

*Тетяна Сливінська,
ORCID iD: 0000-0002-4401-8451
завідувач навчально-методичної
лабораторії практичної психології,
соціальної роботи та інклюзивного навчання
Миколаївський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
вул. Наваринська, 6, 56001, м. Миколаїв, Україна
tetiana.slyvinska@moippro.mk.ua*

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГА ЯК ФАКТОР ЙОГО ПРОФЕСІЙНОЇ МОБІЛЬНОСТІ

У статті проаналізовано різні підходи науковців до визначення поняття «психологічне здоров'я», розкрито сутність поняття професійна мобільність, визначено складові професійної мобільності. Розглянуто показники психологічного здоров'я як фактора розвитку професійної мобільності педагога в умовах оновленого змісту освіти та впровадження нових форм роботи.

Тему статті розкрито через аналіз науково-педагогічної літератури з питань професійного здоров'я педагога та його ролі в розвитку професійної мобільності. Визначено актуальність збереження психологічного здоров'я як чинника ефективної професійної мобільності.

Ключові слова: *види професійної мобільності; показники психічного здоров'я; професійна мобільність; професійно мобільний педагог; психологічне здоров'я.*

© Сливінська Т. О., 2020

Вступ. Сучасний етап розвитку та модернізації системи освіти в Україні вимагає модернізації професійних якостей учителя сьогодення. Педагог оновленої української освіти має швидко реагувати та успішно адаптуватися до стрімких змін; бути здатним успішно оволодівати новими технологіями навчання і виховання; уміти проєктувати свій професійний шлях, усвідомлюючи потребу в саморозвитку; уміти оцінювати власні ресурси (фізичні та психічні), стан здоров'я; володіти навичками саморегуляції та бути професійно мобільним.

Необхідною і надважливою умовою успішної самореалізації педагога виступає його психологічне здоров'я, яке є джерелом активної життєдіяльності та творчого потенціалу. Емоційно та психологічно здоровий учитель позитивно впливає на своїх вихованців на всіх етапах навчання і виховання, адже стан педагога безпосередньо

впливає на дітей не тільки на інформаційному і виховному рівнях, але й на емоційно-психологічному та біоенергетичному. Педагог, який страждає від нестабільності власного психологічного стану, деформації особистості педагога, прояву синдрому професійного вигорання безпосередньо впливають на якість освітнього процесу та здоров'я дітей.

Мета статті полягає в здійсненні аналізу науково-педагогічних джерел щодо визначення поняття «психологічне здоров'я особистості» та визначенні його ролі в розвитку «професійної мобільності» педагога.

Означена мета представлена такими завданнями:

- проаналізувати різні підходи науковців до розкриття поняття «психологічне здоров'я»;
- розкрити сутність поняття професійна мобільність;
- визначити складові професійної

мобільності педагога.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Здоров'я як явище є предметом наукових інтересів багатьох фахівців і розглядається в таких аспектах: філософському, медико-біологічному, соціально-педагогічному. Сутність здоров'я – тема досліджень М. Амосова, В. Войтенка, Ю. Лісіцина, І. Муравова, Г. Никіфорова, В. Петленка, Е. Вайнера та інших науковців. Дослідження, проведені зазначеними науковцями, засвідчують, що «здоров'я» слід визначати як системну якість повноцінного людського буття, стан повного фізичного, психічного та соціального добробуту.

На початку нового тисячоліття як ніколи актуалізувалась увага людства до збереження психічного здоров'я. Питання формування здорових психічних процесів та раціональної працеспроможності висвітлювали в своїх наукових дослідженнях В. Ананьєв, О. Даниленко, В. Бехтерев, В. Горінов, І. Гурвіч, С. Корсаков, Г. Никіфоров, А. Лазурський, А. Нікольський, В. Петленко, А. Сахно, А. Маслоу та ін. Сучасна психолого-педагогічна література налічує велику кількість досліджень, у яких розкрито поняття збереження психічного здоров'я педагога. В. Бобрицька, Г. Зайцев, Л. Карамушка, М. Лейтер, С. Максименко, С. Маслач, Самоукіна, Л. Смик, Н. Рутман, В. Шепель присвятили свої наукові пошуки дослідженню сутнісних аспектів і чинників виникнення професійного стресу, дезадаптації, синдрому емоційного вигорання та шляхів усунення цього синдрому; питанню боротьби зі стресом. На неабияку увагу заслуговують дослідження в напрямі розроблення превентивних заходів щодо збереження й примноження психічного здоров'я педагога, формування стійкості до стресу майбутнього фахівця (Є. Абросимова, А. Ленге).

