

УДК 37.011.3-051:005.336.5

DOI: <https://doi.org/10.31732/2707-9155-2019-35-186-197>

Програма активізації особистісного саморозвитку вчителя та результати її впровадження в умовах неформальної освіти

Шикер Л.В.

Аспірант кафедри психології управління.

Державний заклад вищої освіти «Університет менеджменту освіти»

м. Київ, вулиця Січових Стрільців, 52 а, 02000, Україна

тел.: (098)-580-93-39, e-mail: positum@gmail.com

ORCID: 0000-0002-1484-0647

Program of activation of personal self-development of teachers and results its implementation in the conditions of non-formal education

Schicker L.V.

PhD student of the Department of Management Psychology

State Institution of Higher Education «University of Educational Management».

Kyiv, Sichiviy Streltsov str., 52 a, 02000, Ukraine

tel.: (098)-580-93-39, e-mail: positum@gmail.com

ORCID: 0000-0002-1484-0647

Анотація. У статті здійснено аналіз результатів формувального етапу експерименту щодо впровадження в умовах неформальної освіти програми активізації особистісного саморозвитку вчителя. Визначено сутність особистісного саморозвитку вчителів, який характеризується як процес розкриття внутрішнього потенціалу вчителів щодо вдосконалення особистісних характеристик та ефективного здійснення професійної діяльності. Охарактеризовано наукові підходи до трактування особистісного саморозвитку (психоаналітичний, гуманістичний, біхевіористичний, акмеологічний, гуманістично-ціннісний, генетико-моделючий, транскультуральний). На основі виокремлених підходів визначено зміст та структура особистісного саморозвитку вчителів, що містить когнітивно-рефлексивну, ціннісно-мотиваційну, операційно-діяльнісну складову. Основне завдання статті – висвітлити результати та ефективність впровадження програми активізації особистісного саморозвитку вчителя в умовах неформальної освіти. Представлено діагностичні засоби вивчення рівнів особистісного саморозвитку вчителів та його складових (методика «Самооцінка рівня онтогенетичної рефлексії», методика «Діагностика рівня парціальної готовності до професійно-педагогічного саморозвитку», методика визначення рефлексив-

ності, методика діагностики реалізації потреб у саморозвитку, тест «Визначення рівня самоактуалізації особистості», методика дослідження мотивації професійного і особистісного зростання, Вісбаденський опитувальник до методу позитивної психотерапії та сімейної психотерапії). Розкритий зміст програми активізації особистісного саморозвитку вчителя, що складається з трьох модулів: «Загальна характеристика особистісного саморозвитку вчителя», «Психологічні умови особистісного саморозвитку вчителя», «Психологічні засоби вдосконалення процесу особистісного саморозвитку вчителя». Охарактеризовано структура тренінгових занять програми активізації особистісного саморозвитку вчителів. Обґрунтовано стратегію формувального етапу експерименту, в якому взяло участь 87 учителів. Представлено результати апробації програми активізації особистісного саморозвитку вчителів, які довели її ефективність. З'ясовано, що запропонована програма забезпечує формування позитивного ставлення вчителів до особистісного саморозвитку, оволодіння знаннями, досвідом щодо опанування засад особистісного саморозвитку, оволодіння здатностями оцінювати власні можливості, ресурси, вміннями створювати, розробляти, управляти проектами особистісного саморозвитку.

Ключові слова: саморозвиток особистості, особистісний саморозвиток вчителя, когнітивно-рефлексивний компонент, ціннісно-мотиваційний компонент, операційно-діяльний компонент, програма активізації особистісного саморозвитку вчителів.

Формул.: 0, рис.: 0, табл.: 1, бібл.: 12.

