концепцій, зміни позиції.

4. П'ятикрокова модель вирішення задач. Динаміка усвідомленого оптимального розвитку нових навичок, відносин і самої терапевтичної інтервенції описується п'ятьма щаблями: спостереження (дистанціювання), інвентаризація/розуміння, ситуативне заохочення, вербалізація/розв'язок і дія, розширення цілей.

5. Балансна модель описує розвиток і прояс базових й актуальних здібностей у чотирьох сферах життя: тіло, досягнення, контакти/відносини й майбутнє/фантазія/ідеал (рис. 2).

Описані ідеї позитивної психотерапії є ефективними для розвитку мотивації досягнення педагогів та можуть бути реалізовані у форматі психологічного тренінгу.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується стаття. Незважаючи на значущість проблеми розвитку мотивації досягнення педагогів та наявні ресурси для її вирішення, окремі аспекти цієї проблеми залишаються поза увагою дослідників. Так, малодослідженим є питання пошуку ефективних стратегій та технік розвитку мотиваційної сфери вчителів. Актуальною є проблема модифікації

та розробки нових методів розвитку мотивації педагогів у спеціально організованих тренінгових та навчальних групах.

**Формулювання цілей статті** (постановка завдання). Обґрунтувати застосування технік позитивної психотерапії для розвитку мотивації вчителів та запропонувати авторські техніки розвитку мотиваційної сфери педагогів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вважаємо, що ефективною формою організації педагогічної взаємодії з метою розвитку мотиваційної сфери є тренінг. Адже за певних умов він стає засобом трансформаційного навчання, оскільки у тренера є можливість створити простір для спілкування, дії і критичної рефлексії, «привласнення» сенсів, осмислення досвіду, появи й розв'язання дезорієнтуючої дилеми, зміни глибинних переконань і, зрештою, до глибинних особистісних трансформацій [10].

Розроблений тренінг-курс створений на основі ідей теорії мотивації досягнення (структури мотивації) з урахуванням принципів позитивної психотерапії та з використанням авторських технік розвитку мотиваційної сфери (табл. 1).

Структура мотивації досягнення включає 2 мотиви, кожен з яких визначається взаємодією шести компонентів – потреби, активності, очікувань, соціального підкріплення, емоційного стану та усвідомлення результатів діяльності. Для збалансованого розвитку усієї структури мотивації слід подбати про розвиток кожного з цих компонентів. Тут у нагоді стає 5-крокова модель

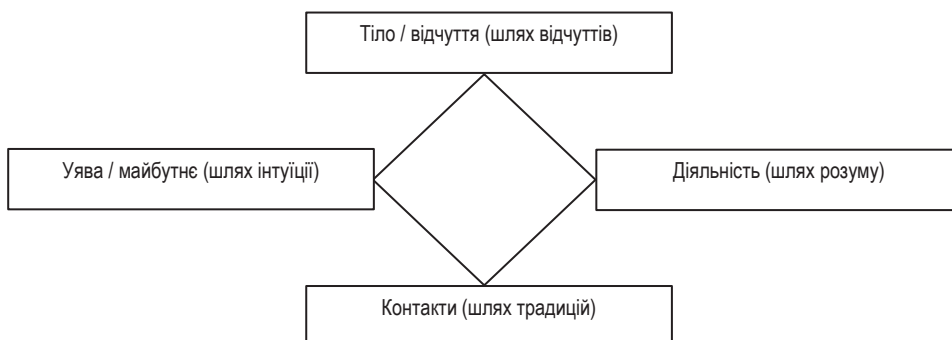


Рис. 2. Балансна модель у позитивній психотерапії

Структура мотиваційного тренінгу для вчителів

Структура мотивації досягнення	Етап тренінгової програми (відповідно до 5-крокової моделі)	Базова модель ІІІ	Авторські техніки
Потреби	Дистанціювання	Актуальні здібності	Герой в мені
Очікування	Інвентаризація	Схема дослідження конфлікту	Окуляри реальності
Підкріплення	Ситуативне підбадьорення	Метафора	Неказкові проблеми
Активність	Вербалізація	5крокова модель	Арт-коупінг
Емоційний стан та результат діяльності	Розширення мети	Балансна модель	Сила несвідомого

розв'язання задач, запропонована Н. Пезешкіаном, кожен із кроків якої дає змогу розвинути один із компонентів мотивації. Ресурси ІІІ ми використали не лише на етапі загального планування, але й у процесі підбору найбільш ефективних технік. Для реалізації програми ми використали авторські техніки, що ґрунтуються на основних моделях позитивної психотерапії та дають змогу пропрацювати окремі компоненти мотивації.