Предметом дослідження різних галузей знань є поняття «професійна мобільність». Основи професійної мобільності як невід'ємної складової професійного життя та результати вивчення різних її аспектів висвітлені у класичних працях науковців

Б. Барбера, Ю. Веніга, Е. Гідденса, П. Сорокіна, Р. Бендікс, Т. Заславської та ін.

Проблема формування професійної мобільності досліджувалась у напрямках: педагогічних аспектів формування професійної мобільності (В. Андреев, Н. Василенко, О. Горанська, Т. Гордеева, І. Зимня); педагогічних умов формування професійної мобільності (Є. Іванченко, Н. Кожемякіна, Н. Латуша, Л. Сушенцева); впливу зовнішніх та внутрішніх чинників на формування професійної мобільності (Л. Амірова, О. Любімова та ін.).

Вагомий унесок у розроблення теоретичних основ формування професійної компетентності педагогів та розвитку їхньої мобільності в умовах безперервної вищої освіти здійснили такі науковці, як: А. Вербицький, І. Зимня, С. Гончаренко, Є. Іванченко (Іванченко Є. А., 2005), Н. Грицькова (Грицькова Н. В., 2010), Л. Сушенцева (Сушенцева Л., 2011), Е. Сайфутдинова. Над цією темою працювали також М. Войцехівський, Н. Коваліско, Н. Кожемякіна та Р. Дейв.

Виклад основного матеріалу. Питанням розвитку професійної компетентності і педагогічної майстерності педагогів приділяється все більше уваги в умовах оновлення змісту освіти та переходу на нові форми навчання.

Завдяки упровадженню Концепції «Нова українська школа» розширюються функції та можливості вчителя, висуваються високі вимоги до організації освітнього процесу, виховання та розвитку здобувачів освіти. Отже, бути мобільним і спроможним до реалізації запиту та вимог суспільства здатен тільки психологічно здоровий педагог.

Наукову категорію «психологічне здоров'я» ввела І. В. Дубровіна 1991 р. Вона розуміє психологічне здоров'я як динамічну сукупність психічних властивостей, що забезпечують гармонію між різними сторонами особистості людини, а також між людиною та суспільством, можливість повноцінного функціонування людини в процесі життєдіяльності (Дубровіна І. В.,

1991, с. 232).

Значний унесок у розуміння поняття «психологічне здоров'я» зробили представники людиноцентричного напрямку психології. Так, Г. Олпорт сформулював уявлення про пропріативність (властиве) людської природи, визначивши образ психологічно зрілої особистості. К. Роджерс, наполягаючи на тому, що людина наділена вродженим природним прагненням до здоров'я та зростання, розкрив образ особистості, яка повноцінно функціонує. Здоров'я особистість відкрита до нового досвіду, не має психологічних захистів, усвідомлює відповідальність за своє життя та власні вчинки, ставиться до інших людей як до унікальних істот, має творчий підхід до життя, об'єктивну самооцінку, усвідомлює свої можливості. А. Маслоу на основі теорії мотивації особистості вивів образ самоактуалізованої, психологічно здорової людини. Загалом здорову людину науковець розуміє як автономно спонтанну, здатну сприймати себе та інших, чутливу й творчу особистість, яка має почуття гумору, нестандартне мислення і здатність до так званих «пікових переживань» (Шульц Д., 2002, с. 532).

Г. Нікіфорова основними показниками психічного здоров'я вважала:

- позитивно-емоційний стан;
- спроможність до подолання негативних руйнівних емоцій;
- емоційну стабільність;
- вільне та адекватне виявлення емоцій;
- гармонійне самопочуття;
- оптимальний рівень концентрації уваги;
- логічне мислення, креативність, активність пошукової діяльності;
- наявність адекватної самооцінки;
- самодостатність, самоповагу та самоконтроль;
- сформованість емоційно-вольової сфери;
- активну життєву позицію;
- адекватне сприйняття навколишнього світу та себе в ньому.