Annotation. The article analyzes the results of the formative stage of the experiment on introducing a program for enhancing the personal self-development of a teacher in non-formal education. The essence of the personal self-development of teachers is defined, which is characterized as the process of revealing the internal potential of teachers to improve personal characteristics and the effective implementation of professional activities. The scientific approaches to the interpretation of personal self-development (psychoanalytic, humanistic, behavioristic, acmeological, humanistic-value, genetic-modeling, transcultural) are characterized. Based on the selected approaches, the content and structure of teachers' personal self-development are determined, which contains cognitive-reflective, value-motivational, and operational-activity components. The main objective of the article is to present the results and effectiveness of the implementation of the program for enhancing the teacher's personal self-development in non-formal education. Diagnostic tools for studying the levels of personal self-development of teachers and its components are presented (the methodology «Self-assessment of the level of ontogenetic reflection», the methodology «Diagnostics of the level of partial readiness for professional and pedagogical self-development», the methodology for determining reflectivity, the methodology for diagnosing the implementation of needs for self-development, the test «Determining the level of personality self-actualization», Research methodology for motivation of professional and personal growth, Wiesbaden questionnaire for the positive method psychotherapy and family psychotherapy). The content of the program of activating the teacher's personal self-development is disclosed, which consists of three modules: «General characteristics of the teacher's personal self-development», «Psychological conditions of the teacher's personal self-development», «Psychological means of improving the teacher's personal self-development». The structure of the training sessions of the program for enhancing the personal self-development of teachers is described. The strategy of the formative stage of the experiment, in which 87 teachers participated, was substantiated. The results of testing the program for enhancing the personal self-development of teachers, which have proved its effectiveness, are presented. It has been established that the proposed program ensures the formation of a positive attitude of teachers towards personal self-development, mastery of knowledge, experience in mastering the basics of personal self-development, mastery of the abili-

ty to evaluate one's own capabilities, resources, and the ability to create, develop, and manage projects of personal self-development.

Key words: *self-development of a personality, personal self-development of a teacher, cognitive-reflexive component, value-motivational component, operational-activity component, program for activating personal self-development of teachers.*

Formulas: 0, fig.: 0, tabl.: 1, bibl.: 12.

Постановка проблеми

Останнім часом в умовах сучасного суспільства збільшуються вимоги не лише до професійних здатностей учителя, а й до його особистісних якостей. Сьогодні вчитель має створити такі умови освіти учнів у школі, за яких середовище соціальної рівності, згуртованості, соціалізації особистості, партнерства були пріоритетними явищами. Однак, розуміючи відповідальність за особистісне становлення учнівської молоді, їх уміння орієнтуватися у навколишній дійсності, формуючи світогляд вихованців, варто зосередитись не лише на опануванні фаховими компетентностями, але й на оволодінні навичками особистісного саморозвитку вчителів. Адже, сформувавши особистість, здатну легко адаптуватися до змінних умов, спроможна та особистість, яка постійно прагне самовдосконалення й може стати зразком для інших. Отже, незважаючи на значущість окресленої теми, проблема особистісного саморозвитку педагогів у сучасних умовах залишається відкритою і потребує розробки нових підходів, спрямованих на вирішення окреслених завдань.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Проблемою особистісного саморозвитку переймалася достатня кількість вітчизняних і зарубіжних науковців, що дозволило виокремити підходи щодо визначення сутності досліджуваного феномена, а саме: психоаналітичний (З. Фрейд, К. Юнг та ін.), гуманістичний (А. Маслоу, К. Роджерс та ін.), біхевіо-

ристичний (Д. Уотсон, Е. Торндайк та ін.), діяльнісний (Л. Виготський, А. Леонт'єв та ін.), акмеологічний (А. Деркач, Н. Кузьміна та ін.), гуманістично-ціннісний (О. Бондарчук, Л. Карамушка та ін.), транскультуральний (І. Кирилов, Н. Пезешкіан та ін.), особистісно-орієнтований (М. Боришевський, Г. Костюк та ін.), генетико-моделюючий (С. Максименко та ін.), суб'єктно-вчинковий (В. Татенко, В. Шульга та ін.), екофасилітативний (П. Лушин та ін.). Авторі зазначають, що особистісний саморозвиток – це процес розкриття внутрішнього потенціалу людини за допомогою самопізнання, самовираження [1; 2].

На особливу увагу заслуговують сучасні дослідження науковців (О. Адевалле, О. Бондарчук, Ю. Каверин, С. Максименко, Д. Мідор, Е. Остапенко, Н. Уйсімбаєва та ін.), які визначають зміст і сутність особистісного саморозвитку вчителя. На думку Н. Уйсімбаєвої, особистісний саморозвиток вчителя – це усвідомлений цілеспрямований розвиток себе як педагога, що містить самостійне вдосконалення знань, умінь, особистісних, професійних якостей, забезпечуючи особистісне зростання, ефективність професійної діяльності [3]. Для Ю. Каверина, особистісний саморозвиток вчителя – це неперервний, свідомий, цілеспрямований процес особистісного вдосконалення, що ґрунтується на взаємодії внутрішніх значущих та активно творчих зовнішніх чинників, спрямований на підвищення рівня професіоналізму, акумуляцію майстерності, досвіду [4].

