Дидактическое насилие, педагогический эгоизм и профессиональные деформации педагогов и воспитателей как факторы девиантного поведения.

Михайлова Татьяна Михайловна,

методист центра профориентации ГОУ ДПО КРИРПО

Зоны конфликтного напряжения в образовательной организации (по итогам опроса педагогов):

- **отношения между обучающимися** (между одноклассниками, между старшими и младшими, внутри студенческой группы);
- **насилие педагогов над обучающимися;**
- насилие **обучающихся над педагогами**;
- насилие, проявляемое **родителями по отношению к детям**, причем не только к своим;
- **насилие между родителями и педагогами.**

ПРИЗНАТЬ ПРОБЛЕМЫ!

Психологическое насилие (в оценке ВОЗ):

неспособность родителя или ***другого лица***, заботящегося о ребенке,
«обеспечить подходящую для ребенка **доброжелательную атмосферу**;

оно **включает действия,**
оказывающее **неблагоприятное влияние** на эмоциональное здоровье
и развитие ребенка:
ограничения его активности, **оскорбления, осмеяние,**
угрозы и запугивания, дискриминацию,
неприятие и другие **нефизические формы враждебного обращения**».

Обеспечение психологической безопасности образовательной среды (КОМПЕТЕНЦИЯ ОО):

- ✓ отсутствие проявлений **психологического насилия** во взаимодействии субъектов ОС;
- ✓ удовлетворение потребностей педагогов и обучающихся **в личностно-доверительном общении;**
- ✓ создание п**сихологически комфортной атмосферы** в коллективе, обеспечивающей **референтную значимость и причастность** каждого субъекта к поддержанию психологической комфортности образовательной среды;
- ✓ **реализация условий**, способствующих **сохранению и укреплению психического здоровья** индивидов;
- ✓ **профилактика угроз**, препятствующих продуктивному устойчивому развитию личности;
- ✓ обеспечение **развивающего характера образовательного процесса**,
  - способствующего нормальному функционированию всех его субъектов,
  - ориентированного на **формирование у них умений выстраивать психологически безопасные отношения и минимизировать возникающие риски**.

Угрозы психологической безопасности:

КРИРПО

❑ **личностные особенности обучающихся**
(отклоняющееся (девиантное) поведение;
отрицательные индивидуально-личностные качества;
нарушение психического развития и психологического здоровья);

❑ **неадекватная учебная нагрузка и организация** учебного процесса
(большой объем учебных нагрузок, информационный стресс и т.д.).

❑ **неадекватное поведение педагогов и персонала ОО**
(принуждения, публичное унижение, неуважительное отношение,
вымогательства, сексуальные приставания, проявления грубости,
агрессивности при взаимодействии с учащимися и пр.);

Притеснение со стороны педагога как ВИД БУЛЛИНГА в образовательной среде:

➢ **целенаправленное агрессивное преследование** (травля) педагогом (педагогами) одного/группы обучающихся,

- **психологическое насилие** по отношению к личности обучающегося или воспитанника **в форме:**
- запугивания,
- унижения,
- физического или психологического террора,

направленные на то, чтобы вызвать у обучающихся страх и тем самым подчинить их себе.

СИНДРОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ -
влияние неадекватных педагогических методов,
действий и программ на возникновение комплекса отклонений в состоянии психосоматического здоровья и девиаций в поведении обучающихся

КРИРПО

СИНДРОМ ДИДАКТИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ - целенаправленный процесс взаимодействия обучающегося и педагога, в ходе которого последним применяются **деструктивные способы, приемы, формы и тактики «образования» и «воспитания»,** тормозящие всестороннее развитие личности.

ВИДЫ ДИДАКТИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ:

- легитимное (узаконенное) насилие,
- административное педагогическое насилие,
- авторитарное педагогическое насилие.

ЛЕГИТИМНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ —

Введение **утвержденных программ образования**,
которые обучающиеся **не могут усвоить**
в силу своих физиологических и психических особенностей развития,
в результате чего появляются **отклонения в состоянии здоровья и девиации в поведении**, которые могут рассматриваться
как **реакция протеста или пассивного сопротивления**.

При этом, как для обучающихся и их родителей, так и для педагогов практически **не существует** альтернативного решения.

