

"АНТОЛОГІЯ ПЕДАГОГІЧНОГО ДОСВІДУ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ" І ПОШИРЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СУЧАСНОГО ВЧИТЕЛЯ

Результати досліджень проблем педагогічної праці в школі показують, що сучасний учитель відчуває потребу в знаннях, які дозволили б йому регулювати свій емоційний та психофізичний стан під час переживання нормативних (чи ненормативних) криз свого професійного розвитку, надавали б можливість повертати втрачену гармонійність, конче необхідну для забезпечення результативності освітнього процесу.

Процес психологічної роботи вчителя над собою зумовлює необхідність орієнтації психологічної служби загальноосвітніх закладів на розвиток здатності педагога до самореабілітації (тобто самопомоги в якомога продуктивнішому подоланні внутрішніх і зовнішніх перешкод, виході зі скрутного кризового становища), надання професійної психологічної підтримки та допомоги (тобто сприяння розкриттю суб'єктивного потенціалу педагога, стимулювання його самостійних пошуків власної внутрішньої цілісності, гармонійності, нових можливостей саморозвитку).

Надання сучасному вчителю такої психологічної допомоги навряд чи може здійснюватися поза історичної спадкоємності з вітчизняною та світовою педагогічною спадщиною щодо досвіду педагогів у подоланні криз свого професійного розвитку.

Величезним психотерапевтичним потенціалом у цьому плані володіє бібліотерапія, основне завдання якої полягає в тому, щоб "підібрати" те "рефлексивне дзеркало", яке дозволить особистості зі сторони подивитися на схожі зі своїми переживання, дещо відкоригувати бачення своєї проблеми й, можливо, зробити для себе так необхідне на цей час відкриття щодо причин виникнення та стратегій подолання криз власного професійного розвитку.

Останні дослідження і публікації дозволяють з'ясувати, що, по-перше, психічно обумовлені (нормативні або, як їх ще називають, нормальні, прогресивні) кризи – нормативне явище, яке супроводжує розвиток особистості; по-друге, кризи детерміновані зовнішніми та/чи внутрішніми факторами; по-третє, у процесі кризи відбувається психологічна перебудова структури особистості; по-четверте, часові межі протікання криз диференціюються за фазами, етапами, стадіям їх розвитку; по-п'яте, рушійними силами виникнення та розвитку одні дослідники розглядають природне прагнення людини до самоздійснення, інші – включення в різноманітні соціальні відносини, треті – соціальну ситуацію, провідну діяльність і активність самого суб'єкта діяльності.

Друга група криз має ненормативний, імовірнісний характер. Ці кризи не пов'язані з завершенням певного психічного розвитку. Причина їх виникнення – складні життєві обставини, події, які здатні раптово змінити долю людини. Неприємні ситуації у професійній діяльності, особистому спілкуванні, сімейних відносинах тощо можуть сприйматися як катастрофа і викликати стійкий емоційний розлад. Час появи, життєві обставини, сценарії, учасники ненормативних криз випадкові. Вихід з таких подійових криз достатньо проблематичний. Іноді він буває деструктивним, і тоді суспільство отримує циніків, бомжів, алкоголіків, самогубців. Тому ненормативні кризи часто називають аномальними; вони порушують не тільки діяльності, які вже є провідними, але можуть зачепити відносно незрілі, не зовсім засвоєні види діяльності [3; 4; 5; 8; 11; 15].

На існування криз у професійному розвитку особистості вказують Л.І. Анциферова, І.Д. Бех, І.В. Вачков, Т.В. Зайчикова, Е.Ф. Зеєр, Л.М. Карамушка, Є.А. Клімов, П.В. Лушин, С.Д. Максименко, А.К. Маркова, Л.М. Мітіна, В.А. Семиченко, Е.Е. Симанюк, Т.С. Яценко та інші дослідники. Так, згідно з концепцією Е.Ф. Зеєра [8], кризи професійного розвитку – це нетривалі за часом періоди (до одного року) кардинальної перебудови професійної свідомості, діяльності й поведінки особистості, змінювання темпу та вектора її професійного розвитку. Кризи призводять до переорієнтації на нові цілі, корекції та ревізії соціально-професійної позиції, підготовлюють зміну засобів виконання діяльності, ведуть до змінювання взаємовідносин з довколишніми людьми, а в окремих випадках – до зміни професії.