Крім того, науковці визначають складові елементи особистісного саморозвитку вчителя. Е. Остапенко характеризує такі складові: мотиваційний компонент (система домінуючих мотивів, інтереси, ставлення); пізнавальний (знання принципів, методів, форм, засобів саморозвитку); діяльнісний (уміння, навички організації процесу саморозвитку); особистісний (самоконтроль, самокорегування емоційно-вольових проявів) [5]. О. Адевале виокремлює: конструктивні навички спілкування, поведінку та знання із основного предмету, що викладає вчитель [6].

Грунтуючись на дослідженнях науковців транскультурального підходу (І. Кириллов [2], Н. Пезешкіан [1] та ін.), вважаємо, що особистісний саморозвиток учителя – це процес розкриття внутрішнього потенціалу педагога з метою вдосконалення особистісних характеристик задля зростання та ефективного виконання професійної діяльності. До складових особистісного саморозвитку вчителя нами віднесено такі: когнітивно-рефлексивну (онтогенетична рефлексія, рівень загальних, спеціальних знань, саморозуміння), ціннісно-мотиваційну (цінність саморозвитку, прагнення до самоактуалізації, мотивація професійної діяльності, первинні актуальні здібності), операційно-діялісну (здатність до самореалізації, загальноорганізаційні вміння, рівень комунікативності, вторинні актуальні здібності).

Важливими для нашого дослідження є праці вчених (О. Аніщенко, П. Джарвіс, Д. Мезіров, Л. Сігаєва, Е. Тейлор та ін.) щодо особливостей навчання дорослих у системі неформальної освіти. Як зазначає Д. Мезіров, неформальна освіта сприяє становленню дорослої особистості, яка здатна мислити, діяти автономно, відповідально у контексті комунікації, співпраці. Неформальна освіта, на думку дослідника, допомагає

здійснити зміни в мисленні особистості, які відбуваються завдяки рефлексії, самопізнання, що є передумовою автономії в самокерованому навчанні [7].

Варто також акцентувати увагу на дослідженнях (О. Бондарчук, Л. Карамушка, С. Максименко, Д. Мідор, В. Федорчук, Н. Чепелева та ін.), в яких актуалізується потреба в активізації особистісного саморозвитку вчителя та пропонуються методи, техніки, способи вирішення цього завдання. Так, Д. Мідор способи, за допомогою яких учитель може підвищити свій особистісний саморозвиток, а саме: здобуття вченого ступеня в галузі освіти, оцінки адміністраторів, досвід, участь у програмі наставництва, журналювання, ознайомлення з потрібною літературою, участь у семінарах чи конференціях із професійного розвитку, користування соціальними мережами, обмін досвідом з іншими вчителям, інтернет ресурси [8]. У дослідженнях С. Максименка, саморозвиток особистості відбувається завдяки повноцінному розгортанню основних ліній розвитку людини та обумовлений особливою, унікальною біосоціальною силою – нуждою. Науковець визначає принципи саморозвитку особистості: принципи аналізу за одиницями, єдності біологічного і соціального, креативності, рефлексивного релятивізму, єдності генетичної і соціальної лінії розвитку [9]. О. Бондарчук, акцентує увагу на тому, що особистісний саморозвиток ефективно відбувається у спільній діяльності всіх суб'єктів. Лише в таких умовах є можливість створити розвивальне соціальне середовище, яке сприяє появі групових норм, цінностей професійного вдосконалення, особистісного розвитку. Крім того, важливого значення набувають умови для самоуправління розвитком, що передбачає розширення ступеня усвідомлення різноманітних подій, розвиток рефлексії,

здатності до саморегуляції, самоконтролю, прагнення до самоефективності, конструктивізму, співпраці [10].

Попри те, що вітчизняні та зарубіжні вчені проблему особистісного саморозвитку вчителя вивчали з різних боків, відкритим залишається питання активізації особистісного саморозвитку вчителя в умовах неформальної освіти.