АДМИНИ-СТРАТИВНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ

Возникновение отклонений в состоянии здоровья и **девиаций в поведении** у обучающихся,
связанное с введением администрацией ОО неутвержденных (неузаконенных) программ, обязательных и факультативных занятий, введением обязательного посещения обучающимися дополнительных занятий и видов деятельности.

АВТОРИТАРНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ

Возникновение отклонений в поведении
и состоянии здоровья у детей,
проявляющихся **при непосредственном контакте педагога и обучающегося** в условиях учебного/ воспитательного процесса.
(Может быть направлено на класс, отдельную группу или непосредственно на конкретного обучающегося).

ВАЖНО:

Формальный уровень насилия системы
(учебные программы и стандарты)
влияет на **неформальный** уровень —
на межличностные отношения обучающихся с педагогами и сверстниками.

Психологическое и дидактическое насилие в школе проявляется в форме:

- привычного **занижения** оценок;
- **игнорирования** успехов;
- **публичных негативных** оценок обучающегося;
- **негативной оценки его родителей**;
- **терроризирования** — педагог словесно оскорбляет обучающегося, создавая атмосферу страха и запугивания;
- **лишения** обучающегося необходимых **стимулов** к эмоциональному и интеллектуальному развитию;
- **развращения —** ребенка/подростка вовлекают в пагубное **антисоциальное поведение**, что приводит к формированию искаженного представления о социальных нормах, препятствует его позитивной социализации.

Традиции образовательной среды, которые провоцируют и стимулируют жестокость:

- **общий психоэмоциональный фон** образовательной организации:
высокий уровень тревожности субъектов взаимодействия в совокупности **с неумением контролировать** собственные эмоции и регулировать состояния;

- **«политическая» система учреждения** образования, включающая
агрессивные взаимоотношения внутри педагогического коллектива,
в том числе **авторитарно-директивный**
или попустительский стили управления,
отсутствие обоснованной системы педагогических
и профессиональных требований;

-**особенности отношения педагогов к обучающимся**,
-построенные на необоснованных требованиях со стороны взрослых и максимальном бесправии детей;

- **система взаимоотношений внутри** классного коллектива **(как референтной группы),**

- **наличие общепризнанных социальных ролей**, включающих **роли «жертвы» и «хозяина»;**
- **школьные традиции.**

ТРАДИЦИИ - NB!

Причины использования педагогами в учебно-воспитательном процессе различных форм насилия:

- **особенности личности** педагога (ригидность, тревожность, доминирование, низкий уровень эмпатии, агрессивность, раздражительность);
- **непрофессионализм** педагога;
- **нелюбовь (негативное отношение)** к детям и своей работе;
- **неудовлетворенность** своим социальным положением;
- **низкий уровень** социальных навыков;
- **проблемы со здоровьем**;
- **незнание других способов** работы с «непослушными» обучающимися и воспитанниками;
- **низкий уровень** конфликтологической **компететнтности,** неспособность к конструктивному решению трудных (конфликтных) ситуаций.

Типичные способы реагирования педагогов на выходки обучающихся (воспитанников), которые можно отнести к насильственным:

- ✓ частое употребление выражения типа **«учитель/воспитатель здесь пока ещё я»;**
- ✓ стремление оставить **последнее слово за собой;**
- ✓ **сарказм**, менторский тон и снобизм в общении;
- ✓ стремление настоять **на своей правоте**;
- ✓ стремление **поставить** обучающихся/воспитанников **«на место»;**
- ✓ обобщения типа **«вы все одинаковы»;**
- ✓ **втягивает в конфликт других людей, непричастных к нему;**
- ✓ использование **угнетающих/подавляющих поз и жестов**: сжатые челюсти и сцепленные руки, говорение сквозь зубы;
- ✓ **сравнение** одного ученика с другим и т.д.

Триангуляция педагогическая :

Отсылка к мнению, точке зрения или угрозе **привлечения третьего (постороннего) человека в динамику общения между двумя людьми**.

Распространенный прием **для утверждения своей правоты и обесценивания реакций жертвы, стимулирования у нее переживаний стыда, вины, неуверенности**.
Мнение других используется **так же для подтверждения своей точки зрения**.

«Третий» выполняет при этом **две важные функции**:
во-первых, **снижает напряжение между противостоящими сторонами,**

во-вторых, **позволяет объединиться с третьей стороной**
действуя **как механизм замещения**
(**дружба «против кого-то» всегда субъективно воспринимается крепче**).