Відповідно до досліджень науковця, психічно здоровій особистості притаманні: психічна врівноваженість; духовна та професійна спрямованість; орієнтація на саморозвиток і вдосконалення через збагачення особистісних властивостей; професійна мобільність (Никифорова Г., 2003, с. 598).

Під професійною мобільністю розуміють готовність кваліфікованого робітника до зміни/варіювання виконуваних професійних завдань, здатності швидко опанувати нові види робіт або спеціальності (Сушенцева Л., 2011, с. 158).

Лілія Горюнова професійну мобільність розглядає як певний триплекс, який складається з: якісних характеристик особистості, що забезпечує внутрішній механізм розвитку людини через сформованість ключових і загальнопрофесійних компетентностей; діяльності людини, детермінованої подіями, які змінюють довкілля і результатом якої є самореалізація особистості в житті та професії; процесу вдосконалення та перетворення особистістю самої себе в контексті професійного та життєвого середовища (Горюнова Л. В., 2006, с. 186).

Дослідження професійної мобільності Л. Рибникова ґрунтуються на дослідженнях Л. Лесохіної, яка розглядає поняття «професійна мобільність» із двох позицій:

1. Зміна позицій, яка зумовлена зовнішніми чинниками на кшталт: нестача робочих місць, низька заробітна платня, побутова нестабільність тощо. Тобто соціальна мобільність зумовлена необхідністю адаптуватися до реальних життєвих ситуацій.

2. Внутрішнє самовдосконалення особистості, що базується на сталих життєвих цінностях і потребі в цьому самовдосконаленні. Підґрунтям для цієї мобільності є грамотність, освіченість і професійна компетентність. Як результат – особистість, що має внутрішню свободу, здатна швидко реагувати на зміни в соціумі (Пріма Р, 2008, с. 130).

У науковій літературі висвітлено два види професійної мобільності – горизонтальну та вертикальну. Під горизонталь-

ною професійною мобільністю розуміють переміщення індивіда з однієї професійної спільноти в іншу, яка відповідає тому ж рівню в сенсі оплати праці й престижності професії. Тобто переміщення без якісної зміни істотних професійних умов. Під вертикальною професійною мобільністю розуміють переміщення індивіда з одного професійного прошарку в інший. У педагогіці професійну мобільність трактують як оволодіння системою узагальнених професійних навичок, уміння ефективно застосовувати ці навички для виконання різнопланових завдань і здатність адаптуватися до різних видів діяльності. Поняття «професійна мобільність» передбачає також відповідний рівень узагальнених професійних знань і готовність до виваженого відбору та реалізації оптимальних способів різних завдань у сфері своєї професії (Іванченко Є. А., 2005, с. 21).

В умовах оновлення змісту освіти та впровадження в освітній процес нових форм роботи актуальним стало поняття «професійно мобільний педагог». Під цим поняттям науковець Л. Амірова розуміє людину, здатну до самовдосконалення, спроможну гнучко реагувати на нові вимоги та умови існування та адаптуватися до них; Л. Горюнова вважає, що професійно мобільний педагог – це індивід, який має чутливість до інноваційних змін в освіті, здатність до мобілізації внутрішніх ресурсів і накопичення власного ресурсу щодо виконання нових завдань; готового до

оволодіння новими педагогічними технологіями; а І. Нікуліна інтерпретує поняття «професійно мобільний педагог» як інтегративну властивість особистості, яка передбачає рухливий стан індивіда, що здатен динамічно адаптуватися до зміни змісту й умов професійної діяльності, усвідомлює необхідність безперервного самовдосконалення з метою підтримання та зміцнення свого професійно-творчого та соціального потенціалу.

Наполегливою вимогою часу виступає відкритість педагога до нових знань, технологій, прагнення до професійного розвитку та самовдосконалення, динамічність у виборі оптимальних засобів навчання та виховання. Усе це стає можливим завдяки формуванню усвідомленої позиції щодо збереження власного психічного здоров'я, сформованим навичкам саморегуляції, розвиненому емоційному інтелекту.