Формулювання цілей статті

Мета статті – висвітлити результати та ефективність впровадження програми активізації особистісного саморозвитку вчителя в умовах неформальної освіти

Виклад основного матеріалу дослідження

Результати наукових досліджень проблеми активізації особистісного саморозвитку вчителів дозволили з'ясувати, що ефективним підходом до активізації визначеного явища є застосування спеціально розробленої програми, що ґрунтується на транскультуральному підході (Н. Пезешкіан [1]), враховуючи ключові ідеї концепцій особистісного розвитку фахівців відомих науковців (О. Бондарчук, С. Кузікова, Р. Попелюшко, В. Федорчук, Н. Чепелева та ін.).

Транскультуральний підхід передбачає культуральні аспекти виникнення тих чи інших уявлень особистості про об'єкт, подію, явище в різних культурах, що обумовлюють характер повсякденних вчинків, спрямовують діяльність особистості. В основу транскультурального підходу закладено розвиток альтернативного мислення, розширення уявлень особистості про тей чи інший об'єкт за допомогою знайомства з уявленнями інших про цей об'єкт, вихід за межі одноосібних концепцій [1]. Практичне застосування транскультурального підходу яскраво відображається у запропонованому Н. Пезешкіаном [1] методі позитивної психотерапії, де по-

зитивний характер означає відповідність із вихідним значенням, підтримку в усвідомленні сенсу проблеми, в розвитку здатності долати конфлікти, вчитися самоцілюватися.

Програма активізації особистісного саморозвитку вчителів розрахована на 2 кредити (60 годин), із них: 45 годин – аудиторні тренінгові заняття, 15 годин – самостійна робота. Мета програми полягає в створенні сприятливих умов для опанування вчителями основ особистісного саморозвитку, оволодіння прийомами самопізнання та техніками особистісного самовдосконалення.

Програма складається з трьох взаємопов'язаних модулів.

Модуль 1. Загальна характеристика особистісного саморозвитку вчителя (15 аудиторних годин і 5 години самостійної роботи).

Модуль 2. Психологічні умови особистісного саморозвитку вчителя (15 аудиторних годин і 5 години самостійної роботи).

Модуль 3. Психологічні засоби вдосконалення процесу особистісного саморозвитку вчителя (15 аудиторних годин і 5 години самостійної роботи).

Модулі програми включають по п'ять занять. Кожне заняття містить наступні блоки: вступ; інформаційно-смісловий блок; практико-розвивальний блок; завершальний блок.

Для реалізації програми активізації застосовувалися методи та форми, що ґрунтуються на ключових ідеях технік групової роботи науковців (О. Бондарчук, Г. Захарова, С. Кузікова, М. Мушкевич, Н. Пезешкіан, В. Федорчук, Н. Чепелева та ін.), а саме: тренінг, консультація, «круглий стіл», міні-лекція, бесіда, інструктаж, експрес-діагностика, метод вправ, дискусія, демонстрація, «мозковий штурм», «навчаючи-вчуся», робота в парах, групах, метод кейсів, проекція, незавершені речення, методи

арт-терапії, психогімнастичні вправи, «порожній стілець», рольова гра, «велике коло», медитація, «займи позицію», метод проєктів, балансна модель, п'ятикрокова модель, техніки метафори, «актуальні здібності», «позитивне тлумачення» тощо.

Так, наприклад, балансна модель застосовується під час виникнення у людини проблеми, коли вона почуває себе переважаною, живе у напрузі, не бачить сенсу життя. Усі труднощі можна відобразити у чотирьох формах переробки конфлікту, відповідно чотирьом вимірам здатності людини до пізнання. Життєва активність людини гармонійна, коли всім чотирьом сферам приділяється приблизно рівна увага: 1) Тілесна сфера (сфера відчуттів), 2) Сфера діяльності (розуму), 3) Сфера контактів (традицій), 4) Сфера інтуїції (фантазій, уяви). Балансна модель допомагає визначити наскільки рівномірно у людини розподіляється енергія і час [1].

Метод проєкції допомагає учаснику включитися у процес приписування іншому об'єкту власних почуттів, переживань, мотивів, бажань. Описуючи обрану проєктивну ситуацію, учасник висловлює своє неусвідомлюване до неї ставлення, здійснюючи символічне перенесення змісту внутрішнього світу людини на зовнішній світ. Метод проєкції дозволяє делікатно обійти психологічний захист людини, оберігаючи від травмувань особистості [10].

