

УДК 377.112.4.001+371.13

Сеньовська Н. Л.*

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ВЧИТЕЛЯ-СЛОВЕСНИКА

У статті аналізується феномен професійної саморегуляції вчителя-словесника. Описані його структура (компоненти та функції), рівні сформованості, шляхи розвитку основних механізмів. Наведено результати емпіричного дослідження ролі професійної саморегуляції у фаховій діяльності вчителів мови та літератури.

Ключові слова: професійна саморегуляція вчителя, структура ПСРВ, компоненти ПСРВ, функції ПСРВ, рівні сформованості ПСРВ, механізми ПСРВ.

Сучасна педагогіка характеризується зміщенням аспектів досліджень на особистісні параметри розвитку майбутнього фахівця. Для професійної самореалізації людини вирішальне значення має високий рівень сформованості механізмів самоорганізації, самоконтролю, самоаналізу, саморегуляції. Аналізуючи особистість, дослідники розглядають її як суб'єкта діяльності, соціальної поведінки, спілкування, вчинку, саморозвитку, тобто тієї або іншої свідомої цілеспрямованої активності, щодо якої людина є творцем. Відповідно, основним напрямком розвитку сучасної педагогічної освіти є особистісна орієнтація.

Якість будь-якого акту довільної активності залежить від досконалості процесів саморегуляції. Відповідно, характеризуючи особистість у контексті її загального суб'єктного існування, неможливо оминати проблему закономірностей усвідомленої регуляції людиною своєї довільної цілеспрямованої активності.

У науковій літературі зустрічаються різні тлумачення поняття „саморегуляція”. За допомогою семантичного аналізу легко виділити у його складі дві частини: „регуляція” (лат. *regulare* – впорядковувати, налагоджувати, нормалізувати) та „само” (вказує на те, що джерело регуляції у самій системі).

Саморегуляція характеризує матерію як таку, будучи її універсальною властивістю. Так, у неживій природі вона проявляється через поведінку системи в стані хімічної рівноваги (принцип Ле-Шательє); у живій – через властивість організмів змінюватися і відновлюватися залежно від умов навколишнього середовища. Однак, для вищих тварин і людини характерною є не лише фізична, але й психічна саморегуляція. Якщо перша забезпечується фізіологічними процесами, що супроводжують адаптивну активність і здійснюється мимоволі, то друга проявляється на рівні вищих психічних процесів в активно-дійовому ставленні людини до себе та інших, у моральних та соціальних установках, спрямованості її особистості, предметному та соціальному досвіді, у вмінні співвідносити себе та іншого у процесі спілкування, співпраці. Оскільки педагогічна діяльність людини передбачає самоуправління, прийняття оптимальних професійних рішень, доцільним є виділити професійну саморегуляцію вчителя (ПСРВ) – „інтегративну особистісну професійну характеристику педагога, яка передбачає усвідомлення ним своїх дій, почуттів, мотивів, свого становища та доцільну видозміну власної діяльності відповідно до вимог ситуації” [1, с. 201].

Учителю-словеснику особливо важливо формувати компоненти професійної саморегуляції, адже велику роль у його фаховій діяльності буде відігравати уміння словом „достукатись до кожної дитини”, емоційно та вербально пристосуватися до своїх учнів.

Мета статті – охарактеризувати феномен професійної саморегуляції учителя-словесника (структуру, функції, рівні сформованості, шляхи розвитку основних механізмів).

Професійна саморегуляція майбутнього вчителя мови та літератури має формуватися вже з перших днів навчання у вищому навчальному закладі. При вивченні навчальних

* © Сеньовська Н. Л., 2012

предметів трансформується світогляд, поглиблюється самопізнання, та гармонізуються стосунки з людьми. У цьому процесі особливо велике значення має нагромадження власного досвіду здійснення фахової діяльності (під час пропедевтичних практик, лабораторно-практичних занять, написання курсових та індивідуально-дослідних робіт і педагогічної практики). Формування у майбутніх учителів мови та літератури умінь та навичок професійної саморегуляції педагога здійснюється за допомогою розвитку механізмів ПСРВ, зокрема, педагогічної рефлексії. Паралельно відбувається засвоєння знань про роль саморегуляції у фаховій діяльності, елементи ПСРВ трансформуються у невід'ємні особистісні риси.

Складовими частинами структури професійної саморегуляції вчителя-словесника є її компоненти, котрі через реалізацію відповідних функцій дають можливість задіювати механізми ПСРВ та підвищувати її рівень.

Щодо визначення компонентів структури професійної саморегуляції вчителя-словесника, то за основу взято дослідження Г. Качана [3], В. Чайки [7]. Варто зазначити, що кожен компонент реалізує одну домінуючу функцію (див. таблицю 1).