Серед технологій професійної психологічної допомоги педагогічному працівникові щодо професійного самозбереження Е.Ф. Зеєр, Е.Е. Симанюк пропонують, зокрема, "Тренінг корекції професійно обумовлених деструкцій та формування конструктивних стратегій їх подолання" [8: 148-186]. За визначенням авторів, "система включених до тренінгу вправ спрямована на створення умов, що сприяють кращому пізнанню себе, усвідомленню своїх кризових ситуацій і засобів поведінки в них" [8: 160].

Л.М. Мітіною на підставі результатів дослідження психологічних основ праці вчителя запропонована психологічна модель конструктивної зміни поведінки вчителя, орієнтована на його професійний розвиток [11]. При цьому практична робота є комплексною: вона включає як різні види тренінгів, психотехнік, ділових ігор, так і традиційні форми роботи з учителем – лекції, бесіди, просвітницька діяльність тощо [11: 237-292].

В.В. Бойко особливу увагу привертає до "емоційного вигорання" як однієї з форм професійної деформації особистості педагога і пропонує зокрема "Правила емоційної поведінки" [2: 393-463].

З огляду на посилення ризику "професійного вигорання" та недостатність умов для розвитку професійної кар'єри сучасних педагогів лабораторією організаційної психології Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України та Українською Асоціацією організаційних психологів та психологів праці було проведено ряд наукових досліджень, результати яких стали підґрунтям для розробки та запровадження науковцями індивідуальних та групових технологій профілактики та подолання професійного стресу та синдрому "професійного вигорання" в освітніх організаціях, зокрема, технології самоменеджменту та особливості її використання в закладах освіти [15: 117-152].

Н.В. Самоукіна, підкреслюючи надзвичайну складність сучасних умов, в яких доводиться виконувати педагогу свою професійну діяльність, пропонує комплекси психотехнічних вправ, "практикування яких допоможе вчителю підвищити свою професійну майстерність, ефективно відновлювати працездатність, оптимально будувати своє спілкування зі

школярами, колегами по роботі та близькими людьми у власній сім'ї" [14: 5].

Однак серед великої кількості досліджень, присвячених проблемам особистісного розвитку професіонала-педагога (І.Д.Бех, І.В.Вачков, Л.С.Виготський, Е.Ф.Зеєр, Г.С.Костюк, Н.В.Кузьміна, С.Д. Максименко, А.К.Маркова, Л.М.Мітіна, К.К.Платонов, С.Л. Рубінштейн, О.П.Саннікова, В.А.Семиченко, Е.Е. Симаюк, О.Г.Солодухова, Т.С.Яценко та ін.), що є свідченням важливості проблеми, немає таких, які б дали змогу визначитися з відповіддю на цілком очевидні питання сьогодення: "Чи є професійні кризи, скрутні кризові стани та деструктивні наслідки їх неподолання сучасним учителем виключно результатом суспільних трансформацій, що відбуваються нині в Україні, на початку ХХІ століття? Чи були в історії світового педагогічного процесу випадки подібних кризових переживань учителів? Чи є узагальнення особистісного досвіду педагогів щодо подолання криз свого професійного розвитку та випадки його використання в практиці практичного психолога навчального закладу для надання професійної допомоги та активізації власних самопоміжних ресурсів педагогічних працівників?"

Між тим, експериментально вже доведено, що взагалі вдало підібрана необхідна бібліографічна інформація може стати тим "рефлексивним дзеркалом", яке дозволить особистості зі сторони подивитися на схожі зі своїми переживання й, можливо, зробити для себе так необхідне на цей час відкриття. Адже психологічне відбиття, проекція, в якій бачиш себе без будь-яких словесних моралізацій, спрацьовує бездоганно, оскільки це той власний інсайт, нове бачення, внутрішній каталізатор змін [7].

Отже, мета даної статті полягає у висвітленні окремих результатів теоретико-емпіричного дослідження історико-педагогічної спадщини, пов'язаної з досвідом переживання кризових ситуацій видатними вчителями, ученими-педагогами. Наведені психоісторичні матеріали можуть слугувати "рефлексивним дзеркалом" для сучасних педагогів, які переживають кризи свого професійного розвитку.