Висновок. Отже, аналіз науково-педагогічної літератури щодо розкриття поняття «психологічне здоров'я особистості» та визначення його ролі в розвитку «професійно мобільності» педагога дозволив нам проаналізувати різні підходи науковців до визначення поняття «психологічне здоров'я»; розкрити сутність поняття «професійна мобільність»; визначити складові професійно мобільності педагога.

Відтак питання збереження й зміцнення здоров'я педагогів закладів освіти є пріоритетним у сфері його життєвих і професійних інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Горюнова Л. В. Профессиональная мобильность специалиста как проблема развивающегося образования в России : дис. ... д-ра. пед. наук: 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Горюнова Лилия Васильевна. – Ростов-на-Дону, 2006. – 337 с.
2. Грицькова Н. В. Професійна мобільність фахівця: сутність та структура / Н. В. Грицькова // Вісник ЛНУ ім. Т. Шевченка. – 2010. – № 12 (199). С. 25–32.
3. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики / И. В. Дубровина. – М. : Педагогика, 1991. – 232 с.
4. Іванченко Є. А. Формування професійної мобільності майбутніх економістів у процесі навчання у вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Є. А. Іванченко; Південноукраїнський держ. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. –

Одеса, 2005. – 181 с.

5. Пріма Р. Професійна мобільність фахівця як наукова проблема / Р. Пріма // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 1. – С. 127–132.

6. Психологія здоров'я: учебник для вузов / Под ред. Г. Никифорова. – Спб. : Питер, 2003. – 598 с.

7. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИ, 2005. – 320 с.

8. Сушенцева Л. Професійна мобільність як сучасна педагогічна проблема / Л. Сушенцева // Креативна педагогіка : наук.-метод. журн. – 2011. – Вип. 1. – С. 129–136.

9. Сушенцева Л. Л. Формування професійної мобільності майбутніх кваліфікованих робітників у професійно-технічних навчальних закладах: теорія і практика : монографія / за ред. Н. Г. Ничкало; Ін-т проф.-техн. освіти НАПН України. – Кривий Ріг : Вид. дім, 2011. – 439 с.

10. Чернуха Н. М. Формування соціальної мобільності студентів в сучасному інтеграційному освітньому просторі / Н. М. Чернуха / Інноваційні процеси в освітньому просторі: доступність, ефективність, якість: зб. матеріалів конф., 13–15 листоп. 2012 р. – С. 91–101.

11. Шпекторенко И. В. Профессиональная мобильность государственных служащих / И. В. Шпекторенко / Образование и общество. – 2007. – № 6. – С. 4–9.

12. Шульц Д. История современной психологии / Д. Шульц, С. Шульц. – 2-е изд., перераб. и испр. – СПб. : Евразия, 2002. – 532 с.

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПЕДАГОГА КАК ФАКТОР ЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ МОБИЛЬНОСТИ

*Сливинская Татьяна,
заведующая учебно-методической
лабораторией практической психологии,
социальной работы и инклюзивного обучения
Николаевский областной институт
последипломного педагогического образования
ул. Наваринская, 6, 56001, г. Николаев, Украина
tetiana.slyvinska@moippo.mk.ua*

В статье проанализированы различные подходы ученых к определению понятия «психологическое здоровье», раскрыта сущность понятия профессиональная мобильность, определены составляющие профессиональной мобильности. Рассмотрены показатели психологического здоровья как фактора развития профессиональной мобильности педагога в условиях обновленного содержания образования и внедрения новых форм работы.

Тему статьи раскрыто путем анализа научно-педагогической литературы по вопросам профессионального здоровья педагога и его роли в развитии профессиональной мобильности. Определена актуальность сохранения психологического здоровья как фактора эффективной профессиональной мобильности.

Ключевые слова: *виды профессиональной мобильности; показатели психического здоровья; профессиональная мобильность; профессионально мобильный педагог; психологическое здоровье.*

**MENTAL HEALTH OF A TEACHER AS A FACTOR
OF PROFESSIONAL MOBILITY**

*Slivinska Tetiana,
Head of the Laboratory
of practical psychology,
social work and inclusive education
Mykolaiv In-Service Teachers Training Institute
4-a Admiralska Street, 54001, Mykolaiv, Ukraine
tetiana.slyvinska@moippo.mk.ua*

The article analyzes the different scientists' views on the definition «psychological health», it reveals the essence of professional mobility and identifies its components. There are indicators of psychological health as a factor of teachers mobility in terms of updated educational content and new methods of work.

