

## ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ТВОРЧЕСТВО ПЕДАГОГА – САМОРАЗВИТИЕ МЕТОДАМИ ЭСТЕТОТЕРАПИИ

**Пасько Екатерина Николаевна**

кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры психологии, Сумской государственной педагогической университет имени А.С.Макаренко, г.Сумы, Украина

**Pasko Katerina Nickolaevna**

Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology Educational-Scientific Institute of Pedagogy and Psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S.Makarenko  
Sumy (Ukraine)

Общепринято, что педагогическая деятельность по своей сути является деятельностью творческой. С течением времени приходит осознание того, что набор необходимых знаний, умений и навыков давно получен, есть опыт профессиональной деятельности. Но ученые пришли к заключению о связи обучения, саморазвития и улучшения качества жизни. Это подтверждается и тем, что в современном мире существует множество людей, которые постоянно находятся в процессе самообучения и саморазвития и именно это, по их мнению, является основным, среди других качеств, отвечающих за их успех и процветание.

Жизнь современного человека лишена статичности. Бесконечное движение, развитие и изменения – это основное. Человек, являющийся частью общественной жизни, либо движется вместе с ней, либо нет. По своему выбору и желанию. И процесс обучения новому, как раз и отражает движение человека в потоке изменяющихся условий игры. Получается, что при движении с течением, человек остается на плаву, но при остановке – обязательно «тонет» в потоке постоянно обновляющейся информации, достижений, технологий и т.д.

Преподаватель априори занимает позицию человека движущегося в потоке современной жизни, знаний, а временами и продуцирующего их, используя свою креативность.

Современный мир предлагает нам огромное изобилие вариантов новых знаний, на которые стоило бы обратить внимание учителю. Опираясь на собственные интересы, на то, что действительно увлекает, чем можно заниматься долго и без усталости, от чего возникает чувство радости можно определиться с выбором направлений саморазвития.

Но в данной научной статье хотелось бы привлечь внимание учителей, преподавателей к аспектам психологической стороны формирования учителя. Стоит остановиться более подробно на том, зачем нужно развивать именно этот аспект.

Современная образовательная система претерпевает множество изменений, что влияет, прежде всего, на психологическое здоровье учителя. Согласно общедоступным исследованиям, в ходе работы преподаватели могут подвергаться стрессам, которые проявляются несдержанностью, оскорблениями, грубостью, окриками или другими формами непрофессиональных реакций на раздражители. В результате таких факторов, как низкая заработная плата, недоверие родителей и коллег, отсутствие необходимого опыта общения с учениками (у молодых специалистов), временной дефицит, напряженный ритм работы, некомфортные условия работы: отсутствие своего кабинета

или должного технического оснащения, неэффективный стиль руководства и др. может возникать синдром профессионального выгорания. Также стоит упомянуть о возрастных и личностных кризисах, которые присутствуют в жизни каждого человека и, несомненно, влияют на эмоциональное состояние, физическое и психологическое здоровье. Список мотивирующих факторов, способствующих привлечению нашего внимания к изучению психологии и себя через психологию, можно продолжать достаточно долго. Вопрос саморазвития педагогов в данном направлении не теряет своей актуальности.

Можно самостоятельно искать, изучать, практиковать психологию, сейчас возможностей великое множество. Но также можно получать психологические знания в группе, под руководством. Здесь возникает другая мотивация и атмосфера. Самостоятельно можно выбрать и формат мероприятия. Это может быть тренинг, практикум, интенсив, мастер-класс, конференция, саммит, книги, методические пособия или другие удобные формы обучения. Каждый решает сам и выбирает для себя лучший способ развития по потребности и возможности.

Одним из векторов современной психологии, который может быть полезен педагогам в качестве направления саморазвития, улучшения качества профессиональной и личной жизни, является эстетотерапия.

Эстетотерапия – интегрированное понятие, которое объединяет две составляющие: эстетическую (от греч. чувственный) и терапевтическую (от греч. лечение). Таким образом, предполагается своеобразное лечение человеческой души через ее чувственную сферу.

