

**С.А. Котова**

# **МОЛОДОЙ УЧИТЕЛЬ В ШКОЛЕ: ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЕ**

Допущено Учебно-методическим объединением  
по направлениям педагогического образования  
в качестве учебного пособия для студентов высших  
учебных заведений, обучающихся по направлению  
050700.62 Педагогика

**Москва  
Школьные технологии  
2022**

**ББК 74 р  
К 73**

Под научной редакцией Е.И. Николаевой,  
доктора биологических наук, профессора РГПУ им. А.И. Герцена

Рецензент:  
Л.А. Рудкевич, доктор психологических наук,  
профессор Санкт-Петербургского института гуманитарного  
образования

**Котова С. А.**

**К 73** Молодой учитель в школе: проблемы и их решение. 3-е изд.,  
стереотипное. М.: НИИ школьных технологий, 2022. 128 с.

**ISBN 978-5-521-76499-0**

В учебно-методическом пособии рассматриваются теоретические и практические аспекты начального этапа профессиональной деятельности учителя, предлагаются пути и способы сохранения психологического комфорта и психологической устойчивости при прохождении адаптационного периода в трудовой сфере.

Автор анализирует наиболее типичные ошибки и трудности выпускников педагогических колледжей и вузов. Описывает возможные проблемы при вхождении в коллектив образовательного учреждения и даёт советы, помогающие начинающему педагогу сориентироваться в новой профессиональной среде, выстроить отношения с коллегами и с руководством. Излагает приёмы, которыми ученики могут провоцировать учителя на неадекватные поступки, и предлагает способы преодоления стремления школьников к шалостям на уроке, а также психологические рекомендации, как выстроить продуктивные взаимоотношения с учащимися. Анализирует способы и методы взаимодействия с родителями учеников.

Пособие предназначено для студентов педагогических вузов и колледжей, учителей различных типов образовательных учреждений, преподавателей педагогических вузов, колледжей, руководителей образовательных учреждений.

**ISBN 978-5-521-76499-0**

**ББК 74 р**

Работа выполнена при финансовой поддержке  
Российского гуманитарного научного фонда  
(проект № 08-06-00467а, 2008–2010)

© Котова С.А., 2022

© НИИ школьных технологий, 2022

# Введение

**Н**астоящее время характеризуется быстрыми и резкими изменениями в обществе. Нестабильность, порой непредсказуемость социальных процессов предъявляют повышенные требования к личности. Человеку приходится, с одной стороны, соответствовать часто меняющимся (динамичным) социальным требованиям, а с другой, сохранять собственные основополагающие установки и убеждения, целостность и своё неповторимое своеобразие, оставаясь в относительно устойчивом равновесии.

Особую актуальность проблема социальной адаптации приобретает сегодня, в условиях резко увеличившегося информационного потока, усвоение которого требует постоянного обучения и личностного роста. Современный человек переживает слишком много глубоких перемен в чрезвычайно короткий срок. Он вынужден выступать то в одной роли, то в другой, что постоянно сопровождается психологическим напряжением. Мы обновляем наше видение мира, наши взгляды, представления о действительности через всё более короткие интервалы.

Интенсификация перемен и увеличивающаяся сложность социальной среды выдвигают на первый план способность человека к адаптации. Поэтому всё значимей становится проблематика, связанная с адаптационными ресурсами человека как субъекта деятельности, общения и познания. Г. Селье [29], автор психофизиологической концепции стресса, писал о том, что человек должен непременно израсходовать на протяжении жизни свой запас адаптационной энергии (наследственно определённый ограниченный запас жизнеспособности), чтобы удовлетворить врождённую потребность в самовыражении, исполнить миссию, для которой, как ему кажется, он рождён.

Проблема профессионального становления личности — одна из центральных в современной психологии. Этот процесс охватывает значитель-

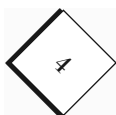
ную часть онтогенеза человека — период с начала формирования профессиональных намерений на этапе школьного обучения до завершения профессиональной жизни. Э.Ф. Зеер [9] определяет профессиональное становление как «формообразование» личности, адекватной деятельности. В ходе профессионального становления личность постепенно формирует свой профессиональный образ, соответствующий содержанию и условиям профессионального труда. Характеристики этого процесса определяются широким спектром факторов, среди которых традиционно выделяются биологические и социальные, а также непременно собственная активность человека.

Под влиянием этих факторов происходит объединение профессиональных умений и профессионально важных качеств в сложные структуры, обеспечивающие продуктивное выполнение профессиональной деятельности. При этом особое значение приобретает проблема приспособления человека на этапе вхождения в новую профессиональную деятельность. В данную ситуацию включается не только личность сама по себе, но и всё её ближайшее социальное окружение, а также профессиональная среда, в которую она интегрируется. Успешность прохождения этого переходного периода определяет стабильность и благополучность жизненного пути человека в дальнейшем, успешность его социализации в обществе.