П'ятикрокова модель – це стратегія, що містить п'ять кроків терапевтичного процесу: спостереження/ дистанціювання; інвентаризація; ситуативна підтримка; вербалізація; розширення системи цілей. Спостереження допомагає знизити емоційний вибух переживань проблеми. Інвентаризація дозволяє побачити, в чому полягає зміст реакцій, способів поведінки людини. Ситуативна підтримка передбачає виявлення ре-

сурсних здатності учасників конфлікту, які можуть стати основою розв'язання ситуації. Вербалізація дозволяє встановити взаємозв'язки між різними аспектами конфлікту. Розширення системи цілей – вихід за межі ситуації в нові мікро- і макроцілі, побудова контр-концепції [1].

Техніка «порожній стілець» являє собою візуалізацію двох стільців. Учасник розміщується навпроти порожнього стільця, уявляючи на ньому когось, себе, спілкується з цим уявним образом, задає запитання, потім змінює стільці, продовжує розмову, виступаючи від імені уявного образу, іншої особи. Ця методика спрямована на розвиток здатності до саморозуміння чи розуміння іншої людини, що допомагає прийняти власну подвійність, причини конфліктності своєї та інших [11].

Техніка метафори є універсальним механізмом набуття соціального досвіду. Карикатури, афоризми, історії, притчі, прислів'я, приклади з інших культур сприяють розширенню кругозору, зміні звичних уявлень, полегшенню інтелектуальної, емоційної зміни життєвої позиції. Образна мова впливає не лише на логічне мислення, але й на фантазію, інтуїцію, творчі здібності людини. Притчі, наприклад, дозволяють людині легко ідентифікувати себе з «героєм», спробувати у своїй уяві знайти нові можливості вирішення проблем [1].

Позитивне тлумачення передбачає знання про страждання, болі, турботи, печалі, зіставляє його з менш традиційними для розуміння, практичного підходу до захворювань, аспектів хвороби: з її функцією, сенсом, позитивними сторонами. Позитивне тлумачення допомагає побачити в людині іншу сторону її проблеми, що сприяє ефективнішій боротьбі, у зв'язку з іншим сприйняттям [1].

Враховуючи вищезазначене, вважаємо за доцільне розкрити зміст кожного модуля програми.

Процес реалізації першого модуля здійснювався за допомогою міні-лекцій, інтерактивних форм навчання, діагностичних методик, що дозволило опрацювати такі аспекти особистісного саморозвитку вчителя:

- зміст і структура особистісного саморозвитку педагога,
- механізми та форми особистісного саморозвитку вчителя,
- роль особистісного саморозвитку у життєдіяльності вчителя,
- готовність учителя до особистісного саморозвитку.

Розпочинаючи роботу над опрацюванням теоретичних і практичних аспектів першого модуля, було проведено вправи на знайомство, вироблення правил роботи групи, створення комфортної психологічної атмосфери спілкування, виявлення очікувань учасників, формування мотивації до активізації особистісного саморозвитку. Цей модуль програми був спрямований на усвідомлення значущості особистісного саморозвитку для життєдіяльності вчителя, опанування знань в сфері особистісного саморозвитку, виявлення та розвиток мотивації до активізації саморозвитку педагога.

До змісту цього модуля входили теоретичні вправи на оволодіння знаннями щодо сутності, структури, форм особистісного саморозвитку вчителя, формування мотивації до саморозвитку, а саме: робота в групах: «Особистісний саморозвиток – це...», міні-лекція: «Особистісний саморозвиток в уявленнях науковців», метод незавершених речень: «Підтримую позицію», метод «мікрофон»: «Самопрезентація», робота в парах, групах: «Складові особистісного саморозвитку», робота в групах: «Самоствердження – самовдосконален-

ня – самоактуалізація», мультимедійна презентація: «Механізми саморозвитку», кейс-метод, робота в парах: «Знайди відповідність», робота в групах: «Роль саморозвитку», метод «займи позиції»: «Для чого саморозвиток?», вправа «Квітка», медитація: «Сила моїх бажань». На заняттях серед завдань, спрямованих на формування вмінь, навичок, здатностей щодо особистісного саморозвитку вчителя, були застосовані практичні вправи: кейс-метод, проєкція: «Зробити спробу», робота в парах: «Як я можу щось змінити?», рольова гра: «Зйомки фільму «Досвідчений мандрівник», вправа «Аналіз життя», арт-метод: «Проектний малюнок», «Велике коло»: «Життєві ситуації», арт-метод: «Із казки у реальність», робота в парах: «Точка опори», вправа «Троянда і чортополох», дискусія: «У ролях один одного». Значущим було також те, що наприкінці кожного заняття було проведено вправи на рефлексію: «Тепло наших рук», «Лист до себе», «Три нотатки», «5 бажань», «Комплімент» тощо.