**Техніка «Герой в мені».** У процесі розробки техніки автори виходять із припущення, що реалізація потреби в досягненні успіху чи потреби в уникненні невдачі передбачає дистанціювання від конкретної активності та узагальнений аналіз перспектив власного розвитку. Усвідомлення обох потреб є можливим лише в контексті розвитку актуальних здібностей. Таким чином, реалізація техніки передбачає аналіз ресурсів реалізації власних здібностей через задоволення відповідних потреб. Учасникам пропонується список актуальних здібностей – здібності любити (любов/емоційність, зразок/наслідування, терпіння, почуття часу/вміння цінувати час, сексуальність, контактність, довіра/віра в інших, очікування/надія, віра/релігійність, сумнів, упевненість, єдність/цілісність, відкритість) та здібності знати (пунктуальність, акуратність, прагнення до порядку, слухняність, ввічливість, чесність/відкритість, вірність, справедливість, старанність, ошадливість, надійність, точність, добросовісність). Учителі аналізують наявність здібностей у себе та обирають із кожного переліку три актуальні. Далі в парах учасники тренінгу формулюють власні потреби в контексті розвитку здібностей за формулою «Як людина, яка має здібність ..., я хочу ...» (наприклад, як людина, яка має здібність відкритість, хочу віддати тренінг для розуміння особливостей роботи з учнями в умовах інклюзивної освіти). Взаємна презентація в парах дала змогу вчителям усвідомити власні професійні потреби та розширити потребові механізми досягнення професійного успіху.

**Техніка «Окуляри реальності»** спрямована на розвиток вміння формувати адекватні очікування внаслідок дослідження актуального конфлікту. Учасникам тренінгу пропонується на основі схеми дослідження актуального конфлікту подивитися на власну проблему через «окуляри реальності». Спершу письмово вчителі заповнюють бланки зі схемою, а потім по черзі, одягаючи велетенські окуляри з рожевим та чорним склом, висловлюють у групі власні очікування, які з'явилися після заповнення кожного окремого блоку. Наприклад, одна з учасниць, аналізуючи

блок «ресурс клієнта» для проблеми «напружені стосунки з батьками учениці» висловила очікування «я чутиму багато претензій в будь-якій ситуації незалежно від моєї поведінки» (окуляри із чорним склом – очікування невдачі) та «якщо я буду почуватися впевнено і реагуватиму розумом, а не емоціями, то знайду обґрунтування для їхніх претензій» (окуляри з рожевим склом – очікування успіху). Вправа дозволила сформулювати як позитивні, так і негативні очікування, які, в цілому, були відсутні в структурі мотивації вчителів до тренінгу.

**Техніка «Неказкові проблеми»** є технікою казкотерапії, яка спрямована на усвідомлення негативного та пошук позитивного підкріплення. Учасники обирають іграшку, яка має спільні риси з самим учасником. Далі їм пропонується скласти про обраного героя казки за певною структурою (описати зав'язку та розвиток сюжету), знайти іншого героя (серед інших учасників), з яким може відбутися зустріч у казці та описати розвиток сюжету, спільний для двох героїв, де обидва отримають чарівну допомогу (чарівну паличку, допомогу феї, скриньку виконання бажань тощо), визначать, яку ціну готові заплатити, та вирішать початкові труднощі. Така процедура дає змогу кожному герою надати й отримати підтримку та впоратися із перешкодами. У процесі обговорення учасники аналізують соціальні ресурси власного життя, підтримку близьких та цінність власної підтримки в стосунках.