The topic of the article is revealed by analyzing the scientific and pedagogical publications on the teachers' professional health issue.

The relevance of mental health as a factor of effective occupational mobility has been identified.

The current stage of the education system in Ukraine requires quick teachers development. A teacher of renewed Ukrainian education has to respond and adapt to rapid changes, to master new teaching technologies, to design their professional path, to assess their own resources (physical and mental), to have strong self-regulation skills and to be professionally mobile.

A fundamental premise for the successful teacher self-realization is their psychological health, which is a source of any activity and creativity. Emotionally and psychologically healthy teachers have a positive effect on their students at all stages of educational work. After all, the teacher's condition directly affects children not only at the knowledge level, but also at the emotional and bioenergy levels. A teacher suffering from psychological instability, personality deformation or burnout syndrome immediately affects the learning process quality and the health of children.

Keywords: *mental health; mental health indicators; professional mobility; professionally mobile teacher; types of professional mobility.*

REFERENCES

1. Chernukha, N. (2012). Formuvannia sotsialnoi mobilnosti studentiv v suchasnomu intehratsiinomu osvithomu prostori. Innovatsiini protsesy v osvithomu prostori: dostupnist, efektyvnist, yakist [Formation of social mobility of students in the modern integration educational space]. *Innovative processes in the educational space: accessibility, efficiency, quality*, zb. materialiv konf., 91–101 (ukr).
2. Dubrovina, I. V. (1991). *Shkol'naja psihologicheskaja sluzhba: voprosy teorii i praktiki* [School psychological service: questions of theory and practice]. M.: Pedagogika (rus).
3. Gorjunova, L. V. (2006). *Professional'naja mobil'nost' specialista kak problema*

razvivajushhegosja obrazovanija v Rossii [Professional mobility of a specialist as a problem of developing education in Russia]. (Doctor's thesis). Rostov-na-Donu (rus).

4. Hrytskova, N. (2010). Profesiina mobilnist fakhivtsia: sutnist ta struktura [Professional mobility of a specialist: essence and structure]. *Visnyk LNU im. T. Shevchenka*, 12 (199), 25–32 (ukr).

5. Ivanchenko, E. (2005). *Formuvannia profesiinoi mobilnosti maibutnikh ekonomistiv u protsesi navchannia u vyshchych navchalnykh zakladakh* [Formation of professional mobility of future economists in the process of studying in higher educational institutions]. (Doctor's thesis). Odesa: Pivdenoukrainskyi derzh. ped. un-t im. K. D. Ushynskoho (ukr).

6. Nikiforov, G. (2003). *Psihologija zdorov'ja* [Health psychology]. Spb.: Piter (rus).

7. Prima, R. (2008). Profesiina mobilnist fakhivtsia yak naukova problema [Professional mobility of a specialist as a scientific problem]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 1, 127–132 (ukr).

8. Smirnov, N. K. (2005). *Zdorov'esberegajushhie obrazovatel'nye tehnologii i psihologija zdorov'ja v shkole* [Health-saving educational technologies and psychology of health at school]. M.: ARKTI (rus).

9. Shpektorenko, I. V. (2007). Professional'naja mobil'nost' gosudarstvennykh sluzhashhih [Professional mobility of civil servants]. *Obrazovanie i o-vo*, 6, 4–9 (rus).

10. Shul'c, D. (2002). *Istorija sovremennoj psihologii* [History of modern psychology] / D. Shul'c, S. Shul'c. SPb.: Evrazija (rus).

11. Sushentseva, L. *Formuvannia profesiinoi mobilnosti maibutnikh kvalifikovanykh robitnykiv u profesiino-tekhnichnykh navchalnykh zakladakh: teoriia i praktyka* [Formation of professional mobility of future skilled workers in vocational schools: theory and practice]. NAPN Ukrainy. Kryvyi Rih (ukr).

12. Sushentseva, L. (2011). Profesiina mobilnist yak suchasna pedahohichna problema [Professional mobility as a modern pedagogical problem]. *Kreatyvna pedahohika: nauk.-metod. zhurn*, 1, 129–136 (ukr).