

РОЛЬ ПЕДАГОГА - ПСИХОЛОГА В АДАПТАЦИИ МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Калашникова Е.Н.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Борисоглебского городского округа «Борисоглебская средняя общеобразовательная школа № 10»

Сегодня перед системой образования стоит серьезный вызов – нехватка педагогических кадров. Средний возраст учителей в Воронежской области уже достиг 45 лет, а количество молодых специалистов едва достигает 10%. Однако даже те, кто приходит в школу, не всегда задерживаются: к пятилетнему рубежу остается лишь чуть больше половины. Очевидно, что для привлечения молодых педагогов необходима эффективная система наставничества.

Наставничество – это не просто передача опыта, а комплексная поддержка, включающая профессиональную адаптацию, развитие компетенций и создание комфортных условий для работы.

Здесь важную роль играет педагог-психолог, правильная организация системы работы будет способствовать успешной адаптации молодых педагогов, предупреждению раннего профессионального выгорания, развитию профессиональной привязанности и любви к педагогической деятельности, как следствие решение кадровых вопросов и привлечение молодых специалистов в школы.

Адаптация к профессии проходит на нескольких уровнях.

- Организационный - знакомство с внутренними процессами школы, управление нагрузкой, понимание нормативно-правовой базы.
- Психологический - преодоление стрессов, привыкание к новым условиям труда.

- Профессиональный - освоение ключевых компетенций, выполнение должностных обязанностей.
- Социально-психологический - интеграция в коллектив, выстраивание коммуникации с коллегами, учениками, родителями.

Именно психофизиологический и социально-психологический аспекты требуют особого внимания со стороны педагога-психолога. Правильно организованная поддержка не только снижает вероятность профессионального выгорания, но и помогает молодым специалистам обрести уверенность в выбранном пути.

В этом направлении все виды деятельности педагога психолога остаются традиционными и включают в себя следующие направления.

1. Диагностику – понимание уровня адаптации и потенциальных сложностей.
2. Консультирование – помощь в осмыслении профессиональных вызовов и решении имеющихся проблем.
3. Просвещение – обучение методам саморегуляции и управления стрессом.
4. Профилактику – предотвращение эмоционального выгорания и предупреждение профессиональных затруднений.
5. Коррекцию – работа с конкретными профессиональными трудностями и страхами.

Действительно, без диагностики мы не можем увидеть проблему, которую нам необходимо устранить, либо предупредить. Результаты диагностики являются основанием для выстраивания индивидуального плана развития молодого учителя. На этапе вхождения в профессию можно рекомендовать использовать арт-терапевтический приём «Мой профессиональный путь, как дорога».

Цель данного приёма, определить актуальное эмоциональное состояние, сформировать представления о профессиональном пути.

Для организации работы необходимы: лист формата А4 и материалы для рисования.

Педагог-психолог организует работу:

- Перед вами чистый лист вашего профессионального пути, но в руках у вас входной билет, это ваш диплом. Отметьте на листе точку получения входного билета, это и будет началом вашего профессионального пути. Очень важно, какую роль вы выберете, следуя по ходу дороги, и кем хотите в ней быть. Подумайте, каким вы хотите изобразить ваш профессиональный путь. Извилистым или прямым, заросшим травой или вымощенным желтым кирпичом. Что или кто встретится вам на пути. Каждый сам определяет, какой будет его дорога, и сам выбирает, по какому пути ему идти.

Позже, проанализировав рисунки, можно увидеть страхи, проблемы, цели, перспективы молодого педагога.

При планировании системы консультационной работы, в зависимости от количества молодых специалистов мы можем использовать как индивидуальные формы работы, так и групповые, различные форматы: онлайн, офлайн. А также разнообразить консультации интересными интерактивными приёмами. «Зеркализация» – прием заключается в незаметном для консультируемого повторении его высказываний и движений. «Зеркализировать» можно жесты, мимику, пантомимику, интонацию, ударение, паузы в речи молодого педагога и т.п. Этот приём позволяет психологу глубже понимать состояния, мысли, переживания педагога и устанавливать с ним близкие, доверительные отношения. «Перифраза» – краткая реплика психолога, предназначенная для уточнения смысла того, что говорит консультируемый. Для этого приема можно использовать слова: «Итак...», «Вы сказали...», «Правильно ли я вас понял, вы сказали...». «Рефрейминг», это приём, когда психолог, используя жалобу или замечания молодого педагога, изменяет их таким образом, что то, что было негативным, служило основанием для беспокойства и переживаний, становится

причиной положительных эмоций, способных если не полностью снять негативные переживания, то, по крайней мере, существенно уменьшить их значимость и интенсивность. Например: «двигательная возбудимость – творческий порыв», «они постоянно меня контролируют – они хотят вам помочь», «родители часто звонят мне и отнимают много времени – им важно ваше мнение».

Профилактика и коррекция.

Реализация данного направления сопровождения предполагает проведение педагогом-психологом мероприятий, направленных на достижение планируемых результатов. Это могут быть тренинги, мастер-классы, психологический анализ урока, выполнение молодым учителем специальных упражнений и заданий и т. п. Темы мероприятий необходимо подбирать в соответствии с индивидуальным планом сопровождения молодого педагога или имеющимися запросами специалиста. Возможные темы: «Учитель и проблема дисциплины», «Познай себя», «Психологическая и профессиональная компетентность», ролевая игра «Портрет профессионала», «Умение слышать и слушать», «Стресс», «Сохранение и пополнение эмоциональных ресурсов организма», «Рациональное использование времени – важный фактор эффективной работы и достижения успеха», «Конфликт» и другие.

Педагог, особенно молодой, должен видеть и понимать перспективы своего профессионального роста. Необходимо создавать условия для вхождения учителя в педагогическое сообщество не только своего коллектива. Конкурсное движение, повышение квалификации, работа в творческих группах, инновационная деятельность, освоение новых педагогических технологий и т.д. Мир педагога должен быть шире одного образовательного учреждения, где зачастую его профессиональная деятельность сводится к тому, что, он осваивает какие-то компетенции, и дальше он фактически попадает в «учительскую рутину». Целеустремленные педагоги при хорошей методической поддержке – кадровый

потенциал современной школы. Ведь для таких педагогов профессиональное выгорание менее опасно.

По мнению классика Л.Н. Толстого: «...Качество жизни человека определяется количеством радости в ней. Радость – это главное топливо осознанной жизни, это сосредоточение смыслов и ценностей...». Есть много секретов возвращения радости, один из которых упражнение: «Скорая помощь для восстановления сил».

На листе бумаги необходимо написать 5 видов повседневной деятельности, приносящих вам удовольствие. Затем расположите их по степени значимости. Это и есть ваш ресурс, который можно использовать в качестве «скорой помощи» для восстановления сил. Чтобы сделать свои будни ярче, можно создать собственный «Блокнот удовольствий», в который вы будете записывать все, что доставляет вам удовольствие. Так каждодневную рутину можно превратить в собственный творческий проект, который утешит и вдохновит.

Таким образом, использование перечисленных приемов работы педагогом – психологом в процессе адаптации молодых специалистов к педагогической профессии будет способствовать более быстрому и успешному процессу адаптации и предупреждению раннего профессионального выгорания.

Литература

1. Жукова Т.С. Проблемы молодого педагога в современной школе [Электронный ресурс] // Мультиурок. 23.11.2017. URL: <https://multiurok.ru/blog/probliemy-molodogho-piedaghogha-v-sovriemiiennoi-shkolie.html> (дата обращения: 23.11.2017).