**Техніка «Арт-коупінг»** поєднує ресурси позитивної психотерапії та арт-терапевтичного коучінгу. У процесі реалізації техніки учасники активізуються у вирішенні професійних труднощів та метафорично реалізують 5-крокову модель. На першому етапі вчителі визначаються з ситуацією з власного досвіду, яка є типовою та з вирішенням якої є труднощі. Далі відбувається пошук образу, що відповідає цій ситуації (на основі запитань «На що схожа ситуація? На кого Ви схожі в ній? Якби це були не Ви та Ваші колеги й учні, а герої мультфільму, то як би це виглядало? і т.п.»). Наступний етап – арт-терапевтичний. На маленьких аркушах (1/4 від А4) учасники почергово малюють свій образ здалеку (дистанціювання), з середини / зблизька (інвентаризація), з кращого боку (заохочення), з іншого боку (вербалізація), в майбутньому (розширення цілей). Далі до кожного малюнка пропонується дібрати три асоціації – іменник, прикметник та дієслово – які аналізуються, поєднуються в речення, алгоритм дій. Вправа дає змогу задіяти як можливості усвідомленого коупінгу, так і метафоричні ресурси вирішення проблем.

**Техніка «Сила невідомого».** Розширення цілей, з одного боку, пов'язане з усвідомленням емоцій та результатів власної діяльності. З іншого боку, розширення цілей є ефективним у зв'язку з усвідомленням перспектив розвитку в різних сферах. Для реалізації техніки використовуємо метафоричні асоціативні картки (колода «Сила часу» або інші, які відображають перешкоди та ресурси). Учасникам пропонується обрати 4 карти – по одній до кожної сфери балансної моделі. Далі запитання звучить так: «Якби ця карта могла говорити, то яку пораду про цю сферу вона б Вам дала?». Учасники записують поради та складають дерево-план реалізації цих порад. Вправа є своєрідним рефреймінгом проблем та сприяє пошуку ресурсів в ситуаціях перешкод.

Для оцінки результатів ефективності програми ми розробили психосемантичну процедуру – вчителі-учасники тренінгу на початку та після завершення програми писали есе на тему «Вчитель у сучасній школі». Для аналізу ми використали процедуру контент-аналізу, запропоновану Д. Макклелландом та Х. Хекхаузенем (рис. 3). Бачимо, що показники мотивації суттєво змінилися:

– **Повнота структури мотивації** зростає – і до, і після тренінгу представлені усі компоненти мотивації досягнення. Однак можемо спостерігати, що очікування успіху, потреба в уникненні невдачі, очікування невдачі, які до тренінгу були майже відсутні, після тренінгу рівномірно виражені.

– **Зовнішня збалансованість** (баланс між мотивом досягнення успіху та мотивом уникнення невдачі) суттєво не змінилася – представлені обидва мотиви, мотив досягнення успіху переважає. Однак бачимо, що показники мотиву досягнення зросли, а мотиву уникнення невдачі – знизився. Такі зміни в цілому є позитивними, оскільки гармонізують мотиваційну сферу вчителів.

– **Внутрішня збалансованість** (співвідношення між окремими компонентами мотивації) в резуль-

таті впровадження тренінгу змінилася на користь продуктивності мотивації. Так, наприклад, мотив досягнення до тренінгу переважав за рахунок високих показників активності, спрямованої на досягнення, та при відсутності потребових компонентів (потреба в досягненні та очікування успіху). Така ситуація в професійному житті відображається таким чином: вчитель постійно заклопотаний, не завжди усвідомлюючи мету такої активності та не сподіваючись на позитивні результати, ситуативно отримує підтримку з боку оточення, тимчасові нестабільні високі результати та позитивні емоції в процесі діяльності. Натомість після тренінгу маємо більш гармонійну ситуацію: усвідомлення котре веде до цілеспрямованої активності та формування реалістичних очікувань; у процесі діяльності вчитель отримує підтримку, а в результаті – усвідомлення позитивного досвіду та позитивні емоції. Таким чином, впровадження тренінгу сприяє гармонізації та продуктивності мотиваційної сфери вчителів.