Среди насильственных форм организации учебной ситуации выделяют также:

- **подавление** педагогом **инициативы** обучающихся;
- **наказание за неправильный ответ**;
- **некорректные замечания педагога** по поводу внешнего вида обучающихся/воспитанников, их манеры разговаривать и т.д.;
- **прерывание речи** обучающихся, насильственное требование к учащимся давать ответы на поставленные педагогом вопросы;
- привилегированное отношение к заискивающим обучающимся;
- оскорбление унизительными, а иногда даже нецензурными словами.

Несколько способов проявления психологического насилия в классе/группе.

1. Крики.

Внимательное отношение к тембру и громкости заложено в нейробиологии человека:

- **громкие тревожные возгласы** - предупреждение друг друга об опасности,
- **угрожающий рёв** - сигнал о начале схватки с сородичем или врагом.

Когда рядом кто-то кричит, у нас ускоряется сердцебиение, возрастает уровень адреналина.

Крики учителя могут производить гнетущее впечатление,
чреватое психическими травмами,
особенно **если в семье ребенка не принято повышать** голос.

Голос как таковой — **самый мощный инструмент воздействия** в педагогическом арсенале, поэтому управление голосом очень важно.

Крик и сопутствующая ему гримаса оказывают мощное психологическое воздействие.

2. Сердитое, агрессивное, злое выражение лица:

дети очень чувствительны к эмоциям — они не только мгновенно их распознают (в т.ч. бессознательно), но быстро и непосредственно реагируют.

Сюда же относится язык тела:
сцепленные руки, резкие движения, угрожающая, «угнетающая» поза надсмотрщика.

3. Оскорбления:

«Ты бестолковая», «Ты что, совсем дебил?», «Пустая голова» —
все эти и другие высказывания используются **в ранге повседневных**,
но они не безобидны.
А если они сопровождаются сигналами из вышеприведенных пунктов —
это уже полноценная **негативная психологическая установка.**

Вы просто выразили свои эмоции из-за конкретной ситуации.
У обучающегося два варианта:
1. «Я бестолковый, никчемный дурак…».

2. «Он/она (вы!) меня ненавидит….»

4. НЕКОРРЕКТНАЯ КРИТИКА:

Классика педагогики:

Негативную характеристику давать только **действиям** обучающегося (если они того заслуживают), **но не ему самому.**

Оценка необходима для самопроверки, но оцениваем то, что человек сделал или не сделал**, а не его личность.**

Как же тогда ругать обучающихся **и оценивать их поведение** (которое тоже часто оставляет желать лучшего), **если «педагогу ничего нельзя»?**

Использовать выражения, которые указывают на конкретное поведение:
здесь было приложено мало усилий,
тут можно еще постараться, если хочется добиться большего.

НЕ КОММЕНТИРОВАТЬ (особенно публично!!!!)
внешность ребенка и его манеру говорить,
НЕ УПОМИНАТЬ его родственников или уровень достатка семьи.

5. УНИЖЕНИЕ ДОСТОИНСТВА.

Если не признавать честь и достоинство за ребенком с ранних лет,
это не даст сформироваться **здоровой самооценке**.

Ребенок хочет того же, чего и взрослый,
уважения окружающих, признания своих успехов, самореализации.

Не заставлять ребенка **бояться позора, не запугивать его страхом осуждения,**
не вызывать у него **намеренно ЧУВСТВО СТЫДА.**

СТЫД — РАЗРУШИТЕЛЬНАЯ ЭМОЦИЯ:
человек кажется себе маленьким, недостойным и жалким и, в конечном счете, мечтает перестать существовать («провалиться сквозь землю»).

Здоровая соревновательность —это хорошо, ведь чужие успехи мотивируют и вдохновляют.
НО: **не стоит** осознанно унижать одних детей перед другими,
давить на слабые места учеников
и использовать их личную информацию в своих интересах.

ЧУВСТВО ВИНЫ как один из регуляторов поведения подростка в социуме

ЧУВСТВО ВИНЫ с точки зрения психологии - это

1) эмоциональное состояние, при котором человек осознаёт, что он нарушил моральные нормы (регулятор).

2) негативная эмоция, разрушающая психику и вызывающая **САМО-АГРЕССИЮ.**

Если **интенсивность чувства вины ВЫСОКА**,
она **НЕ** является **фактором саморегуляции**,
происходит психоэмоциональное саморазрушение,
которое может привести к неврозам
или психосоматическим заболеваниям.

