

*Демчук Оксана Андріївна*

*старший викладач кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, м. Умань*

## **РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ПОДОЛАННІ ФЕНОМЕНУ « НАБУТОЇ БЕЗПОРАДНОСТІ» У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Набута безпорадність – особливість поведінки, яка формується при систематичному негативному впливі, уникнути якого не можна. Людина стає безпорадною, якщо вона звикає до того, що від її активних дій нічого не залежить, що неприємності відбуваються самі по собі і на їх виникнення впливати ніяк не можна.

Зміни в суспільстві впливають і на дітей. Нові програми навчання ведуть за собою збільшення навантаження на дітей, вимоги до них ростуть, але дитяча психіка не завжди здатна впоратися із напруженням, що супроводжує не тільки сам процес навчання, але і всю сучасну дійсність.

У педагогічній практиці часто формується негативне замкнене коло, коли низький рівень знань або нездатність донести свої знання до вчителя караються поганою оцінкою і моральним осудом. Отже, вчитель замість того, щоб мобілізувати школяра на активне навчання, остаточно його демобілізує і призводить до ще більшого відставання, яке, у свою чергу, тягне за собою незадовільні оцінки.

Якщо школяр вважає, що з непосильним для нього математичним завданням може впоратися лише вчитель математики, набутий досвід невдачі не впливає на вирішення інших завдань. Якщо ж він вважає, що рішення не викликає великих труднощів для однокласників і недоступно тільки йому, то така позиція може призвести не тільки до поганої успішності з математики, але і до відставання з інших дисциплін та до нездатності долати життєві труднощі, які лежать за межами навчання.

Важке переживання безпорадності виникає іноді як результат відсутності педагогічного такту у вчителів. У наборі лайливих штампів деяких вчителів є й

такі: «ти все одно ніколи не навчишся», «ти ніколи не вилізеши з двійок», «ти більше трійки ніколи не будеш мати» і т.п. При цьому вони не замислюються над тим, яку шкоду і навчанню, і розвитку особистості вони завдають.

Незалежно від того, з якої причини погіршується успішність у школяра, позиція вчителя відіграє вирішальну роль у подоланні та закріпленні цього відставання.

Незадовільні оцінки, що йдуть одна за одною, не стимулюють учня до більш інтенсивного навчання. Вони, як правило, остаточно підривають його віру в свої можливості, сподівання на поліпшення свого становища і в кінцевому рахунку інтерес до навчання. У зв'язку з цим його знання і вміння їх продемонструвати продовжують погіршуватися. Ця обставина, у свою чергу, тягне за собою подальше зниження оцінок. В результаті досить швидко розвивається набута безпорадність.

Серед учнів набута безпорадність проявляється у всіх аспектах: знижується інтерес до навчання, не помічаються власні успіхи, навіть якщо вони все ж таки іноді трапляються, наростає емоційне напруження.

Поняття безпорадності не згадується в словниках, але у вітчизняній психології, проте, вивчалися близькі до безпорадності за своєю природою явища, такі як стрес, фрустрація, невдача, реактивна депресія, які пов'язані з впливом негативних подій і ситуацій на людину.

Набута безпорадність розвивається у разі, якщо дитина вважає, що невдачі будуть переслідувати її не тільки в цій конкретній ситуації, але і в будь-якій іншій, з якою вона зіткнеться, не тільки сьогодні, але і в майбутньому. Але найважливішою умовою такої установки на глобальність і стабільність невдач є впевненість людини, що у всіх своїх невдачах винна вона сама (її бездарність, дурість, безвілля, невміння справитися з труднощами), тоді як успіх, якщо він раптом приходить, обумовлений вдалим випадковим збігом обставин або чиеюсь допомогою.

Набута безпорадність слабшає перед упевненістю, що невдачі випадкові і пов'язані з несприятливим збігом конкретних обставин, тільки тут і сьогодні, а

успіх визначається власними якостями людини, її здатністю самостійно вирішувати складні завдання. Таким чином, досить висока і стійка самооцінка, самоповага до себе як особистості – найважливіший чинник протидії набутій безпорадності.

Набута безпорадність міцніє від постійних поразок, що переслідують людину з раннього дитинства – при цьому формується незмінний негативний прогноз на майбутнє і знецінюється пошукова активність.

Чергування перемог і поразок, як це зазвичай відбувається у житті, формує невизначений прогноз і відчуття залежності результатів від власних зусиль, що сприяє тренуванню пошукової активності та формуванню «імунітету» до набутої безпорадності.

При цьому важливо пам'ятати, що пошукова активність, так само як відмова від пошуку (набута безпорадність), має тенденцію до поширення з одного виду діяльності на інший.

Тому у подоланні набутої безпорадності важливу роль відіграє:

- самоповага до себе як особистості;
- здатність до активної пошукової поведінки;
- упевненість в успіху,
- постановка завдань, що не мають однозначного рішення.