Эстетотерапия, как психологическое направление, предполагает целенаправленное стабилизирующее влияние на эмоционально-чувственную сферу личности с целью создания для нее психологического комфорта и раскрытия творческого потенциала.

С помощью методов эстетотерапии можно научиться способам управления эмоциональными состояниями, научиться оказывать себе психологическую самопомощь в стрессовой ситуации, изучить способы снижения стрессовых реакций организма, создать в классе позитивный настрой на учёбу, хорошие отношения, научиться быть в гармонии с собой, а соответственно, и приходить на работу в хорошем настроении, практиковать приёмы релаксации и т.д.

Среди эстетотерапевтических методов оптимизации своего психического состояния – релаксация, арт-терапия, цветотерапия, библиотерапия, дыхательные техники, ландшафтная терапия, фототерапия, изотерапия, песочная терапия, танцевальная терапия и многие другие.

Существует и целый ряд направлений в эстетотерапии, которые интересно познавать и воплощать в жизнь. Это может быть мандалатерапия, направленная в первую очередь на выявление психологической или эмоциональной проблемы, осознание ее и дальнейшую проработку; кинотерапия, которая позволяет человеку переосмыслить собственный внутренний мир, расширить возможности сознания; работа с метафорическими картами, в основе которых лежит метафора, являющаяся мощным средством развития самосознания и субъектности; трансформационные психологические игры, такие как: «Психосоматика», «Дневник воспоминаний», «Сказка внутри меня» и др., – это инструмент самопознания. Такого рода игры ориентированы на работу с личными запросами участников, направлены на нахождение оптимальных решений и преодоление личностных кризисов и сложных ситуаций, и также на достижение персональных целей участников игры.

Таким образом, эстетотерапия – это своеобразный символический процесс осознания себя и мира. В творчестве воплощаются чувства, надежды и страхи, ожидания

и сомнения, конфликты и примирения. Творческие возможности человека, раскрываемые и реализуемые в процессе эстетотерапии, стимулируют его интеллектуальное и эмоциональное развитие, раскрывают его индивидуальность, дают возможность преодолеть установленные социумом ограничения, воздвигнутые сознанием барьеры и просто дают ощущение собственной значимости, уникальности и самооценности.

Подводя итоги выше сказанного, стоит подчеркнуть, что перспективность использования эстетотерапевтических методик 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.

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЕЙ НОВОЙ УКРАИНСКОЙ ШКОЛЫ**

**Лалак Н.В.**

канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики начальной школы

**Фенчак Л.М.**

канд.пед.наук, доцент кафедры теории и методики начальной школы,  
Мукачевский государственный университет, Украина

## **FEATURES OF PROFESSIONAL ACTIVITY OF TEACHERS OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL**

**Lalak N.V., Ph.D.,**

assistant professor of theory and methodology of elementary education

**Lyubov Fenchak, Ph.D.,**

assistant professor of theory and methodology of elementary education

Mukachevo State University

Среди тенденций, присущих украинскому обществу, особое значение приобретают реформы, ориентированные на обеспечение качественно новой системы образования. В Концепции Новой украинской школы отмечено, что современные заведения общего среднего образования требуют нового учителя, который может стать агентом изменений. «Украинская школа будет успешна, если к ней придет успешный учитель. Он – успешный учитель и специалист – решит очень много вопросов относительно качества преподавания, объема домашних заданий, коммуникации с детьми и администрацией школы. К детям должен прийти педагог-лидер, который может вести за собой, который любит свой предмет, его профессионально преподает» [5].

Эффективность деятельности современного педагога находится в непосредственной зависимости от его профессионализма, мотивации на результативную деятельность. В контексте настоящего, школы требуют компетентного специалиста. Прежде всего, это учитель-профессионал, который является творческой личностью, способной к самообучению в течении жизни, самосовершенствования и саморазвития; это учитель-исследователь, который постоянно ищет, анализирует, апробирует рациональные пути,