На завершення роботи на кожному заняття за програмою першого модуля учасники отримували завдання для самостійного опрацювання: скласти таблицю з характеристикою особистісного саморозвитку науковцями різних підходів, розробити модель складових власного особистісного саморозвитку, проаналізувати основні зміни, що відбулись у власній особистості за останні 3–5 років, та визначити, до яких результатів вони привели, застосовуючи діагностичні методики, дослідити власний рівень самоактуалізації, мотивацію до саморозвитку.

Другий модуль програми був спрямований на розв'язання виявлених у процесі констатувального етапу експерименту проблем у розвитку когнітивно-рефлексивної складової особистісного саморозвитку вчителів.

Згідно з планом другого модуля учасники опрацювали теоретичні, практичні аспекти з питань:

- чинників, проблем особистісного саморозвитку вчителя;
- ролі здоров'я, комунікативних здібностей в особистісному саморозвитку педагога;
- особливостей конфлікту, способів їх розв'язання.

Процес реалізації другого модуля програми передбачав застосування вправ на теоретичне опанування знань у сфері розуміння проблем особистісного саморозвитку вчителя: міні-лекція: «Чинники саморозвитку особистості», робота в групах: «Внутрішні та зовнішні чинники саморозвитку особистості», робота в групах: «Проблеми вдосконалення професійної компетентності вчителя», бесіда «Особливості підвищення кваліфікації вчителів в умовах очно-дистанційної форми навчання», робота в групах: «Здоров'я – це...», бесіда «Роль здоров'я в успіху людини», робота в групах: «Спілкування і комунікація», міні-лекція «Активне слухання», робота в групах: «Конфлікт – це...», міні-лекція «Причини та види конфліктів». На заняттях серед завдань, спрямованих на формування здатності до регуляції в особистісному саморозвитку вчителя, були застосовані практичні вправи: кейс-метод: «Зробити спробу», робота в групах: «Чинники у приказках», метод арт-терапії: «Намалюй проблему та її рішення», робота в парах: «Ситуація з життя», вправа «Скріпка», «Позитивна інтерпретація», метод проєкції: «Лист до симптому», вправа «Театр», «Карусель», техніка «Порожній стілець», гра «Квадрат», вправа «Плюси і мінуси конфлікту», техніка «Я-повідомлення».

На завершення роботи на кожному заняття за програмою другого модуля учасники отримували завдання для самостійного опрацювання: скласти

таблицю власних проблем підвищення кваліфікації та їх рішення у вашій інтерпретації, скласти перелік симптомів власного тіла, до кожного симптому підібрати традиційну інтерпретацію та інтерпретацію з позиції транскультурального підходу, скласти перелік конфліктних ситуацій власного життя, способи їх вирішення, описати варіант вирішення, застосовуючи стратегію договору, дослідити тип акцентуації, рівень комунікативних здібностей.

Третій модуль програми був спрямований на вдосконалення операційно-діяльнісної складової особистісного саморозвитку вчителів через опанування таких питань:

- напрямки особистісного саморозвитку вчителя;
- роль психологічних ресурсів в особистісному саморозвитку педагога;
- створення та управління проєктами особистісного саморозвитку вчителя.

Процес впровадження третього модуля програми включав вправи на теоретичне опанування знань у сфері розуміння напрямків, шляхів, внутрішніх ресурсів, технік подолання труднощів в особистісному саморозвитку вчителя: робота в парах, групах «Труднощі особистісного саморозвитку», міні-лекція «Механізми захисту людини», робота в групах: «Напрямки особистісного саморозвитку», робота в трійках: «Карта доріг мого життя», проєкція: «Істина – в серці», вправа «Абетка», міні-лекція «Актуальні здібності», робота в групах «Проєкт – це...», інформблок «Алгоритм розробки та реалізації проєкту», «Підсистеми управління проєктами», вправа «Ланцюжок». На заняттях серед завдань, спрямованих на формування умінь створювати та управляти проєктами особистісного саморозвитку вчителя, були застосовані практичні впра-

ви: вправа «Ніж і масло», метод арт-терапії: «Ліворукий малюнок», вправа «Аналіз ситуацій», медитація: «Мудрий старець», метод арт-терапії «Я і мій світ навколо мене», робота в парах: «Твоє майбутнє», вправа «Обстоювання особистих цінностей», «Ресурсний стан», «Алгоритм картини майбутнього», «Планування саморозвитку», ділова гра «Mega-Film».