Для реалізації мети дослідження нами були обрані біографічні методи психології, зокрема такі автобіографічні методики одержання інформації, як автобіографії, мемуари, свідоцтва очевидців, спогади сучасників, матеріали інтерв'ю, записки сучасників і учнів, контент-аналіз щоденників, листів та творів. Для аналізу одержаної інформації відносно наявності та особливостей переживання вчителями криз свого професійного розвитку нами були використані спеціальні "індикаторні таблиці" [3; 4; 5; 8].

Виходячи з експериментально доведеного вченими факту про те, що саме людина становить для іншої людини найбільший інтерес, ніж будь-яка інша істота, предмет або ситуація [7; 17], ми спеціально підібрали біографічну інформацію щодо сторінок життєопису видатних учителів, учених-педагогів і уклали психобіографічні есе, новели, нариси (а в цілому – антологію особистісного досвіду кризових переживань педагогів) для групових та індивідуальних форм роботи психолога з педагогами, які переживають кризові стани та потребують професійної психологічної допомоги чи самопомоги. Адже зміна "масштабу" бачення себе і довколишнього світу, усвідомлення та збагачення досвіду мудрих і талановитих людей може стати вірним помічником педагога у вирішенні власних проблем.

Ураховуючи емоційність педагога як його професійно важливу якість [17], вважаємо, що використання прийому "рефлексивне дзеркало" серед інших засобів надання психологічної допомоги вчителю, який дійсно зацікавлений у подоланні своїх кризових переживань, є цілком логічною і методологічно виправданою професійною дією психолога-практика. По суті справи, використання прийому "рефлексивне дзеркало" – це поширення психологічних можливостей педагога щодо засвоєння ним нових духовних горизонтів, зміна "масштабу" бачення себе і навколишнього світу, коригування "мірки", за якою оцінюється кризова ситуація. Наприклад, можна розглядати кризову ситуацію в масштабі [7]: а) професійного життя особистості в цілому; б) життя людей, які небайдужі до долі цієї особистості; в) професійної долі колег-педагогів; г) життя суспільства, членом якого є цей учитель тощо. Ми ж пропонуємо педагогові поглянути на свою проблему в масштабі накопиченого в історії педагогічного процесу особистісного досвіду педагогічних працівників щодо подолання криз власного професійного розвитку. Пропонуємо ознайомитися з окремими "сторінками" укладеної нами антології особистісного досвіду видатних педагогів щодо подолання кризових ситуацій.

ІДЕЇ ПЛАТОНА ПРО МИСТЕЦТВО "ПОШУКО-ВО ДУМАТИ", РОЗПЛУТУЮЧИ ВНУТРІШНІ КОН-ФЛІКТИ ДУШІ

Мистецтво "пошуково думати", при цьому думати логічно, розплутуючи всілякі протиріччя при зіткненні різних поглядів, суджень, переконань – це і є підхід Платона до пізнання з позицій діалектики. Що таке діалектика? Це поняття походить від слова "діалог" – мистецтво розмірковувати, притому розмірковувати у спілкуванні, значить – спорити, заперечувати, щось доказувати, а щось спростовувати [16].

Розвиваючи ідеї свого великого вчителя Сократа, Платон доказує, що мислення є діалог душі з собою (говорячи сучасним язиком – внутрішня мова). Згідно з його концепцією, у процесі мислення душа активна, внутрішньо суперечна, діалогічна і рефлексивна: "Мислячи, вона робить не що інше, як розмірковує, сама себе питаючи, стверджуючи й заперечуючи" [12: 289].

Платон (428 або 427 – 348 або 347 рр. до н.е.) – видатний древньогрецький філософ, творчість якого дала евристичний поштовх для розвитку всієї європейської філософії, яка, за словами англійського філософа Уайтхеда, "представляє собою ряд приміток до Платона". В історії світової літератури та культури навряд чи знайдеться філософ, який би, подібно Платону, поєднував би в собі таке блискуче літературне обдаровання з надзвичайно глибоким філософським мисленням. Платон блискучий майстер художнього слова; його філософські твори написані високолітературною мовою, в них багато художніх описів, яскравих і точних метафор. Він був досить плідним письменником, і майже всі його твори збереглися: 43 цільних твори, в тому числі два достатньо крупних за обсягом – "Держава" в 10 книгах і "Закони" в 12 книгах [9; 10; 13; 16].