Таблиця 1

Структура професійної саморегуляції вчителя-словесника

<i>Компоненти ПСРВ</i>	<i>Домінуючі функції</i>
Мотиваційний компонент відображає усвідомлені моральні поняття, загальнокультурні та професійно-педагогічні цінності, фахові вимоги до особистості та діяльності вчителя, які стимулюють соціальну й пізнавальну активність педагогів, спрямовану на фахову самореалізацію.	<i>Аксіологічна функція</i> , що передбачає усвідомлення загальнолюдських цінностей та цінностей педагогічної професії, мотивацію, формування ідеалів, рівня домагань, системи соціальних переконань, світогляду, самооцінки.
Рефлексивний компонент передбачає порівняння вчителем свого досвіду з досвідом колег, усвідомлення позитивних і негативних аспектів власної діяльності, оцінку та самооцінку, виділення якостей, що сприяють підвищенню професійного рівня.	<i>Функція планування та прогнозу</i> , яка включає теоретичні знання та досвід педагога і передбачає моменти цілепокладання та моделювання щодо реалізації потреб, мотивів, інтересів, установок, стосунків особистості вчителя.
Емоційно-вольовий компонент полягає в умінні педагога виявляти витримку, емоційно відповідати на запити учнів, усвідомлювати власні почуття, регулювати свої стосунки та спілкування.	<i>Функція самосуб'єктного впливу</i> , котра відповідає за витримку, самовладання та емпатію.
Діяльнісний компонент передбачає вміння здійснювати самоаналіз, самоконтроль, самокорекцію поведінки, особистості та діяльності в різних педагогічних ситуаціях, усвідомлювати мету власних дій, урахувати одержаний результат; причому зразки такої діяльності трансформуються у знання, образи, картину світу вчителя.	<i>Корегувальна функція</i> , що полягає в умінні корегувати, контролювати й оцінювати власну діяльність, аналізувати її ефективність як у звичних, так і в нестандартних умовах, ураховуючи одержаний результат і силу, інтенсивність, швидкість, пластичність, стабільність своїх дій.

Варто зазначити, що професійна саморегуляція різних учителів мови та літератури не може здійснюватися з однаковою якістю. Тому виникла потреба виділити рівневі характеристики ПСРВ. Запропонована класифікація ґрунтується на дослідженнях саморегуляції особистості, які здійснили О. Гребенюк та Т. Гребенюк [2]. Крім того, враховано якість

зведення практичного досвіду у визначену теоретичну систему. Таким чином, виділено три рівні сформованості професійної саморегуляції вчителя-словесника: низький, середній та високий. На кожному рівні педагог здійснює ПСРВ іншим способом, тобто, застосовує різні механізми. На основі досліджень В. Моросанової [4] та Г. Сухобської [5] можна виділити конкретні механізми професійної саморегуляції вчителя-словесника залежно від рівня (див. таблицю 2).

Таблиця 2

Рівнева характеристика механізмів професійної саморегуляції вчителя-словесника

<i>Рівні ПСРВ</i>	<i>Основні механізми</i>
<u>Низький рівень</u> – педагог пристосовується до обставин і стосунків; його фахова діяльність пасивна, має необов'язковий характер; професійна саморегуляція проявляється як реакції на подразники середовища; відсутні усвідомленість життєвих перспектив, самокритичність, принциповість, вимогливість до себе; практичний досвід та знання теорії саморегуляції не формуються в усвідомлену систему.	<i>Проекція</i> – приписування іншим людям своїх психічних якостей, витіснених почуттів. <i>Ригідність</i> – „негнучкість” системи саморегуляції, яка запобігає усвідомленню небажаних змістів, однак заважає вчасно змінювати мету і способи її досягнення відповідно до вимог реальної ситуації. <i>Ідентифікація</i> – процес присвоєння установок і поглядів інших, сильних в очах особистості людей, завдяки чому вона менше відчуває свою безпорадність, що зумовлює зниження тривоги.
<u>Середній рівень</u> – самостійна поведінка фахівця чергується з несвідомим чи усвідомленим пристосуванням до оточення; наявне зацікавлене ставлення до процесу і результатів професійної діяльності; учитель періодично демонструє самовладання, здійснює усвідомлений перегляд системи мотивації, самоаналіз, узагальнення знань та досвіду в єдину теоретичну систему; його оцінка власних саморегуляційних умінь та знань неадекватна – завищена чи занижена.	<i>Прийняття та освоєння соціальних ролей</i> – саморегуляція ґрунтується на прийнятті того місця в соціумі, яке виділяється особистості іншими. <i>Механізм спонтанної активності</i> – пошук необхідних умов для прояву вже існуючої активності, що забезпечується мотивацією. <i>Раціоналізація</i> – пошук розумного виправдання своїх невдач або зменшення суб'єктивної значущості недосягнутої мети, що дозволяє знаходити за допомогою інтелектуальних операцій докази самовиправдання або дискредитації зовнішньої ситуації.
<u>Високий рівень</u> – педагог сам організовує свою фахову діяльність, відповідально ставиться до її результатів, добросовісно виконує свої обов'язки; він керується власними цілями та мотивами, сам визначає та змінює особисті установки й цінності, незалежний у судженнях та вчинках; теоретична свідомість і мислення вчителя формуються на основі наявних знань і досвіду, окрема ситуація вирішується ним у контексті навчально-виховного процесу.	<i>Ізоляція</i> – відділення афективних та усвідомлених дій і реакцій. <i>Рефлексія</i> – усвідомлення суб'єктом своїх дій і встановлення зворотного зв'язку між його зовнішнім і внутрішнім світом. <i>Зміна смислу дії (або створення додаткового смислу)</i> – механізм, що формується у спільній діяльності і визначається не тільки мотивами конкретної людини, а й соціальною взаємодією різних людей.

