

Психологическая культура педагога и арт-терапия

педагог-психолог
ГУО «Гимназия №1 г. Новогрудка»
Кандрусик А.А

Психологическая культура, какова ее роль в профессиональных отношениях в учреждении образования? Каким же образом формировать психологическую культуру педагога? Какие формы и методы работы могут быть действительно эффективными при работе с педагогами?

Современное общество постоянно изменяется, ускоряются темпы жизни, что в свою очередь приводит к изменениям во взаимоотношениях, доминирующих системах ценностей различных социальных и возрастных групп населения. Далеко не каждому человеку удаётся адаптироваться к происходящим изменениям, освоить новые формы социальных отношений. Недостаточно высокий уровень психологической культуры может привести к возникновению конфликтных ситуаций в отношениях, снижает продуктивность различных видов деятельности, что позволяет рассматривать проблемы взаимодействия как проблемы внутренней психологической культуры.

Несмотря на появление исследований в сфере культурно-психологических проявлений недостаточно изученной является проблема разработки форм, средств и механизмов развития психологической культуры педагогов, не в полной мере исследованы возможности влияния педагогического коллектива, руководителей учреждений образования и т.д. на совершенствование культурно-психологических проявлений учителей.

Какова же роль педагога-психолога в повышении психологической культуры педагога?

При общении с педагогами очень важно дать понять, что труд педагога важен, труден и ценен. Учитель, чувствуя уважение и понимание со стороны, вряд ли встанет в позицию конфликта.

Посредством чего же следует повышать психологическую культуру педагога?

Во-первых, необходимо формировать психологическую грамотность педагога: знакомство с системой научных психологических знаний о человеке и социальном взаимодействии людей, системой адекватных представлений о своем внутреннем психическом мире и личностно-индивидуальных качествах, развивать социальный интеллект, креативность, склонность к социальному творчеству.

Во-вторых, формирование психологической компетентности, обеспечивающей эффективность поведения, деятельности или социального взаимодействия с людьми.

В итоге, мы получим зрелую психологическую культуру, как развитый механизм личностной саморегуляции, которая обеспечивает и эффективное, и безопасное, и гуманное взаимодействие с людьми, способность противостоять внешнему давлению, способность подавить отрицательные эмоциональные воздействия и сильные переживания, способность не допускать срывов деятельности при значительных психических и физических нагрузках, самоконтроль, выдержка, настойчивость в утверждении нравственных ценностей и отстаивании нравственных принципов.

Работа по повышению психологической культуры педагогов может носить, как профилактический характер, так и коррекционно-развивающий. Исходя из этого, в годовой план вносятся мероприятия, которые способствуют повышению психологической культуры. В ходе тренинговых занятий, педагоги могут не только пополнить свои психологические знания, но и приобрести необходимые культурно-психологические навыки, повысить свою самооценку.

Повышение психологической культуры педагога является важным условием оптимизации педагогического труда. Только педагог, характеризующийся направленностью на гуманистические ценности, стремящийся к реализации гуманистической парадигмы на основе высокого уровня овладения психологическими знаниями и умениями, может быть эффективным и конкурентоспособным.

Педагогическая деятельность насыщена разного рода напряженными ситуациями, связанными с повышенным эмоциональным реагированием. Деятельность педагога становится напряженной, когда она воспринимается, понимается, оценивается как трудная и сложная. Педагоги подвержены эмоциональному выгоранию — приобретенному профессиональному поведению, которое связано с экономным расходом энергетических и эмоциональных ресурсов, снижением эмоциональной чувствительности к людям и ситуациям. В результате педагог «закрывает глаза», «не обращает внимания», «бережет нервы», проявляет безразличие, равнодушие и душевную черствость, у него снижены сопереживание, соучастие, интерес к окружающей действительности.

Повышение психологической культуры педагогов способствует снятию эмоционального напряжения и развитию эмоциональной устойчивости.

Одной из популярных форм достижения этого является применения метода арт-терапии.

Назначение арт-терапии, утверждает В. Беккер-Глош, не в том, чтобы выявлять психические недостатки или нарушения. Напротив, она обращена к сильным сторонам личности, а также обладает удивительным свойством внутренней поддержки и восстановления целостности человека.

Целью опыта работы в учреждении образования по повышению психологической культуры при помощи использования метода арт-терапии является расширение кругозора у педагогов в отношении способов, приемов и методов, используемых на занятии, раскрытие потенциальных возможностей человека, стимулирование процессов самопознания и самосовершенствования, самовыражение, расширение личного опыта, внутренняя интеграция личности (различных ее аспектов и компонентов) и интеграция с внешней, этнической, культурной.

Преимущества метода арт-терапии в психологическом сопровождении педагогического коллектива:

- 1) предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально приемлемой манере;
- 2) работа с мыслями и чувствами личности;
- 3) помогает укрепить взаимоотношения в коллективе;
- 4) способствует возникновению чувства внутреннего контроля и порядка;
- 5) развивает и усиливает внимание к чувствам;
- 6) повышение самооценки, уверенности в себе и своих возможностях;
- 7) усиливает ощущение собственной личностной ценности.

Таким образом, арт-терапия, по своей сути конгруэнтна педагогике, поскольку в качестве стратегической цели она так же, как и педагогика, имеет социально успешную, здоровую личность педагога, характеризующуюся высоким уровнем самореализации и качества жизни. Можно также рассматривать арт-терапию в качестве средства, способствующего смягчению влияния на организм и психику педагогов определенных факторов, связанных с системой образования и характерными для нее психологическими нагрузками и институциональными отношениями.

Проведенная работа с педагогами с использованием метода арт-терапии способствует изменениям основных показателей профессионального здоровья педагогов, повышению психологической культуры: общая средняя оценка состояния и отношения к собственному образу «Я» повысилась на 11%; общая средняя оценка уровня психологической культуры на 7,6%; общая средняя оценка

творческих способностей повысилась на 5,4%; тематика рисунков также «сдвинулась» в сторону высших самоактуализационных потребностей.

Несмотря на положительный результат работы, возникают и трудности: страх новизны; отсутствие специальной предметно-пространственной среды в учреждении образования.

С другой стороны, в результате использования арт-терапевтических упражнений стал заметным профессиональный и личностный рост педагогического коллектива, принимавших участие в работе. Перспективность применения арт-терапевтических техник в психологическом обеспечении профессиональной деятельности педагогов связана с природной потребностью человека в творческом самовыражении, в сохранении своего физического, психологического и профессионального здоровья, в личностном и духовном развитии, самоактуализации, а также с возможностью решения задач гуманизации педагогического труда.

Арт-терапия одно из основных средств, способствующего смягчению влияния на организм и психику педагогов определенных факторов, связанных с системой образования и характерными для нее психологическими нагрузками и институциональными отношениями.