Між тим, дослідження Платона заклали нові тенденції не тільки у філософії, але й у психології. Він вперше виділив етапи в процесі пізнання, відкривши роль внутрішньої мови та активність мислення. Він представив душу не як цілісну організацію, а як певну структуру, яка випробує тиск протилежних тенденцій, конфліктуючих мотивів, які не завжди можливо примирити за допомогою розуму. Ідея Платона щодо внутрішнього конфлікту душі стане особливо актуальною в психоаналізі; його підхід до проблеми пізнання відіб'ється на позиції раціоналістів [6; 18].

Трактуючи ідею душі, Платон говорить, що душа людини до її народження прибуває в царстві чистих ідей та краси.

Потім вона потрапляє на грішну землю, де, тимчасово знаходячись у людському тілі, як в'язень у в'язниці, "пригадує про світ ідей" [16]. "Давайте запитаємо себе: а чи не існує дійсно, в якомусь смислі той світ ідей, про який говорив Платон? І ми можемо відповісти: так, в якомусь смислі існує. Що це за світ? Це світ духовної людської культури, зафіксований у її матеріальних носіях, перш за все у мові, у наукових і літературних текстах. Це світ абстрактних понять, у яких відображені загальні властивості та сутності речей. Це світ людських цінностей і людських ідеалів... І ось, коли читаєш Платона і сприймаєш його вчення як художню метафору, дивуєшся, наскільки проникливо й яскраво він показав процес прилучення індивідуальної свідомості до загальнолюдської свідомості, процес вrostання кожного індивіда у світ духовної людської культури" [6: 27]. До речі, поза цього світу культури дитина, що розвивається, не стає людиною, її психіка не стає людською, якими б природними задатками вона не володіла [6].

Таким чином, душа, на думку Платона, є самостійною субстанцією; вона існує поряд з тілом і незалежно від нього. Душа – початок незримий, піднесений, божественний, вічний. Душа - хранитель моральності людини. Тіло – початок зримий, незмінний, минулий, тлінний. Душа і тіло знаходяться між собою у складних стосунках. За своїм божественним походженням душа призвана керувати тілом, направляти життя людини. Однак іноді тіло бере душу в свої окопи. Тіло роздирається різними бажаннями та пристрастями. Воно турбується про прожиток, страждає від хвороб, зазнає страхів, спокус. Війни, сварки виникають із-за потреб тіла. Воно зашкоджує чистому пізнанню. Оскільки душа – найбільш високе, що є в людині, вона повинна турбуватися про її здоров'я більше, чим про здоров'я тіла [6].

Платон вважав, що поведінка повинна збуджуватися й направлятися розумом, а не відчуттями, і виступив проти Демокрита та його теорії детермінізму, стверджуючи можливість свободи людини, свободи її розумної поведінки. Душа, за Платоном, складається з трьох частин: розумної, зверненої до ідей; палкої, афективно-вольової; чуттєвої, тієї, що рухається під впливом пристрастей, або жадаючої. Розумна частина душі – основа доброчесності, мудрості, палка – мужності; подолання ж чуттєвості є доброчесність розсудливості. Жадаюча та палка складові душі повинні підкорятися розумній, яка може зробити поведінку моральною.

У своїх діалогах Платон уподібнює душу колісниці, запряженій двома конями. Чорний кінь – жадаюча душа – не слухає наказів і потребує постійної узди, так як він прагне перевернути колісницю, зштовхнути її в прірву. Білий кінь – палка душа, хоча й намагається йти своєю дорогою, але не завжди слухає візницю й потребує постійного догляду. І, нарешті, розумну частину душі Платон ототожнює з візницею, який шукає правильний шлях та спрямовує по ньому колісницю, керуючи конями. В описанні душі Платон дотримується чітких чорно-білих критеріїв, доказуючи, що є погані і хороші частини душі: розумна частина для нього є однозначно хорошою, в той час як жадаюча та палка – поганими, більш низькими [16; 18].