Этот период называется стадией профессиональной адаптации, приспособления личности к социально-производственным условиям. Он знаменуется завершением длительного периода обучения и началом самостоятельной профессиональной деятельности. Когда молодой человек (или девушка) оканчивает педагогический университет, у него резко меняется социальный статус: в студенческие годы его учили, а теперь он сам учит других.

При этом кардинально (по отношению к периоду обучения) изменяется и вся совокупность факторов, формирующих ситуацию развития:

- новый разновозрастной коллектив;
- другая иерархическая система производственных отношений;
- новые социально-профессиональные ценности;
- иная социальная позиция и социальная роль;
- принципиально новый вид ведущей деятельности — трудовой.



Каждый год в школу приходят молодые учителя, окончившие педагогические вузы или колледжи. Перед ними встаёт целый ряд проблем: выстраивание отношений с детьми, учителями, администрацией. Трудности их разрешения вызваны объективной нехваткой социально-психологических знаний и опыта построения социальных взаимодействий. При этом начинающий учитель выполняет в полном объёме те же функциональные обязанности, что и опытный педагог: выступает организатором учебно-воспитательного процесса, создаёт условия для реализации потенциальных возможностей учеников, управляет их развитием, общается с родителями школьников [33].

Ситуацию часто осложняет то, что молодой учитель, оказываясь в новой среде, сталкиваясь с новыми непривычными ситуациями, часто волнуется, боясь чего-нибудь не успеть, забыть, упустить, стесняется обращаться за советами к более опытным коллегам, часто выстраивает своё поведение непродуманно и непоследовательно, затрудняется и колеблется в принятии решения. Всё это приводит к излишней напряжённости, тревожности и, как следствие, неудовлетворённости. Чтобы эта неудовлетворённость не стала привычным состоянием и не привела к уходу из школы, начинающему педагогу необходимо пособие, в котором он смог бы найти ответы на ежедневно встающие вопросы.

Большинство учителей нуждается в получении методической, психолого-педагогической, управленческой информации. Проблема расширения компетентности возникает не только при вхождении в новую должность, но и при перемещениях учителей на новые позиции внутри одной школы. Овладение специальностью — достаточно длительный и серьёзный процесс, требующий постоянного непрерывного обучения.

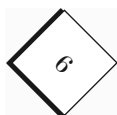
На своём профессиональном пути каждый педагог проходит три ступени, характеризующиеся разными задачами и самоощущением:

- ступень — адаптация и утверждение в профессиональной деятельности. Основные задачи этого периода состоят в том, чтобы решить проблемы, возникающие независимо от педагога;
- ступень — самореализация. На этой ступени происходит накопление приёмов, упорядочение собственного опыта и формирование собственных задач как педагога. Учитель начинает понимать, чему следует учить и как это следует делать. Происходит выработка соб-

ственного профессионального стиля;

— ступень — профессиональное мастерство, постижение высшего смысла деятельности. Учитель стремится обобщить, теоретически обосновать и объяснить собственный опыт, сопоставить его с принятыми нормами и даже развить и расширить эти нормы.

Решение проблем и задач, встающих на каждой ступени профессионального развития, требует от личности постоянных усилий, выраженной профессиональной направленности и достаточного широкого спектра качеств: эргичности, гибкости, рефлексивности, оптимизма.



# Вхождение в педагогическую профессию: проблемы адаптации молодого педагога в образовательном учреждении

**П**режде чем рассматривать частные проблемы профессиональной адаптации, необходимо рассмотреть этот процесс в общем. В чём же состоит сущность процесса адаптации?

Адаптация (от лат. *adaptatio* — приспособление) — совокупность приспособительных реакций живого организма к изменяющимся условиям существования, выработанных в процессе длительного эволюционного развития и способных преобразовываться, совершенствоваться на протяжении индивидуального развития [3]. Различают физиологическую и социально-психологическую адаптацию.

Адаптация физиологическая понимается как совокупность физиологических реакций, лежащих в основе приспособления организма к изменению окружающих условий. Это процесс приспособления организма индивида к новым условиям жизни, новому виду деятельности (трудовой), новым нагрузкам, связанным с выполнением этой деятельности. Адаптация к нагрузке зависит от внутренних факторов (возраст, состояние здоровья, индивидуально-типологические качества, физическое развитие) и от внешних факторов (условия жизни и труда, организация режима дня, питания и рабочих заданий).

«Адаптация — это процесс и результат внутренних изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования» [25, С. 17]. А.А. Реан подчёркивает, что полноценная адаптация включает в себя целый спектр изменений и выработку новых личностных качеств, так как это процесс активного приспособления личности, активного изменения, самокоррекции в соответствии с требованиями среды. «Просто пассивного принятия ценностных ориентаций среды

без активного самоизменения быть не может, если речь действительно идёт о процессе адаптации» [25, С. 26].