Набуту безпорадність набагато легше попередити, ніж здійснювати її корекцію: батьки, вчителі, практичний психолог повинні забезпечити і показати дитині можливості контролю над зовнішнім середовищем, повинні запропонувати їй синхронний та різноманітний зворотний зв'язок, що по-різному проявляється у відповідь на різні її дії.

### **Література**

1. Калошин В.Ф. Про навчену безпорадність //Початкова школа. – 1994. – № 9 -10
2. Бим-Бад, Б. «Если хочешь быть счастливым, будь им» [Текст] : [профилактика выучен. беспомощности и воспитание оптимизма у ребенка в

семье] / Б. Бим-Бад // СЕМЬЯ И ШКОЛА : журн. для родителей. – 2007. – № 10.  
- С.8-9

3. Батурин Н.А. Анализ подходов к профилактике и коррекции выученной беспомощности // Теоретическая, экспериментальная и прикладная психология: Сборник научных трудов / Под ред. Н.А.Батурина. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. – Том 2. – 166 с. – С. 116-127.

*Демчук Оксана Андріївна*

*Старший викладач кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*

## **ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ ПСИХОЛОГА З АДМІНІСТРАЦІЄЮ ШКОЛИ ТА ПЕДАГОГІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ**

Діяльність практичного психолога в школі здійснюється у співпраці з усіма учасниками навчально-виховного процесу. Скоординованість дій психолога з адміністрацією школи та учителями забезпечує єдність, цілісність психолого-педагогічного впливу як на особистість учня, так і на його батьків, що зрештою сприяє підвищенню рейтингу закладу шкільної освіти.

Психологічна служба навчально-виховного закладу діє в закладах і установах освіти й підпорядковується адміністративно – керівнику закладу, методично – керівнику психологічної служби відповідного рівня. Психологічну службу навчально-виховного закладу, як правило, очолює психолог. Він організовує роботу та відповідає за її якість.

Працівники психологічної служби входять до педагогічної ради навчально-виховного закладу. Всі рішення, що стосуються долі учня, приймаються адміністрацією або радою навчально-виховного закладу з урахуванням висновків психолога. Усі педагогічні інновації, що запроваджуються в освітньому закладі, рецензуються психологічною службою.

Психолог у школі явище нове, і більшість може не визнати психолога одразу. Потрібна витримка, тактовність і впевненість. З досвіду роботи шкільних психологів, адаптаційний період може тривати від 3 місяців до 1 року.

Виділяють три типи поведінки психологів у навчальному закладі:

- 1) Співпраця психолога з адміністрацією школи.
- 2) Психолог сам собі господар, на запитання, чи є у школі психолог, адміністрація відповідає: «Так», а на запитання, що він робить, відповідає: «Не знаємо. Сидить у кабінеті».

3) Стати рівноправним членом адміністрації, виконувати всі завдання, які дають директор та заступники. У цьому випадку задоволена адміністрація, але не виконуються професійні обов'язки психолога.

Співпраця психолога з директором школи полягає у тому, що психолог як член педагогічного колективу знаходиться у підпорядкуванні директора школи і саме від нього психолог отримує інформацію нормативно-правового та організаційно-методичного характеру. Саме з бесіди з директором слід розпочинати свою професійну діяльність, але перш ніж іти до директора на розмову, слід добре вивчити нормативно-правові документи і розпочати свою співпрацю саме з вирішення кола питань, пов'язаних з функціональними обов'язками психолога, графіком роботи, плануванням роботи. Психолог повинен бути присутнім на щотижневих нарадах адміністрації з планування роботи на тиждень, якщо його не запрошують на такі засідання, то можна просто передавати інформацію про ті заходи, які він планує провести протягом тижня. Крім того на нарадах вчителів чи нарадах при директорі психолог повинен представити результати своєї роботи, пам'ятаючи при цьому про дотримання Етичного кодексу психолога. Саме від директора школи має надходити запит на проведення діагностичних досліджень відповідно до теми, над якою працює школа, саме від директора психолог отримує інформацію про ті проблеми, які є специфічними для цього навчального закладу, тільки за підписом директора він може подавати будь-яку інформацію, при цьому узгодивши її з керівником центру практичної психології.

Якщо психолог керівнику навчального закладу підпорядковується – то із заступниками він співпрацює. І перш за все із заступником з виховної роботи (ВР). Чому з ним? Бо саме в роботі психолога і заступника з ВР є багато спільного:

- по-перше, заступник планує роботу з профілактики шкідливих звичок, у психолога ця сама робота включена в план;

- по-друге, робота з учнями, схильними до правопорушень, – теж спільна проблема для заступника з ВР та психолога, тому при плануванні

виховної роботи в школі він може запропонувати заступнику ті заходи, які може провести в тому чи іншому напрямі роботи;

- по-третє, – це робота з класними керівниками. Саме через заступника психолог можете спілкуватися із класними керівниками («круглі столи», школа молодого класного керівника, спільні індивідуальні бесіди).