У таблиці 2 узагальнено суть різних механізмів ПСРВ. Аналіз створює умови для їх поділу на три групи: ті, що використовуються при низькому рівні саморегуляції (ригідність, ідентифікація, проекція); при середньому (раціоналізація, прийняття та освоєння соціальних ролей, спонтанної активності); при високому (ізоляція, рефлексія, зміна смислу

дії). Варто зауважити, що ніякі механізми не є „негативними” чи „небажаними”. Усі вони виконують свої функції і забезпечують психічне здоров'я та успішну фахову діяльність учителя-словесника. Однак, серед них найбільш детально вивчена рефлексія. Вона притаманна тільки людині, є „ключовим моментом розвитку особистості” [6, с. 22]. Важливо, що рефлексія сприяє свідомому виконанню будь-якої діяльності. Особливістю цього механізму ПСРВ є його інтелектуальна спрямованість (на усвідомлення знань, способів дій, оволодіння вміннями планування й самоорганізації). Модель педагогічної рефлексії формується за допомогою запитань учителя-словесника до самого себе: „Якої мети я прагну досягти?”; „Чому?”; „Якими засобами?”.

У дослідницьких цілях необхідно було визначити, чи застосовують учителі-словесники елементи професійної саморегуляції у фаховій діяльності усвідомлено, чи знають як корегувати власну діяльність, регулювати свої суб'єктивні відчуття. Для цього було проаналізовано досвід роботи вісімдесяти учителів мови та літератури загальноосвітніх шкіл Тернопільської області (2007-2011рр.). У дослідженні використано методи анкетування, аналізу продуктів діяльності, бесіди, спостереження. Отримані дані подано у статистичній обробці.

Результати емпіричного дослідження свідчать, що почуття невпевненості під час фахової діяльності відчуває 61% опитаних учителів-словесників. У них також виявлено середній ступінь стресостійкості, потребу в застосуванні прийомів особистісної саморегуляції. 37% респондентів потребують допомоги психолога, щоб позбутися негативних установок у фаховій діяльності, тривоги, хвилювання, емоційної нестабільності.

Педагоги вказують, що на стан їхнього здоров'я впливає саме фахова діяльність. Зокрема, психологічний клімат у колективі (31%), надмірне професійне навантаження (3%). Майже у половини опитаних (49%) були нервові зриви на роботі, третина (31%) вказує, що уникла цього, а 20% переживали їх лише раз. 31% респондентів гарне самопочуття пов'язує із міцністю нервової системи, 26% – із саморегуляційними вміннями, зокрема здатністю вчасно переключатися на інший вид діяльності, аналізувати її результати.

На жаль, професія вчителя належить до стресогенних, і це підтверджують результати анкетування: респонденти відчувають труднощі із регуляцією власних емоційних станів, відновленням самовладання. Причому 42% стикаються із цією проблемою дуже рідко, 49% – коли надто хвилюються, 6% – часто, а ще 3% – по-різному в різних ситуаціях. Позитивним є те, що всього лише у 6% опитаних після перебування у школі постійно погіршується настрій, у 51% – не завжди, у 40% – майже ніколи. Такої проблеми не існує тільки для 3% учителів.

Питання саморегуляції актуальне ще й тому, що не всі вчителі мови та літератури однаково оцінюють роль емоцій у фаховій діяльності. Так, 23% респондентів переконані, що будь-які (як позитивні, так і негативні) емоції та почуття заважають взаємодії з учнями. 25% вважають, що позитивні емоції та почуття заважають підтримувати дисципліну. Зате 49% не згодні з такою позицією, вони стверджують, що позитивні емоції та почуття допомагають встановити контакт з учнями. Особливо важливо це на уроках літератури, адже художні твори емоційні за своєю суттю і щоб успішно їх аналізувати, необхідна “гармонія почуттів” між педагогом та дітьми.