Читаючи твори та історію життя Платона, впевнюєшся, що цьому великому мислителю самому доводилось не раз розплутувати внутрішні конфлікти своєї душі, долаючи власну "життєву драму" (за словами В.С.Соловйова).

За походженням і за особистими зв'язками Платон належав до вищої аристократії. Різнобічні здібності Платона проявилися дуже рано й стали приводом для багатьох легенд, найбільш розповсюджена з яких приписує йому божественне походження (робить його сином Аполлона). Справжнє його ім'я – Аристокл, але ще в юності він отримав нове ім'я – Платон, що означає широкоплечий (у молодості він захоплювався гімнастикою). За легендою, Платоном його став називати Сократ [9; 18].

У двадцятирічному віці Платон зустрів Сократа, і ця зустріч перевернула його життя. Захоплення філософією, ідеями Сократа, відволікло Платона від первісного наміру присвятити своє життя поезії. Він залишався з Сократом до самої його смерті. Смерть Сократа настільки глибоко зранила душу Платона, що він не зміг більше залишатися в Афінах і покинув місто [6; 18].

Платон починає їздити по Сходу. То він у Єгипті, то він відправляється на південь у Сіракузи, - і ніде не знаходить спокою, доки в ньому не здійснюється внутрішній переворот і не вирішується "або-або": якщо правий Сократ, значить є істинний світ; якщо праві його вбивці, то й світ не вартий того, щоб існувати. У нього все більше визріває прозріння: так, правий був Сократ, і даремно він так весело йшов на смерть; це життя є тільки поверхнею буття, а в глибині його клеочє те потаємне, що є його вищою основою. Так у Платона міцніє бачення двох світів: невидимого (духовного) і видимого (матеріального) [10].

Його мандри тривали коло десяти років і скінчилися трагічно – він був проданий у рабство сицилійським тираном Діонісієм, який спочатку призвав Платона допомогти йому в побудові ідеальної держави. Друзі Платона зібрали необхідну для викупу суму. Але Платон до цього часу був уже звільнений. Тоді зібрані гроші були вручені Платону, і він купив ділянку землі на північно-західній окраїні Афін, де заснував свою школу, назвавши її Академію (розміщувалась школа в саду при святилищі героя Академа). В саду Академії проходили заняття з математики, астрономії, усім основним наукам. Головним було пізнання істини. Щодо педагогічної майстерності, то Платон висловлював ідею про її значущість навіть для розвитку суспільства в цілому [10; 18].

Уже в похилому віці Платон робить вторинну спробу участі в державних справах, намагаючись створити ідеальну державу вже сумісно з сином Діонісія – Діонісієм молодшим, однак і ця спроба скінчилася невдачею. Розчарування затьмарювало останні роки життя Платона, хоча він знаходився до кінця днів у оточенні своїх учнів і послідовників, одним з яких був Аристотель [13; 18].

● **Вислови Платона:**

- "Якщо не вивчати життя, то в ньому немає ніякого сенсу";
- "Душа править усім, що є на небі, на землі і на морі за допомогою своїх власних рухів";
- "Доля – шлях від невідомого до невідомого та довільна причина фатального діяння";
- "Світ – це не просто тілесний космос, і не окремі предмети та явища: у ньому загальне поєднано з одиничним, а космічне – з людським";
- "Якщо не будуть царювати філософи або царі не будуть філософами, не буде кінця бідуванням".
- "Будь-яка влада розбещує, а абсолютна влада розбещує абсолютно" [1; 12].

