

2. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації навчання осіб з особливими освітніми потребами у закладах загальної середньої освіти у 2020/2021 навчальному році : Лист Міністерства освіти і науки України від 31 серп. 2020 р. № 1/9-495. URL: [https://osvita.ua/legislation/Ser\\_osv/76129/](https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/76129/) (дата звернення: 29.03.2021).

## **ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИХОВАННЯ ЯК ФАКТОР ПРОФІЛАКТИКИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ФАХІВЦІВ ІНКЛЮЗИВНО-РЕСУРСНИХ ЦЕНТРІВ**

*Главацька Ольга Леонідівна,  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри соціальної роботи, спеціальної освіти  
та менеджменту соціокультурної діяльності,  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка,  
E-mail: olga.raduk@gmail.com*

Швидкий темп життя, соціально-політичні та соціально-економічні зміни, які відбуваються в Україні сьогодні, висувають до фахівців інклюзивної освіти складні, високі вимоги. Специфіка роботи фахівців інклюзивно-ресурсних центрів полягає у значній кількості емоційно-складних та когнітивно-насичених міжособистісних контактів, які впливають на їх психологічний стан, обумовлюють виникнення емоційного напруження та розвиток професійних стресів. Одним з проявів, що виявляється у діяльності фахівця інклюзивно-ресурсного центру є вираженість професійної деформації.

Питання професійної компетентності, деформації та вигорання в професіях соціономічного типу вивчали такі науковці: психологи (Л. Анциферова, Е. Зеєр, В. Подвойський та ін.), фахівці із соціальної роботи (А. Капська, П. Павленок, М. Фірсов та ін.), педагоги (В. Сластьонін, А. Мудрик, І. Липський, Н. Нікітіна та ін.). Загальні теоретичні аспекти самовиховання обґрунтовано у працях Б. Ананьєва, І. Беха, С. Ковальова, Ю. Орлова, В. Оржеховської, Г. Селевко, Г. Ситіна та ін. Однак на сьогоднішній день налічується незначна кількість робіт, які спрямовані на дослідження професійного самовиховання як фактора профілактики професійної деформації фахівців інклюзивно-ресурсних центрів.

У найзагальнішому вигляді професійна деформація – це прояви у особистості під впливом деяких особливостей професійної діяльності таких психологічних змін, які починають негативно впливати на здійснення цієї діяльності й на психологічну структуру самої особистості, знижують її результативність і соціальну адаптивність. Можна вважати, що це змінений особистісний шлях розвитку, який відхиляється від моральних та професійних норм та руйнує цілісність, стійкість особистості, сформованість професійних якостей, знижує рівень її адаптації та ефективність професійного функціонування під впливом змісту професійної діяльності та індивідуально-психологічних особливостей фахівця [1].

У науковій літературі описані наступні групи факторів, що детермінують професійну деформацію: об'єктивні та суб'єктивні. До об'єктивних належать:

- організаційні (неефективний профвідбір та профпідготовка, нечіткі критерії ефективності роботи, слабка мотивація);
- соціально-виховні (переважання неконструктивної критики та стягнень);
- юридичні (недоліки у законодавстві, детальна нормативна регламентація);
- соціально-економічні (оплата та умови праці, матеріально-технічна база);

– соціально-психологічні (конфліктність відносин, низький престиж професії, негативний морально-психологічний клімат у колективі, жорсткий контроль та авторитарний стиль керівництва);

– умови діяльності (владні повноваження, робота в колективі, підвищена відповідальність, фізичні та психічні перевантаження, стреси, робота із деформованими особистостями, ненормований робочий день, нестабільний графік роботи, екстремальність, ризик, відсутність позитивних вражень, необхідність виконувати не свої обов'язки) [1].

Суб'єктивними причинами виникнення професійної деформації є:

*1. Індивідуально-психологічні:*

– деформовані психічні процеси (стереотипне сприйняття, низький інтелект, слабо розвинена мова, негативні емоції та почуття, слабка воля);

– негативні психічні стани;

– негативні риси (підозрілість, жорстокість, брутальність, цинізм, неврівноваженість, самовпевненість, конфліктність), та занадто виражені акцентуації характеру;

– відсутність комунікативних та організаторських здібностей;

– незначний життєвий та професійний досвід;

– негативна спрямованість (переконання, ідеали, цінності, інтереси та потреби);

– неадекватно завищена самооцінка та рівень вимог;

– низький професійний, загальнокультурний, освітній, моральний рівень.