ВИНА – ТОКСИЧНАЯ ЭМОЦИЯ

Для подростков, которые находятся в группе риска
из-за суицидальных мыслей, чувство вины
крайне отрицательно влияет на психику, усиливая депрессию, угнетённость, закрытость и апатию.

Высокая интенсивность чувства вины и **манипулирование им** со стороны взрослых
может само по себе **СПРОВОЦИРОВАТЬ ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКА,**
подтолкнуть его к правонарушениям или зависимостям,
которые станут **выражением протеста, защиты или обиды**.

6. САРКАЗМ.

Существует очевидная разница **между тонкими шутками и унижением, вызывающим чувство стыда (см. предыдущий пункт).**

Сарказм — это **язвительная насмешка, высшая степень иронии**, всегда содержит негативную окраску и указывает **на недостаток** человека.

Под иронию и сарказм легко **замаскировать откровенные оскорбления**, ведь в любой момент можно сказать, что вы просто пошутили.

Это **одна из стратегий поведения** не только школьных хулиганов, абьюзеров, агрессоров но и учителей.

7.УГРОЗЫ — запугивание, обещание причинить кому-либо вред, неприятность, зло.

Угроза в уголовном праве — вид психического насилия
над человеком, выраженного словесно, письменно или другим способом с целью намеренно нанести физический, материальный или моральный вред определенному лицу.
Пример: *учитель физкультуры кричит: «Я вам эти вёдра на головы надену!» — и искренне верит, что, если он не намерен в действительности выполнять свою угрозу, она ничего не значит.*

Высказывание «Если ты не сдашь ЕГЭ на 91 балл и выше, ты не сможешь поступить в этот вуз» — информация к размышлению,
которая не содержит в себе угрозы.

А вот высказывание **«Если ты не сдашь ЕГЭ на 91 балл,**
то станешь жалким неудачником, сопьёшься и умрешь под забором!»
больше говорит об эмоциях учителя, чем о будущем подростка.
Это уже угроза.

8. НЕОБЪЕКТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ.

Некоторые педагоги делят обучающихся **на любимчиков**
и **тех, на ком можно срываться**.

Такой подход неконструктивен и неэтичен сам по себе
и вредит как первым, так и вторым.

Психологи доказывают,
что **даже неправильная похвала** может причинять **ВРЕД.**

Попустительство лести и заискиванию,
поощряет и развивает у обучающихся не лучшие черты характера
(стремление манипулировать, неискренность, двойные стандарты, лицемерие)
и **дестабилизирует** межличностные отношения в классе/группе

9. НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ:

ОТСУТСТВИЕ ЭМПАТИИ само по себе не является насилием,
но часто ведет к нему.

В ответ на ваши замечания ученик/воспитаник каменеет,
молчаливо отказываясь выполнять просьбу?
Легко принять это **за неуважение** и разгневаться еще сильнее.

Но, возможно, вас вовсе не игнорируют, просто он парализован страхом,
тревогой, неуверенностью.
В опасной ситуации все живые существа, не исключая человека,
непроизвольно реагируют двумя основными способами:
рефлексом «бей или беги»
или замирают, не в силах пошевелиться («реакция кролика»).

Эмпатия помогает **уловить** состояние других и выбрать не связанную
с эмоциональным давлением линию поведения.

ПОСЛЕДСТВИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО И ДИДАКТИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В ОО

- приводит **к страхам и невротическим состояниям,**
- **плохо сказывается на успеваемости,**
- **стимулирует агрессивное/деструктивное и девиантное поведение,**
- **в зависимости от возраста и индивидуальных особенностей ребенка**

может вызвать

- **психологическую травму,**
- **депрессию и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).**

НАСИЛИЕ НЕ «ЗАКАЛЯЕТ ХАРАКТЕР».

То, что нас не убивает, далеко не всегда делает нас сильней —
чаще просто **травмирует психику.**

Результатом систематических оскорблений
неизбежно становятся
ОЗЛОБЛЕННОСТЬ И ЭСКАЛАЦИЯ ВНУТРЕННЕЙ АГРЕССИИ.

Буллинг, хулиганство, травля и притеснения -
следствие авторитарных насильственных отношений в ОО,
и педагоги, которые ведут себя схожим образом,
только закрепляют и «утяжеляют» эти проблемы.