ЕПІКУР, АБО "ПРИЧИНОЮ СТРАЖДАНЬ ЛЮДИНИ Є ЇЇ ВЛАСНІ ПРИСТРАСТІ ТА СТРАХИ"

За його вченням – епікуреїзмом – мета життя людини полягає у відсутності страждань, здоров'ї тіла та стані спокою духу (атараксії). Пізнання природи, за його переконанням, звільняє людину від страху смерті та марновірства. Він розробив метод боротьби з неприємними афектами, наприклад, зі страхом, при опорі на теоретичне пізнання світу. *Так як істиною природою людини є здібність до відчуттів (а не розум, як у стоїків), то сенс людського життя, з його точки зору, – досягнення задоволень. При цьому істинну насолоду доставляють тільки духовні задоволення, які є вічними, у той час як тілесні задоволення мають тимчасовий характер і можуть обернутися своєю протилежністю (наприклад, після гарної вечері з надмірностями може заболіти шлунок, після контактів з незнайомою жінкою можна підхопити дурну хворобу тощо). І лише спілкування з книгами та друзями вічне і завжди приносить радість. Найбільшою насолодою є життя, як воно є, з початком і кінцем. Задоволення – це відсутність страждань, причина яких полягає у пристрастях і страхах самої людини* [9; 10; 13].

Епікур (341-270 рр. до н.е.) – древньогрецький філософ, послідовник атомістичного вчення Демокрита; родоначальник епікуреїзму; засновник в Афінах філософської школи "Сад Епікура" (розміщувалась школа в прекрасному фруктовому саду і була зібранням однодумців, де царив культ дружби, цінувалися скромність та простота повсякденного існування) [9; 13; 16].

Якщо б час не був таким безжалісним, до нас дійшла хоча б частка з 300 папірусних світків, які належали Епікуру. Але дивом уціліло всього три письма вченого, а також уривки з основних його робіт "Про природу" та "Головні думки". Про існування його наукових творів, які загубились у віках, історики дізналися з літературних джерел, наприклад, творів Діогена Лаертського, а також з поеми римського поета-філософа (видатного представника епікуреїзму в Римі) Тита Лукреція Кара "Про природу речей". У цій поемі перераховані твори Епікура: "Про атоми й пустоту", "Про критерії, або Канон", "Про скінченність мети". Епікура як вченого цікавило надзвичайно широке коло явищ – від походження світу до прогнозування погоди. Він намагався зрозуміти природу землетрусів, блискавки, граду, комет, спостерігав за рухом зірок. Учення Епікура включає в себе каноніку (логіку), фізику та етику [13].

Епікур збагатив учення Демокрита, визначивши, що атоми мають вагу, а джерело їх руху знаходиться в них самих. На підставі цих уявлень він намагався пояснити всі природні, психічні та соціальні явища. У протизагнущому вченню Демокрита щодо невідхильності руху атомів за законами, які виключають випадковість, Епікур припускав, що ці частки можуть відхилитися від своїх закономірних траєкторій. Такий підсумок мав етико-психологічне підґрунтя.

На відміну від версії про "жорстку" причинність у всьому, що відбувається в світі (і, значить, у душі), епікуреїзм допускав самодовільність, спонтанність змін, їх випадковий характер. З однієї сторони, такий підхід відбивав відчуття непередбачуваності людського існування, з іншої – визнавав можливість самодовільних відхилень, які закладені в природі речей, виключаючи жорстку зумовленість вчинків особистості та припускаючи певну свободу її виборів [13; 18].

Як визнають критики, в позиції Епікура були й вразливі місця, адже в тому випадку, якщо людина в собі й тільки в собі знаходить сили, сама себе карає та заохочує, в неї відсутня необхідна для цього опора, яка допомагає подолати труднощі й пристрасті, дає надію на те, що хтось оцінить її поведінку та нагородить. Якщо дитину, як говорив Епікур, учити спиратися тільки на власні сили, не боячись невдач і осудження, то таке виховання, безумовно, допомагає швидше знайти свою дорогу сильним людям, але може бути болісним і навіть небезпечним для слабких, яким потрібна допомога та підтримка. При цьому не можна не погодитися з його положенням про те, що страх гальмує розвиток особистості [18].

Збереглася значна кількість свідочств про те, що Епікур був енергійною, творчою особистістю, здатною привертати до себе розумних людей. З часом йому вдалося скопити кошти, вибратися з нужди, він навіть зміг стати заможним елітом. Але слідує власній філософії, він з добротою і розумінням відносився до своїх рабів, деяким дарував свободу. Ті ж з рабів, хто був схильний займатися науками, отримали від нього таку можливість [13; 16].