Зазвичай робота психолога із заступником з навчальної роботи (НР) має менше спільного, але теж вимагає співпраці:

- це організація роботи з обдарованими дітьми. Саме з подачі психолога, який виявив обдаровану дитину, заступник з НР має забезпечити розвиток її здібностей, обдаровані діти потребують психологічної підтримки, і психолог має захистити дитину від перевантаження, а це він може зробити через заступника;

- психолог бере участь в організації методичної роботи у школі, за яку відповідає заступник з НР. Саме з ним він планує цикл психолого-педагогічних лекцій, саме через нього відбувається впровадження інноваційних методів, розробка програм, підручників та інше;

- спільна участь у підготовці дітей до участі в олімпіадах, іспитах та тестуванні;

- важливою є участь психолога у роботі атестаційної комісії. Заступник з НР веде в школі цю роботу, а тому співпраця психолога з ним у цьому питанні є вкрай важливою

Професійна взаємодія психолога з вчителем є однією з найважливіших умов успішності психологізації навчально-виховного процесу. В організаційному плані в умовах школи це потребує спільного планування, координації та реалізації елементів системи психолого-педагогічної взаємодії психолога і вчителів протягом навчального року. Як свідчить практика, складовими цієї системи можуть бути семінари особистісного зростання для вчителів, участь у яких дає змогу ознайомитися з психічними властивостями особистості, віковими потребами учнів, з методами психологічного розвантаження школярів під час уроку тощо.

Методи і прийоми системи психолого-педагогічної взаємодії на практиці можуть також втілюватись у зміст і форми проведення шкільних уроків, роботу гуртків, секцій, клубів, різних заходів, що сприяють гармонійному становленню особистості школяра. Суттєву роль у цьому процесі мають відігравати психологічні спецкурси, спрямовані на активізацію самопізнання і саморозвиток учнів.

Високий рівень взаємодії психолога з учителями забезпечуються при таких умовах: активне, відкрите обговорення проблем, висока комунікація обох сторін; спрямованість на спільне вирішення проблем, конструктивну взаємодію, повагу до колег, прагнення досягнути мети; висока мотивація, комунікабельність, толерантність, повага до співробітників; поєднання психолого-педагогічних знань, вмінь і навичок, досвід ефективної співпраці (чужий або набутий); енергійність, працездатність, врівноваженість.

В умовах традиційного навчально-виховного процесу шкільні уроки доцільно наповнювати особливим психологічним змістом, і в цьому вчителю може допомогти практичний психолог. Нині традиційний урок можна вдосконалити, зокрема, психологічними елементами та прийомами: створення позитивного психологічного настрою на початку уроку; запровадження елементів релаксації в середині чи наприкінці уроку; привернення уваги учнів до свого емоційного стану напередодні проведення контрольної роботи чи іспиту; активізація творчої уяви дитини відповідно до теми роботи (твору).

В процесі взаємодії психолог допомагає вчителю пізнавати й враховувати індивідуальні особистісні характеристики учнів, зокрема: типологічні (особливості темпераменту); інтелектуальні; характерологічні (зокрема, виявлені акцентуації характеру дитини); мотиваційні (провідні мотиви; комунікативні (здатність до комунікації, особливості поведінки в колективі тощо).

Знання про внутрішній світ дітей надзвичайно потрібні класному керівнику, зміст роботи якого визначається широким, різноманітним і складним спектром його професійної діяльності. Слід зазначити, що на практиці все



актуальнішою стає проблема взаємодії психолога і класного керівника під час виховних годин. Така взаємодія дає змогу ознайомити учнів з методами самовдосконалення, вирішити конкретні проблеми класу, звернути увагу на форми спілкування учнів між собою та з учителями, заохотити до формування в собі позитивних якостей характеру, стимулювати внутрішню мотивацію до відповідного мислення, дій, духовних потреб.

Найтипівіші форми і види професійної взаємодії психолога з учителями:

- спільне планування уроків і заходів на початку року;
- безпосередня взаємодія під час уроків;
- проведення виховних годин, зустрічей в позаурочний час;
- проведення релаксаційних вправ під час перерв;
- спільна робота з батьками у формі лекцій, семінарів, тренінгів;
- спільна підготовка учнів до олімпіад, іспитів;
- робота з обдарованими та проблемними дітьми;
- спільне проведення індивідуальних психологічних консультацій.

Отже, взаємодію психолога з адміністрацією школи, учителя слід розглядати як спільну професійну діяльність, зумовлену особистісними потребами і мотивами та спрямовану на досягнення гармонійного розвитку особистості школярів.

### **Література**

1. Бітянова М. Психолог у школі: зміст діяльності й технології. – К.: Главник, 2007. – 160 с.
2. Робота психолога з педколективом / Упоряд. Т.Гончаренко. – К.: Вид.дім «Шкіл.світ»: Вид. Л. Галіцина, 2005. – 120 с.
3. Туріщева Л.В. Настільна книга шкільного психолога. – Х.: Вид.група «Основа», 2009. – 256 с.
4. Овчарова Р.В. Практическая психология образования. – М.: «Академия», 2003. – 448 с.