Итогом деструктивных взаимоотношений между педагогом и обучающимся
в образовательно-воспитательном процессе может стать
«ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ИЗБИТЫЙ РЕБЕНОК»,
психологически и эмоционально опустошенный,
с трансформированной психикой.

Каждый поступок, каждая жизненная ситуация,
в которой **попираются и ущемляются естественные и социальные потребности подростков,**
оставляют **негативный отпечаток на их дальнейшей жизни**
и приводят к ответным реакциям —
агрессии, жестокости, насилию, притесняющему воздействию,
направленному на других людей, в том числе и на учителей.

Профессиональная деформация личности (ПДЛ)
это изменение ее структуры,
которое возникает в результате длительного
выполнения профессиональных обязанностей.

Профессиональные навыки, установки,
приемы и принципы переносятся
во все сферы жизни человека.

Это приводит к искажениям в характере человека,
его мотивации, поведении, общении,
стереотипах восприятия, шкале ценностей.

Все происходящее вокруг начинает восприниматься
через призму профессиональных компетенций.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РЕФЛЕКСИЯ:
профессиональная деформация педагогов, выступает как фактор снижения эффективности его функций и предиктор склонности к психологическому насилию

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕФОРМАЦИЯ ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА

состояние, возникающее у здоровых педагогов в эмоционально напряженной атмосфере профессионального общения, характеризующееся совокупностью симптомов эмоционального, когнитивного, поведенческого и психофизического характера

ВСЕ ПЕДАГОГИ любого уровня в той или иной степени, на ЛЮБОЙ СТАДИИ профессионального становления (профессиональной адаптации, профессионализации или профессионального мастерства) ПОДВЕРЖЕНЫ профессиональной деформации.

ИЩЕМ ПРИЧИНЫ:

1. В образовании, как и в социуме в целом, происходят глобальные изменения, которые требуют от педагога огромных усилий **в изменении педагогического мышления.**

Это выражается **в увеличении объема работы**, с которыми педагоги справляются с трудом, иногда в ущерб своему здоровью.

2. Многие **ресурсные возможности** педагога остаются **невостребованными**, так как выполнение конкретных видов труда не требует развития многообразных качеств и способностей личности.

Поэтому **отдельные профессионально значимые качества** личности с годами трансформируются в **профессионально нежелательные.**
В итоге у педагога проявляются **педагогические деформации поведенческого, личностного и личностно-поведенческого характера.**

Развитию профессиональных деформаций личности педагога способствуют репродуктивное обучение и авторитарная позиция воспитателя.

Основными показателями этих деформаций считается:

- **безапеляционность педагогов,**
- **консервативность,**
- **закрытость в общении,**
- **оценочность суждений, которые, как правило, становятся чертами характера.**

АВТОРИТАРНОСТЬ типична **для воспитателей**, проистекает из необходимости **действенного управления детским коллективом.**

Необходимость **“держать в руках” группу**
формирует в характере педагога **излишнюю властность и категоричность**,
навязывание своего образа “Я” воспитанникам и окружающим взрослым,
которые способствуют
подавлению чувства юмора,
стремление к власти над детьми и людьми вообще.

Гендерные аспекты профессиональной деформации:

Педагогический коллектив практически любого образовательного учреждения составляют в основном **ЖЕНЩИНЫ,**
которые **усвоили и пропагандируют**
мужскую (исторически сложившуюся) систему образования и воспитания,
которая почти исключительно связана
со **словесными (вербальными) формами воздействия** на обучающихся
и **мужскими формами поведения**
(агрессивностью, властностью, жесткостью и т.п.).

Использование мужского языка и образцов поведения
приводит к тому, что педагоги-женщины
утрачивают женскую идентичность,
что отрицательно влияет как на них самих,
так и на **половую самоидентификацию детей**.

Высокий уровень внутриличностных конфликтов у педагогов связан:

- с необходимостью **соответствовать** высокому **уровню социальных ожиданий окружающих,**
- со **стрессогенностью профессии**, с перенапряжением физических сил, необходимых для выполнения профессиональных обязанностей,
- с **увеличением стажа работы и возраста педагога**,
- **возрастанием** педагогической нагрузки,
- **накоплением усталости,**
- **нарастанием тревожных переживаний**,
- **снижением настроения**,
- **вегетососудистыми расстройствами** и поведенческими срывами.

Эти проявления лежат в основе психологического феномена «СИНДРОМА ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ» (СХУ) И СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ (СЭВ).