Епікур завжди був далеким від показової розкоші. Більш за все він цінував відверте спілкування у тісному товариському колі. Він не визнавав для себе участі в політиці, хоча був патріотом і мріяв про визволення Греції від македонського ярма. Але при цьому будь-які громадські акції вважав даремною тратою часу, якого у людини і так мало. Краще, вважав Епікур, витратити дні та роки життя на вивчення природи та властивостей людської душі.

Розмірковуючи таким чином, Епікур дійшов висновку, що *найголовніше для людини – перемогти в собі три види страху: перед небесними явищами, перед весільними богами та перед неминучою смертю. А звільнити людину від страху може тільки пізнання нею реальної дійсності. Незворушний спокій (атараксію), щастя, свободу й насолоди, вищими з яких є мудрість, справедливість і дружба призване дати душі аскетичне самообмеження. Не негативізм, але відхід від суспільства є найбільш етично вірним шляхом духовного саморозвитку та самовдосконалення.*

Епікур вважав, що *єдиним джерелом і добра, і зла є сама людина, вона ж головний суддя власних вчинків. Тільки знання, тільки виховання душі, за його думкою, здатні звільнити людей від невпевненості, страху та марновірства; людина повинна уповати на власні сили й по можливості розкривати таємниці природи.* Таким чином, джерело активності, як і джерело моралі, заключне у самій людині [9; 13; 16; 18].

• **Вислови Епікура:**

- "Ми розуміємо аж ніяк не насолоду розпутства або чуттєвості, як вважають ті, хто не знає, не розділяє або погано розуміє наше учення, - ні, ми розуміємо свободу від страждань тіла та від розгубленості душі";
- "Життя і смерть ніколи не зустрічаються. Доки ми живі, смерті немає. А коли ми мертві, немає життя";
- "Краще не боятися, лежачи на соломі, чим бути у тривозі на золотому ложі";
- "Чим більше щастя, тим менше слід йому довірятися";
- "Краще пізно, чим ніколи";
- "Ані один день не проходить без будь-чого" [1; 13].

Висновки. У системі комплексної групової та індивідуальної форм роботи психолога з педагогами, які переживають кризові стани та потребують професійної психологічної допомоги чи самопомоги, ми пропонуємо використовувати психобіографічні "сторінки" особистісного досвіду кризових переживань видатних учителів, учених-педагогів. Завдяки такому "рефлексивному дзеркалу" поширюється можливість сучасного педагога поглянути на свою проблему в масштабі

накопиченої в історії світового педагогічного процесу спадщини щодо подолання криз власного професійного розвитку. Дійсно, іноді достатньо лише "перевернути" проблему у свідомості людини, як вона ... "зникає" або, що надзвичайно важливо, посилюється впевненість у власних можливостях щодо конструктивного виходу зі скрутного кризового становища. Адже зміна "масштабу" бачення себе і оточуючого світу, усвідомлення та збагачення досвіду мудрих і талановитих людей може стати вірним помічником педагога у вирішенні власних проблем.