На жаль, не вдалося отримати статистичного підтвердження значимості показників результатів впровадження тренінгу, що ми пояснюємо кількістю вибірки (75 вчителів: 3 групи по 25 осіб) та індивідуальними відмінностями проходження програми. Тому перспективи подальших досліджень убачаємо в збільшенні вибірки, модифікації запропонованих технік для різних учасників (наприклад, для молодих вчителів та досвідчених, для вчителів різних предметів тощо).

**Висновки.** В умовах реформування освіти, що передбачає зміну цінностей педагога, переосмислення своєї ролі в освітньому процесі, актуалізувалося питання пошуку способів формування мотивації педагогів.

Описані ідеї позитивної психотерапії є ефективними для розвитку мотивації досягнення педагогів та можуть бути реалізовані у форматі психологічного тренінгу для педагогів в умовах післядипломної педагогічної освіти.

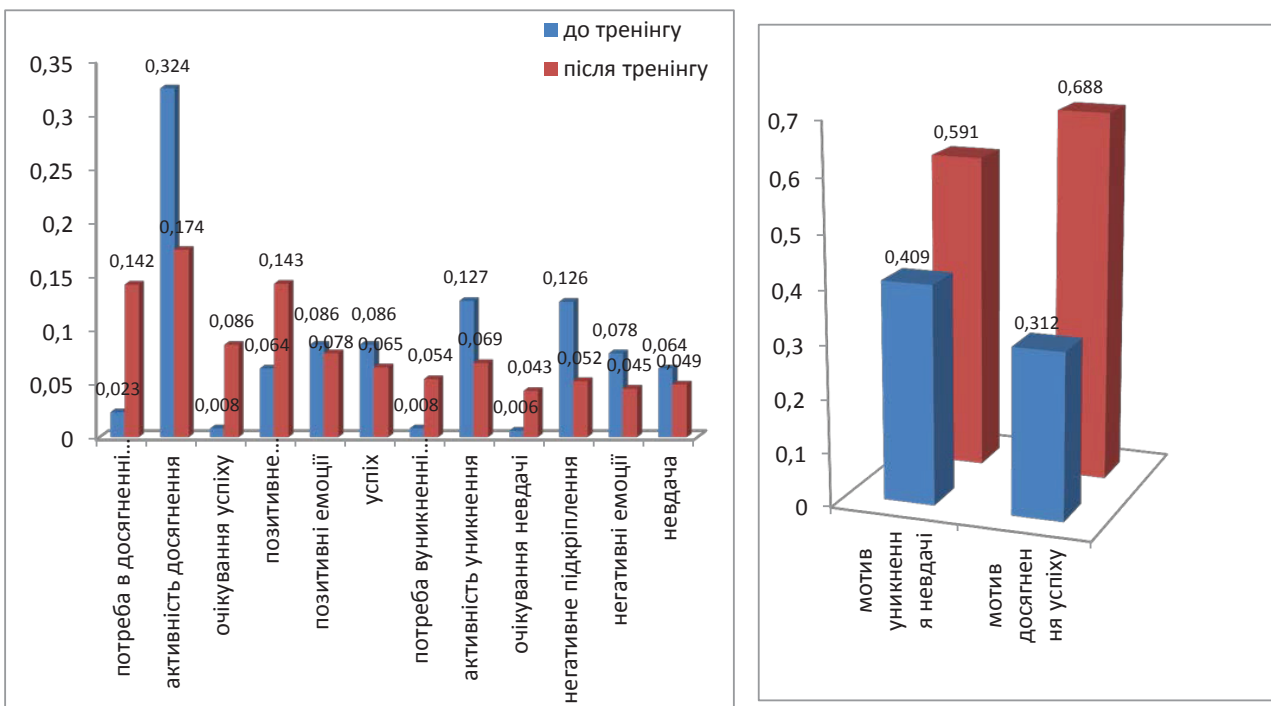


Рис. 3. Результати впровадження мотиваційного тренінгу

Авторами обґрунтовано доцільність застосування технік позитивної психотерапії для розвитку мотивації вчителів, гармонізації та продуктивності мотиваційної сфери вчителів.