Характеристики педагога с ПДЛ:

авторитарность,
педагогическая агрессия,
демонстративность,
неадекватная самооценка,
доминантность, консерватизм,
некомпетенность,
информационная пассивность,
педагогическая индифферентность,
формализм,
социальное лицемерие, монологизм.

Содержательные характеристики черт ПДЛ

Педагогический догматизм возникает вследствие частого повтора одних и тех же ситуаций, типовых профессионально-педагогических задач.

У педагога формируется склонность к упрощению проблем,
применению уже известных приемов
без учета всей сложности педагогической ситуации.

Догматизм проявляется в **игнорировании психолого-педагогических теорий**,
пренебрежительном отношении к науке, инновациям,
в самоуверенности и завышенной самооценке
и развивается с ростом стажа работы,
сопровождаясь **снижением общего интеллекта**.

Педагогическая агрессия проявляется во **враждебном отношении** к нерадивым и неуспевающим учащимся, в приверженности **к "карательным" педагогическим воздействиям,**
в требовании **безоговорочного подчинения** педагогу.

Социальное лицемерие педагога обусловлено необходимостью оправдывать высокие нравственные ожидания обучающихся и взрослых, **пропагандировать моральные принципы и нормы поведения**.

Социальная желательность с годами превращается в привычку **морализирования, неискренность чувств и отношений.**

ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ТРАНСФЕР - формирование **у педагога** черт ролевого поведения и качеств, **присущих воспитанникам, учащимся:** ненормативное поведение учащихся - агрессивность, враждебность, грубость, эмоциональная неустойчивость **переносится, проецируется на профессиональное поведение педагога,** и **он присваивает отдельные проявления отклоняющегося поведения**.

Информационная пассивность - проявляется в нежелании совершенствования навыков работы с информацией и повышения своей информационной компетентности (информационной культуры), прекращении своего профессионального самообразования и самовоспитания после накопления информации и методической базы для преподавания своего предмета;

Компетентность педагога и **профессиональная деформация**
взаимообусловлены:
с одной стороны,
развитие профессиональной деформации
снижает уровень профессиональной компетентности,

с другой – **высокий уровень компетентности**
способствует коррекции профессиональных деформаций.

Личностно-ориентированные технологии коррекции и преодоления профессиональных деформаций:

ЦЕЛЬ:

- **снижение уровня агрессивности,**
- **повышение эмоциональной стабильности,**
- **диалогизация общения,**
- **адекватная самооценка,**
- **преодоление других проявлений профессиональных деформаций**

ПОЛЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА!

Направления профилактики и коррекции профессиональной деформации преподавателей.

1.Своевременная диагностика профессиональной деформации и разработка стратегии преодоления профессиональной деструкции.

2**. Осознание профессиональной биографии (педагогическая саморефлексия)** и разработка альтернативных сценариев дальнейшего личностного и профессионального роста.

3. **Освоение методов и способов саморегуляции** эмоциональной сферы и самокоррекции профессиональной деформации.

Прохождение тренингов личностного и профессионального роста (любые ролевые игры, в том числе **салонные** как «Мафия»). Цель - смена социальных ролей, сброс агрессии).

4**. Целенаправленная работа по повышению компетентности** (социальной, психологической, образовательной, **девиантологической**);

5.Переход к инновационным формам и технологиям обучения; участие в соревнованиях и конкурсах среди преподавателей, которое стимулирует профессиональные достижения.

6.Освоение копинг-компетенций и основ стресс-менеджмента

7.Индивидуальная работа с психологом в форме консультирования, психотерапии, психокоррекции.

Комплексная профилактика и коррекция процесса профессиональной деформации личности педагога должна включать 4 уровня:

1. **Телесный.** Занятия спортом, снятие мышечного напряжения (мышечный панцирь), усталости, головной боли, бессонницы и т.д.
2. **Эмоциональный**. Снятие эмоционального напряжения, снижение уровня беспокойства, тревожности, подавленности, апатии.
3. **Смысловой (рациональный**).

Переосмысление своей профессиональной деятельности, снятие негативного отношения к своей работе, формирование/реконструкция позитивного образа учителя, улучшение самопонимания и самопринятия.

4. **Поведенческий**. Устранение стереотипов профессиональных действий, освоение новых более адаптивных и результативных форм поведения на работе.

ЗДОРОВЬЯ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УСПЕХОВ И БЛАГОПОЛУЧИЯ!