*2. Соціально-психологічні:*

– соціально-психологічна дезадаптація (тривожність, невпевненість);

– відсутність мотивації (розчарування в професії);

– правовий нігілізм (почуття безкарності);

– безініціативність, бюрократизм, конформізм, консерватизм, шаблонність мислення та дій [1].

Фахівець інклюзивно-ресурсного центру при тривалому виконанні професійних функцій піддається впливу різних чинників, пов'язаних зі специфікою виконання роботи. «Синдром професійного вигорання» як один із проявів професійної деформації. Ознаками синдрому можуть бути: відчуття емоційного виснаження, наявність психосоматичних захворювань, наявність негативних почуттів до клієнтів, негативне сприйняття себе як професіонала, збільшення почуття агресії і почуття провини та ін. [2].

Ще одним із проявів професійної деформації є так зване «професійне старіння працівника». Умовно можна виділити наступні види «старіння»: соціально-психологічний (зростання потреби в постійному схваленні, зміна професійної мотивації, ослаблення гнучкості професійної поведінки та професійної інтелекту та ін.); морально-етичне (скептичне ставлення до всього нового, перебільшення заслуг свого покоління, нав'язливе моралізування та ін.); індивідуально-професійне (складність в адаптації до постійно змінюваних умов професійної діяльності, несприйнятливості або скептичне ставлення до нововведень, зниження рівня професійної ініціативності й активності та ін.) [3].

Значний вплив на професійну деформацію працівника мають так звані «деструкції очікувань», що полягають в розбіжності очікувань фахівця з реаліями професійної діяльності. Якщо його очікування і професійна реальність не збігаються, то це стає джерелом трудового стресу, а з часом і причиною розчарування в житті [4].

Фахівець з легкістю пристосовується до професійної дійсності, якщо зробить свої очікування розумними. Замість того, щоб впасти в депресію, самоізоляцію, може ефективно адаптуватися в професійній діяльності, використовуючи технологію професійного самовиховання.

Професійне самовиховання науковцями подається як вища форма самовдосконалення, цілеспрямований процес розвитку власних здібностей у професійній діяльності; як «свідома робота щодо удосконалення своєї особистості як професіонала: адаптування своїх індивідуально-неповторних особливостей до вимог діяльності, постійне підвищення

професійної компетентності і неперервне удосконалення ідейно-моральних та інших соціальних властивостей своєї особистості» [5].

Структуру процесу професійного самовиховання узагальнено можна подати таким чином:

- активізація мотивів професійного самовиховання;
- визначення мети і завдань професійного самовиховання;
- обґрунтування плану, змісту професійного самовиховання;
- активізація інформаційної основи професійного самовиховання і прийняття рішення: вибір засобів (своєрідних «знарядь» впливу на себе) і методів (способів організації діяльності із самоперетворення) професійного самовиховання;
- самоконтроль професійного самовиховання (зіставлення очікуваних результатів з реально досягнутими);
- регулювання і корекція професійного самовиховання;
- аналіз результатів професійного самовиховання (тих змін, які відбулися в особистості фахівця в результаті цілеспрямованої самодіяльності з професійного самовиховання) [6].

Професійне самовиховання фахівця обумовлюється багато в чому його суб'єктивним досвідом, що формується в процесі професійної діяльності. Однак основою даного процесу виступає духовно-моральний компонент особистості, глибинна внутрішня мотивація професійного самовиховання, прагнення до адекватної професійно-особистісної персоналізації.

Структура професійної соціальної діяльності не постійна, її зміст змінюється з особистісним зростанням фахівця. Розвиток особистості стимулює перетворення професійної діяльності, наповнює її новим змістом через процес персоналізації. Професійна позиція фахівця інклюзивно-ресурсного центру будується на його відносинах до себе, людей, життя. Саме ставлення до себе, вміння ставити перед собою реально досяжні цілі, моральна зрілість особистості дозволяють уникати стану «втрати себе», яке може бути викликане психотравмуючим впливом професії.

В аспекті здійснення професійного самовиховання з метою профілактики професійної деформації значущими є наявність у фахівця інклюзивно-ресурсного центру особистісних якостей (цілеспрямованість, самостійність, активність, впевненість, комунікативність та ін.) і умінь (самоорганізаційних, самодослідницьких, самооцінних, саморегуляційних).