Пошуки такої історичної спадкоємності і складання на її основі "Антології педагогічного досвіду переживання кризових ситуацій" спрямовані на поширення можливостей практичного психолога у наданні психологічної допомоги та активізації власних самопоміжних ресурсів педагога. Вважаємо, що осмислення подібного досвіду надасть педагогу необхідну і розумну основу для рефлексивного бачення себе і своїх переживань, перетворення, збагачення і творчого його використання в процесі психологічної роботи над собою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Афоризмы. Избранное. От Древнего Мира до Современности / Сост. В.А.Рыбалко. – Донецк: ООО "Канцлер", 2006. – 304 с.
2. *Бойко В.В.* Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М.: Информационно-издательский центр "Филинь", 1996. – 472 с.
3. *Василькова О.И., Васильков В.Н.* Кризисы на жизненном пути молодежи: современное социально-психологическое измерение: учеб.-метод. пособие / О.И. Василькова, В.Н. Васильков. – Донецк: Каштан, 2006. – 362 с.
4. *Василькова О.И.* Поняття "кризи особистості" у філософсько-психологічному вимірі / О.И. Василькова // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: зб. наук. праць. – К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2006. – № 11 (35). – С.3-9.
5. *Василькова О.И.* Сутнісні психологічні показники криз у професійному розвитку сучасного педагога / О.И. Василькова // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: зб. наук. праць. – К., 2007. – № 16 (40). – С. 192-199.
6. *Гиппенрейтер Ю.Б.* Введение в общую психологию. Курс лекций / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: ЧеРо, 1996. – 336 с.
7. *Горностаев П.П., Васильковская С.В.* Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход / П.П. Горностаев, С.В. Васильковская. – К.: Наук. думка, 1995. – 128 с.
8. *Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э.* Психология профессиональных деструкций: учеб. пособ. / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005.– 240 с.
9. *Кондаков И.М.* Психология. Иллюстрированный словарь / И.М. Кондаков [2- изд., доп. и перераб.]. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2007. – 783 с.
10. *Мень А.В.* Мировая духовная культура: Лекции и беседы / А.В. Мень. – М.: Фонд имени Александра Меня, 1995. – 671 с.
11. *Митина Л.М.* Психология труда и профессионального развития учителя: учеб. пособ. / Л.М. Митина. – М.: Изд. центр "Академия", 2004. – 320 с.
12. *Платон.* Сочинения: В 3 т. / Платон. – М., 1968. – Т. 1. – С. 289.
13. *Пономарева Т.Д.* Великие ученые / Т.Д. Пономарева. – М.: "Изд-во АСТ", "Изд-во Астрель", 2004. – 526 с.
14. *Самоукина Н.В.* Психологический тренинг для учителя / Н.В. Самоукина [2-е изд., испр.]. – М.: Психотерапия, 2006. – 192 с.
15. Синдром "професійного вигорання" та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: Навч. посібн. / За наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М.Карамушки, Т.В.Зайчикової. – К.: Міленіум, 2006. – 368 с.
16. *Спиркин А.Г.* Философия: учебник / А.Г. Спиркин. – М.: Гардагики, 2007. – 736 с.
17. *Сырицо Т.Г.* Эмоциональность как профессионально важное качество учителя: Автореф. дис. ... канд. психол. наук / Т.Г. Сырицо. – СПб., 1977. – 19 с.
18. *Ярошевский М.Г.* История психологии. От античности до середины XX века: Учеб. пособие для высших учебных заведений / М.Г. Ярошевский. – 2-е изд. – М.: Издат. центр "Академия", 1997. – 416 с.

Подано до редакції 17.08.09

РЕЗЮМЕ

У статті розкриваються можливості використання як "рефлексивного дзеркала" для сучасних учителів психоісторичних матеріалів "Антології педагогічного досвіду переживання кризових ситуацій", укладеної на підставі дослідження історико-педагогічної спадщини щодо досвіду видатних учителів, учених-педагогів у подоланні криз свого професійного розвитку.

Ключові слова: професійний розвиток учителя, особистісна криза, кризова ситуація, переживання, емоційна регуляція.

О.И. Василькова

"АНТОЛОГИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА ПЕРЕЖИВАНИЯ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ" И РАСШИРЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СОВРЕМЕННОГО УЧИТЕЛЯ

РЕЗЮМЕ

В статье раскрываются возможности использования в качестве "рефлексивного зеркала" для современных учителей

психоисторических материалов "Антологии педагогического опыта переживания кризисных ситуаций", составленной на основе исследования историко-педагогического наследия, связанного с опытом выдающихся учителей, ученых-педагогов в преодолении кризисов своего профессионального развития.

Ключевые слова: профессиональное развитие учителя, личностный кризис, кризисная ситуация, переживание, эмоциональная регуляция.

O.I. Vasyilkova

APPLICATION OF "THE ANTHOLOGY OF PEDAGOGICAL EXPERIENCING OF CRISIS SITUATION" FOR BROADENING PSYCHOLOGICAL ABILITIES OF CONTEMPORARY TEACHER

SUMMARY

The article demonstrates opportunities of using such psychohistorical materials as "Anthologies of pedagogical experiencing of crisis situation" developed for contemporary teachers as "the reflexive mirror". The Anthology is based on the materials of research on historical and pedagogical heritage of experience of prominent teachers, scientist-teachers in overcoming crises of their professional development.

Keywords: professional development of a teacher, personal crisis, crisis situation, experiencing, emotional regulation.