Результати дослідження виявили, що змінилася повнота структури мотивації досягнення, показники

мотиву досягнення зросли, а мотиву уникнення невдачі – знизилися, що свідчить про зовнішню збалансованість. З'ясовано, що внутрішня збалансованість (співвідношення між окремими компонентами мотивації) у результаті впровадження тренінгу змінилася на користь продуктивності мотивації.

### Список літератури:

1. Карикаш В.И. Основы психологического консультирования в позитум-подходе / В.И. Карикаш, Н.А. Босовская, Ю.Е. Кравченко, С.А. Кириченко. – Черкассы, 2009. – 43 с.
2. Концепція нової української школи / [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/](http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016/).
3. Макклелланд Д. Мотивация человека / Дэвид Макклелланд. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.
4. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. – 860 с.
5. Ніколенко Л.Т. Професійний розвиток педагогів у формальній, неформальній та інформальній освіті дорослих: історико-педагогічний аспект / Л.Т. Ніколенко // Імідж сучасного педагога. – 2016. – № 4. – С. 25–27.
6. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов / Носсрат Пезешкиан. – СПб. Речь, 2001. – 288 с.
7. Пезешкиан Н. Торговец и попугай (Восточные истории в психотерапии) / Н. Пезешкиан. – СПб.: Академический Проект, 2014. – 168 с.
8. Скрипник М.І. Закономірності та принципи формування змісту підготовки науково-педагогічних працівників у системі післядипломної освіти / М.І. Скрипник // Післядипломна освіта в Україні. – 2013. – № 2(23). – С. 95–101.
9. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения / Хайнц Хекхаузен. – СПб.: Речь, 2001. – 240 с.
10. Шуневич О.М. Трансформаційне навчання педагогів у системі післядипломної педагогічної освіти / О.М. Шуневич, О.М. Савиченко // Forming of educational environment: benefits, risks, implementation mechanisms: Conference Proceeding. – Tbilisi: Baltuja Publishing, 2017. – P. 185–188.

**Савиченко О.М.**

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко

**Шуневич О.М.**

КУ «Житомирский ОИППО» Житомирского областного совета

## РЕСУРСЫ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МОТИВАЦИИ УЧИТЕЛЕЙ В ПОСЛЕДИПЛОМНОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ

### Аннотация

В статье исследуется проблема развития мотивации учителей и способы ее формирования. Авторы анализируют основные положения теории мотивации достижения и базовые модели позитивной психотерапии, сочетание которых позволило создать авторские техники развития мотивации учителей. Техники, предложенные авторами, интегрируют ресурсы сказкотерапии, арт-терапии, ролевого подхода в модель развития мотивации в положительной психотерапии. Мотивационный тренинг позволил повысить показатели полноты, внутренней и внешней сбалансированности мотивации достижения учителей. Доказано, что внедрение тренинга способствует гармонизации и производительности мотивационной сферы учителей.

**Ключевые слова:** мотивация, теория мотивации достижения, позитивная психотерапия, мотивационный тренинг.

**Savychenko O.M.**

Zhytomyr Ivan Franko State University

**Shunevych O.M.**

Municipal institution "Zhytomyr Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education" of Zhytomyr Regional Council

## RESOURCES OF POSITIVE PSYCHOTHERAPY FOR DEVELOPMENT OF TEACHERS' MOTIVATION IN POSTGRADUATE EDUCATION

### Summary

The problem of the development of teachers' motivation and ways of its formation are researched in the article. The authors analyze basics of the theory of achievement motivation and positive psychotherapy the combination of which allowed to create author's techniques for the development of teachers' motivation. The described techniques integrate resources of fairy-tale therapy, art therapy, role-based approach in the motivation development model in positive psychotherapy. Motivational training allowed to increase the indicators of completeness, internal and external balance of teachers' achievement motivation. It is proved that the implementation of training contributes to harmonization and productivity of teachers' motivation.

**Keywords:** motivation, theory of achievement motivation, positive psychotherapy, motivational training.