Сучасні педагоги відчувають потребу у психокорекції та вказують, що не відмовилися б відвідувати тренінгові заняття (97%), однак покращення саморегуляції емоцій цікавить лише 17% опитаних. 37% хотіли б підвищити рівень власних комунікативних умінь, 20% – навчитися майже без зусиль підтримувати дисципліну у класі, 15% – сформуванню навички утримання уваги, покращення пам'яті, 11% – оволодіти методом переключення. 54% респондентів хотіли б також скорегувати взаємини з учнями (20%), колегами (14%), керівництвом (11%), друзями, знайомими (6%), родичами (3%).

Таким чином, учителі-словесники відчують потребу гармонізувати власну емоційну сферу, скорегувати деякі стосунки, вдосконалити вміння професійної саморегуляції.

Такий висновок підтверджується тими фактами, що педагоги використовують окремі прийоми саморегуляції у різних ситуаціях фахової діяльності. Наприклад, перед уроком 91% респондентів застосовує самонавіювання (налаштовується на плідну співпрацю з учнями, спокійну та ділову атмосферу уроку).

Однак почуття впевненості у своїй фаховій діяльності відчують лише 39% опитаних. 19% іноді сумніваються в собі, а 14% постійно не впевнені у своїх діях. 3% респондентів остерігаються негативної оцінки колег, методистів. 25% у складних ситуаціях покладаються на інтуїцію.

Таким чином, учителі-словесники відчують потребу вдосконалювати як саму діяльність, так і стосунки з оточенням, здійснювати самовиховання та самоформування себе як фахівця. Велика частина педагогів пов'язує зі своєю професією погане самопочуття, негативні емоції, невпевненість. Але вони готові приймати професійну допомогу (психокорекція), вдосконалювати власну фахову діяльність та себе самих. Отже, учителі мови та літератури усвідомлюють, що удосконалення процесів їхньої професійної саморегуляції сприятиме успішності, надійності, продуктивності будь-якого аспекту фахової діяльності.

Перспективи подальших досліджень передбачають вивчення особливостей функціонування професійної саморегуляції педагогів різних спеціальностей.

Список використаних джерел

1. Войтюк Н. Л. До питання про професійну саморегуляцію вчителя / Н. Л. Войтюк // Ціннісні пріоритети освіти у ХХІ столітті: орієнтири та напрямки сучасної освіти: матеріали ІІ Міжнародної науково-практичної конференції, 2-5 жовтня 2005 р., м. Луганськ. – Луганськ : Альма-матер, 2005. – Ч. 2. – С. 193-201.
2. Гребенюк О. С., Гребенюк Т. Б. Сфера саморегуляції / О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк [Електронний ресурс] // Основи педагогіки індивідуальності. – Режим доступу: <http://www.auditorium.ru/books/799/>.
3. Качан Г. А. Развитие навыка осознанного саморегулирования будущих учителей экономики / Г. А. Качан [Електронний ресурс] // Сборник трудов межвузовской научно-практической конференции «Современные проблемы становления профессионально-педагогической культуры (преподавателя вуза, колледжа, лицея, школы)». – Режим доступу: http://rspu.edu.ru/article/index.php?id_article=287&id_page=15.
4. Моросанова В. И. Акцентуация характера и стиль саморегуляции у студентов / В. И. Моросанова // Вопросы психологии. – 1997. – № 6. – С. 30-38.
5. Сухобская Г. С. Формирование творческого мышления педагога как социально-психологическая проблема / Г. С. Сухобская // Проблемы высшего педагогического образования [под ред. Г. С. Сухобской]. – Л., 1977. – С. 3-9.
6. Тур Р. Й. Педагогічна рефлексія – основа формування творчого саморозвитку особистості / Р. Й. Тур // Управління школою. – Харків, 2004. – №13. – С. 22-24.
7. Чайка В. Підготовка майбутнього вчителя до саморегуляції педагогічної діяльності: монографія, за ред. Г. Терещука / В. Чайка. – Тернопіль: ТНПУ, 2006. – 275 с.

The article analyzes the phenomenon of professional self-regulation of a teacher-philologist. Its structure (components and functions), levels of formation, ways to develop the basic mechanisms are described. The results of the empiric research of professional self-regulation role in the professional activity of teachers of language and literature are resulted.

Key words: professional self-regulation of teaches, structure, functions and components, levels of formation, mechanisms of teachers' professional self-regulation.