**Малеев А.Л., педагог-психолог**

**МАОУ гимназия №18**

**г. Нижний Тагил, РФ**

**Психологическое сопровождение педагога в современном образовательном процессе**

Новая концепция сопровождения разработана в нашей стране Е.И.Казаковой (2001). По мнению автора, под сопровождением понимается метод, обеспечивающий создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора [3]. В образовательном процессе наряду с постоянным сопровождением учащихся и их родителей необходимо системное сопровождение педагогов. Такое сопровождение предусматривает, прежде всего, действия педагога – психолога, направленные на оказание психологической поддержки педагогу с целью профилактики его профессионального выгорания.

Психологическая поддержка тесно связана с конкретной личностью, приемы содействия педагога индивидуальны. Индивидуализацию рассматривают как поддержку человека в творческом самовоплощении, в развитии способности к жизненному самоопределению [1].

Овчарова Р.В. акцент ставит на ответственности самого субъекта развития. определяет сопровождение как направление и технологию деятельности психолога. По ее мнению, в первом случае сопровождение включает в себя поддержку личности и ее ориентирование в трудных, проблемных ситуациях, а также сопровождение естественного развития индивидуально-личностного потенциала. Во втором случае - это «комплекс взаимосвязанных и взаимообусловленных мер, представленных разными психологическими методами и приемами, которые осуществляются в целях обеспечения оптимальных социально-психологических условий... для сохранения психологического здоровья[4] .

Психологическое сопровождение учителей позволяет педагогам преодолевать психологические барьеры, связанные с готовностью к нововведениям, развивать стилевые характеристики общения, позитивные взаимоотношения друг с другом, администрацией, родителями, детьми.

В свете гуманистической психолого-педагогической парадигмы образования и внедрения ее в педагогический процесс два аспекта психологической работы с учителями выходят на первый план: первый аспект – психологическая помощь педагогам, связанная с внедрением личностно- ориентированных технологий обучения в реальный учебный процесс. Второй аспект – психологическое отношение учителя к оценке и отметке (выставляемых и высказываемых учителями детям и родителям) как центральный педагогический конфликт, обусловленный различными факторами.

В целом, психологическое сопровождение учителей имеет психопрофилактическую направленность, связанную с приобретением учителями навыков психической саморегуляции. Психическая саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием, достигаемое путем воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием.

С точки зрения синергетического подхода, снятие психологического напряжения всегда связано с внутренней психической самоорганизацией. В межличностных отношениях синергетика предполагает всякое иное действие рассматривать как возможное дополнение к своему, как приглашение к обмену, а значит сотрудничеству. Поэтому синергетический подход требует инициировать установление «правовых отношений» учителей с учащимися, педагогов с другими педагогами, администрацией и родителями.

Применение методов психической саморегуляции особенно актуально для педагогов как средство профилактики их профессионального выгорания.

Саморегуляция может осуществляться с помощью четырех основных средств, используемых по отдельности или в различных сочетаниях:

1. Способы, связанные с управлением дыханием;

2. Способы, связанные с управлением тонусом мышц, движением;

3. Способы, связанные с управлением мысленными образами;

4. Способы, связанные со словесным воздействием.

В результате саморегуляции могут возникать три основных эффекта:

* эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности);
* эффект восстановления (ослабление проявлений утомления);
* эффект активизации (повышение психофизиологической реактивности)[2].

Данные эффекты значительно нормализуют психическое состояние педагога, способствуют снижению его тревожности и повышают эмоциональный тонус.

**Литература**

1. Асмолов А.Г.Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека – М.,2010.
2. Бильданова В.Р. Приемы психической саморегуляции в деятельности учителя // Научно-методический электронный журнал «Концепт»,2013, №51.
3. Казакова Е.И. Сопровождение развития- новая образовательная технология// Психолого-педагогическое и медико-социальное сопровождение развития.- Спб.-Ч.1.2001.-С.9-14.

4. Овчарова Р.В.Технологии работы школьного психолога с педагогическим коллективом.– Курган,2006.