

## К ПРОБЛЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПЕДАГОГОВ

**Андреева Ольга Викторовна,**

кандидат психологических наук,  
Орский гуманитарно-технологический институт  
(филиал) ФБГОУ ВПО  
«Оренбургский государственный университет»,  
г. Орск, Оренбургская область

**Аннотация:** в статье рассматривается сущность психологического консультирования, говорится о том, что деятельность психолога-консультанта по поддержке психического здоровья педагогов является значимой и востребованной в образовательных учреждениях страны, рассматриваются направления социально-психологической помощи, анализируются основные этапы и шаги процесса консультирования.

**Ключевые слова:** консультирование, психологическое консультирование, психолого-педагогическая служба, эмоциональное выгорание.

Психологическое консультирование является в настоящее время важным элементом деятельности практического психолога в образовании. Психологическое консультирование также является и одним из самых популярных методов в деятельности социального педагога и психолого-педагогической службы. Содержание психологического консультирования - это работа по конкретному запросу, который идет как от отдельного взятого клиента, так и от группы (организации) в целом [1].

Психологическое консультирование, с точки зрения Ю.А. Алешинной, следует определять как непосредственную работу с людьми, которая направлена на решение разного рода трудностей в интерперсональных отношениях. Основным средством воздействия при этом является беседа, выстроенная определенным образом. Психологический смысл консультирования заключен в том, чтобы оказать помощь человеку при

осознании им причины его проблем в семейных, личных, а также профессиональных контактах [2].

Консультирование - это сложный процесс, который находится в постоянной динамике и осуществляется в определенных временных рамках, вовлекающий в это взаимодействие окружающих людей и доступный внешнему наблюдению и вмешательству. В этой связи следует упомянуть об открытости обстановки психологического консультирования, а также о ее структуре, динамике и контексте [3, с. 13].

Главная задача психолога-консультанта - оказать помощь человеку в поиске такой линии поведения, которая бы не разрушала его личность, а способствовала бы увеличению его жизненной продуктивности.

Вне всякого сомнения, что деятельность психолога-консультанта по поддержке психического здоровья педагогов является значимой и востребованной в образовательных учреждениях страны. Ведь именно от того, в каком психоэмоциональном состоянии находятся педагоги, во многом зависит результат их деятельности и успешность этой деятельности, возможные конфликты и способы их разрешения. Однако деятельности только психолога-консультанта недостаточно [4, с. 19].

В качестве профилактики профессиональной и личностной дезадаптации и преодоления синдрома эмоционального выгорания педагогов И. Зеленова [1] предлагает использовать такие направления социально-психологической помощи как:

1. разработка и последующее внедрение в учебные программы ВУЗов, институтов повышения квалификации работников образования, а также курсов, направленных на фиксацию у педагогов знаний о психическом здоровье, его компонентах, о механизмах и разных способах саморегуляции негативных психических состояний, которые возникают в ходе деятельности педагогов и на формирование психологической культуры;

2. разработка и последующее внедрение тренинговой, психотерапевтической программы, направленной на преодоление проявлений личностной дезадаптации, на сохранение психологического здоровья учителей и на повышение их эмоциональной устойчивости;
3. разработка рекомендаций по целенаправленному и последовательному применению методов работы в повседневной практической деятельности педагога с целью лучшего использования своего рабочего времени.

В исследовании В. Горяниной, основной задачей которого являлось совершенствование стиля взаимодействия, достаточно детально представлены основные этапы и шаги процесса консультирования, которые построены следующим образом [5]:

1. Установление доверия, которое заключается в подстройке тона и темпа голоса педагога, соответствие его дыханию и позе, применение слов, соответствующих ведущей системе восприятия учителя (аудиальной, визуальной и кинестетической) и стратегии соучастия для контакта.
2. изучение первопричин малоэффективности стиля взаимодействия через анализ истории жизни учителя, освоение стратегии ответственности, создание у него готовности к изменениям, осознание вторичных выгод малоэффективного (непродуктивного) стиля взаимодействия и преодоление сопротивления
3. Дифференциация и согласование конфликтных стремлений в области внутриличностного пространства. Дифференциация элементов конфликта и сопровождающих его отрицательных эмоций, открытое выражение отрицательных эмоций, осознание позитивной сущности элементов конфликта, наполнение структурных ячеек самосознания позитивным содержанием и восстановление веры в личностную состоятельность, изменение социальных установок.

4. Разделение и сопоставление конфликтных тенденций в межличностном пространстве. Понимание клиентом своей лепты во взаимоотношениях и доли ответственности за дальнейшее их развитие; идентификация участников конфликтного взаимодействия с эмоционально насыщенными социальными установками и моделями взаимодействия, принесенными из окружения и семьи; отграничение педагога от участвующих в конфликте лиц, расширение рамок положительного восприятия партнера и ситуации взаимодействия, самостоятельная координация противоборствующих стремлений в межличностном взаимодействии.
5. Изменение общепринятых неконструктивных стереотипов взаимодействия. Осознание потребности в изменении общепринятых неконструктивных стереотипов общения и их преодоление, использование своих позитивных ресурсов, развитие гибкости, а также исправление допущенных ошибок.

Мы полагаем, что именно психологическая помощь педагогам в ситуациях конфликтного взаимодействия и эмоционального выгорания призвана стать наиболее важным направлением в работе психолога с педагогами. Она может рассматриваться в качестве основы, над которой впоследствии смогут надстраиваться и другие компоненты работы, к примеру, помощь в организации сопровождения ребенка, психологическое просвещение и др. Без такого рода основы все остальные воздействия психолога, могут оказаться практически бесполезными, а в некоторых случаях могут вызвать агрессию со стороны педагогов.

Список литературы:

1. Зеленова, И. Психологическое консультирование педагогов / И. Зеленова // Школьный психолог. - 2005. - №13 / [Электронный ресурс] // <http://psy.1september.ru/index.php?year=2005&num=13>
2. Психологическое консультирование / [Электронный ресурс] // <http://www.s-psiholog.ru/?pod=17>

3. Кочюнас, Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас // М.: Академический проект, 1999. – 240 с.
4. Филина, С. О «синдроме профессионального выгорания» и технике безопасности в работе педагогов и других специалистов социальной сферы / С.О. Филина // Школьный психолог. - 2003.- №36. – С.18-19
5. Осухова, Н. Психологическое сопровождение семьи и личности в кризисной ситуации / Н. Осухова // [Электронный ресурс] // <http://dogend.ru/docs/index-401367.html?page=3>