Важливою складовою у профілактиці професійної деформації є самопомога. Якщо фахівець інклюзивно-ресурсного центру виявив у себе її ознаки, то необхідно скласти план «самооновлення»:

- постановка нових цілей і завдань особистого зростання;
- освоєння і активне використання спеціальних технік відновлення втрачених ресурсів життєстійкості і позитивного світосприйняття;
- здобуття нових знань і навичок ефективного спілкування з іншими людьми та ставлення до себе;
- оптимізація режиму праці та відпочинку;
- періодична переоцінка себе і своїх досягнень;
- збалансований спосіб життя;
- зміна мікроклімату в сім'ї;
- перетворення «стресового» стилю життя в «не стресовий» [7; 9].

Значну увагу слід приділити вдосконаленню умінь управляти власним часом, оскільки дефіцит часу, як і нераціональне його використання, призводить до незадоволеності власними результатами [8]. Слід також вказати, що важливими ресурсами особистості, в процесі протидії стресовим ситуаціям є: поверхневі, глибинні, соціально-психологічні, зовнішні, внутрішні, особистісні та поведінкові.

Таким чином, динамізм професій соціономічного типу часто специфічно впливає на взаємини у сфері «людина-людина» і за десять років трудової діяльності професійні деформації викривляють і деперсоналізують особистість. Вона стає байдужою до раніше улюбленої діяльності, знецінюється спілкування із професійною групою, знижується ефективність праці, переважають негативні емоційні переживання і підвищується тривожність. Саме одним із факторів профілактики професійної деформації фахівців інклюзивно-ресурсного центру є професійне самовиховання.

Попередженню професійної деформації фахівців інклюзивно-ресурсного центру сприяє виконання низки рекомендацій: визначення короткострокових і довгострокових цілей; рівномірний розподіл професійних навантажень, творчий підхід до роботи та оптимізація режиму роботи і відпочинку; оволодіння вміннями і навичками релаксації та саморегуляції; професійний розвиток і професійне самовиховання; емоційне спілкування, конструктивне вирішення конфліктів та успішні моделі доцільної поведінки; фізичні навантаження і здоровий спосіб життя.

*Список використаних джерел:*

1. Безносів С. П. Професійна деформація личности. Санкт-Петербург : Реч. 2004. 272 с.
2. Порошенко М. А. Інклюзивна освіта : навчальний посібник. Київ : ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 300 с.
3. Ільєнко М. М., Пузіков Д. О. Професійне «вигорання» фахівців: фактори, зміст, шляхи запобігання та подолання. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: тези доповідей*. Київ : Університет «Україна», 2008. С. 306–309.
4. Масляч К. Професійне вигорання: як люди справляються. Практикум по соціальної психології. Санкт-Петербург : Питер. 2001. С. 43–58.
5. Березовська Л. І. Самовиховання та саморегуляція особистості : навч. посіб. Київ : Видавничий дім «Слово», 2011. 168 с.
6. Постолук М. І. Організація професійного самовиховання майбутніх педагогів. *Вісник Чернівецького університету. Педагогіка*. 2001. №11. С. 120–123.
7. Главацька О. Л. Основи самовиховання особистості : навч.-метод. посіб. Київ : Кондор, 2008. 206 с.
8. Зайверт Л. Ваше время в ваших руках : советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время. Москва : Интерэксперт, 1995. 266 с.
9. Hlavatska O. Specific features of social workers' professional burnout. *Social Work and Education*. 2017. Vol. 2. P. 27–35.

## **АРТ-ТЕРАПІЯ В ІНКЛЮЗИВНІЙ ОСВІТІ**

*Головатюк Іван Григорович,  
артист Тернопільського обласного  
академічного театру актора і ляльки  
E-mail: ivan\_holovatiuk@ukr.net*

Арт-терапія є ефективною формою роботи зі студентами, що мають особливі освітні потреби, зокрема поведінкові, емоційні або психологічні порушення. Основний потенціал арт-терапії для навчання в умовах інклюзії полягає в тому, що арт-терапія дає можливість особистості висловитися невербально, за допомогою мистецьких засобів і інструментів.

Серед основних проблем, з якими стикаються школярі і студенти, що мають особливі освітні потреби, можна виокремити труднощі з соціальною адаптацією, орієнтація в просторі, порушення координації, скутість рухів, відсутність або затримка мовленнєвого