Адаптационный синдром [29] имеет три стадии. Первая — стадия тревоги, в которой происходит мобилизация защитных сил. Затем идёт стадия сопротивляемости, или стабилизации (повышенной устойчивости организма к воздействию неблагоприятных воздействий), и стадия истощения. В дальнейшем данный синдром имеет ритмическое повторение. В зависимости от индивидуального своеобразия протекания адаптационных процессов экспериментально выделены два типа людей:

- спринтеры, для которых характерны быстро развивающиеся и интенсивно протекающие, но вместе с тем кратковременные адаптивные изменения;

- стайеры — люди, у которых активные сдвиги происходят медленно, они умеренно интенсивны, но достаточно длительны.

В зависимости от степени гибкости, пластичности нервной системы и саморазвития сомато-вегетативных функций Н.Н. Василевский [2] выделил три категории людей:

- адаптивные, имеющие высокую пластичность, то есть способность меняться и настраиваться на новые условия жизнедеятельности;

- средне адаптивные — с умеренной гибкостью нервной системы, с менее выраженными соматическими реакциями в новых условиях;

- неадаптивные, характеризующиеся низкой приспособляемостью или даже отсутствием изменений в ответ на существенные сдвиги во внешней среде.

Социально-психологическая адаптация представляет собой приспособление личности к новой социальной среде, новой ситуации (принятие нового социального статуса, новой социальной позиции, роли, установление новых социальных связей), новому виду деятельности (профессиональной), новым социально-психологическим нагрузкам, связанным с ней. Социально-психологическая адаптация также зависит от внутренних факторов (состояние психического здоровья, психическое развитие, личностные качества, направленность) и от внешних факторов (детский и педагогический коллектив образовательного учреждения, наличие или отсутствие психологической поддержки в кругу семьи, друзей и коллег).

Рассмотрим возможные стратегии поведения человека в кризисной ситуации, которое в научной литературе получило название копинга или совладающего поведения. Английское слово «копинг» переводится как со-

владение, в данном случае с новыми условиями среды. Совладание может проявляться как творческое, созидательное и рефлексивное поведение, нацеленное на то, чтобы справиться со специфическими внешними или/и внутренними требованиями, чрезмерными для человека. Таким образом, преодолевающее, совладающее поведение рассматривают как общую, глобальную личностную направленность активности в ответ на трудную жизненную ситуацию и как виды конкретных реакций на неё, способы действия в ней (см. рис. 1).



Рис. 1. Типология моделей совладающего поведения  
(по С. Хобфоллу и Э.Ф. Зееру)

Об удачном преодолении трудной ситуации и эффективной адаптации можно говорить в том случае, если личность в своём поведении использует активную просоциальную стратегию поведения, поскольку только в этом случае она накапливает индивидуальный опыт адаптации к изменяющимся условиям профессиональной деятельности.

Однако люди перед лицом опасности ведут себя по-разному, поэтому существует несколько классификаций копинг-стратегий. Согласно одной

из них, выделяют пассивную и активную стратегии. Каждая из них в свою очередь подразделяется на конструктивную и деструктивную.

Пассивная конструктивная стратегия преодоления стрессовой ситуации состоит в том, что человек под воздействием внешних обстоятельств (а не сам) вступает в социальный контакт и ищет социальную поддержку, что в некоторых обстоятельствах может быть адаптивным. Люди с такой стратегией подчиняются внешним обстоятельствам в виде выполнения социальных требований, ожиданий, норм. Её относят к профессионально-нейтральному способу разрешения проблемной ситуации, поскольку при определённых условиях она может принести успех. Люди с пассивно-деструктивной стратегией поведения в сложных обстоятельствах предпочитают избегание и весьма осторожные действия, которые не способствуют выходу из трудной ситуации.

Для пассивной стратегии характерно подчинение личности интересам и требованиям среды. Люди, её использующие, не уверены в своей профессиональной компетентности, ригидны (то есть не гибки), не готовы к изменению сложившегося образа жизни. Нередко кризисная ситуация вызывает у них ухудшение самочувствия, заставляя тем самым уйти от решения проблем. Они не предпринимают каких-либо активных действий, полагаясь на помощь со стороны других или ориентируя свою активность (в определённой степени конструктивная тенденция) на другие сферы (семью, хобби). Пассивная стратегия проявляется в отсутствии стремления человека к независимости, неспособности брать на себя ответственность. Постоянная реализация пассивной стратегии сводит все формы профессионального поведения к ограниченному набору стереотипных, шаблонных действий.

Активная стратегия также выражается в двух вариантах: конструктивной и деструктивной. Активно-конструктивная стратегия преодоления стрессовой ситуации характерна для людей с оптимистическим мировоззрением, устойчивой положительной самооценкой, реалистичным подходом к жизни и желанием достижения более высокой позиции. Активная стратегия поведения обеспечивает прогрессивное профессиональное развитие, решающее значение в процессе которого приобретает активность субъекта, создающая жизненные синтезы и формирующая жизненную линию. Именно активность определяет, преобразует совокупность обстоятельств и конструктивно направляет прогрессивный ход жизни.