На завершення роботи на кожному заняття за програмою третього модуля учасники отримували завдання для самостійного опрацювання: розробити таблицю основних технік подолання труднощів в особистісному саморозвитку, визначити психологічні резерви особистісного зростання та засоби їх реалізації у житті, скласти індивідуальну програму саморозвитку у професійній і особистісній сфері, скласти перелік сфер життєдіяльності, які потребують вдосконалення, визначити рівень розвитку актуальних здібностей.

Для перевірки ефективності запропонованої програми було проведено формувальний етап експерименту, в якому взяло участь 87 вчителів із різних загальноосвітніх шкіл міста Києва. Експериментальну групу склали 42 педагога, 45 вчителів сформували контрольну групу, при цьому на початку формувального експерименту учасники експериментальної групи статистично значуще не відрізнялись за соціально-демографічними характеристиками і рівнями особистісного саморозвитку. Вчителі експериментальної групи брали участь у спеціально створених навчально-розвивальних заняттях програми, що передбачали роботу зі складовими особистісного саморозвитку педагога, вдосконалення вмінь, навичок, здібностей учителів, що сприяють успішній реалізації проектів особистісного саморозвитку. Педагоги з контрольної групи

працювали в звичайному робочому режимі і не брали участь у програмі активізації особистісного саморозвитку.

Експеримент здійснювався на базі Київського центру Позитивної психотерапії «Позитум» впродовж 2018 року. Центр став осередком неформальної освіти вчителів, де найважливішою умовою навчання є добровільність, щирий інтерес вчителів до предмету навчання. Адже неформальна освіта задовольняє освітні потреби різних груп населення, сприяє соціалізації особистості, допомагає опанувати нові соціальні ролі, підштовхує до саморозвитку, самоосвіти, творчого самовираження у різноманітних галузях, отримати індивідуальний соціальний досвід [7].

Основною метою формувального експерименту передбачено активізацію особистісного саморозвитку вчителя в умовах неформальної освіти за допомогою впровадження відповідної програми.

Дослідження включало застосування таких психодіагностичних методик:

- когнітивно-рефлексивна складова – методика «Самооцінка рівня онтогенетичної рефлексії», методика «Діагностика рівня парціальної готовності до професійно-педагогічного саморозвитку», методика визначення рефлексивності;

- ціннісно-мотиваційна складова – методика діагностики реалізації потреб у саморозвитку, тест «Визначення рівня самоактуалізації особистості», методика дослідження мотивації професійного і особистісного зростання, Вісбаденський опитувальник до методу позитивної психотерапії та сімейної психотерапії (WIPPF);

- операційно-діяльнісна складова – методика «Діагностика рівня парціальної готовності до професійно-педа-

логічного саморозвитку», Вісбаденський опитувальник до методу позитивної психотерапії та сімейної психотерапії (WIPPF).

Результати діагностики піддавалися статистичному аналізу з доступною якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням за допомогою методів математико-статистичної обробки даних з використанням комп'ютерного пакету статистичних програм SPSS.

Після впровадження зазначеної програми та повторної діагностики учасників формуального експерименту аналіз отриманих результатів за критерієм χ^2 та G-критерія знаків виявив статистично значущі відмінності між результатами в експериментальній групі до та після експерименту ($p < 0,01$), в той час, як у контрольній групі між першим і другим зрізом статистично значущих відмінностей виявлено не було (рис. 1).

Як видно із рис. 1, в експериментальній групі в результаті формуального етапу експерименту помітно збільшується кількість вчителів із високим рівнем особистісного саморозвитку (з 4,8 % до 31,0 %), за рахунок цього зменшилася кількість респондентів із серед-

нім рівнем особистісного саморозвитку (з 61,9 % до 59,5 %) та знизилась кількість учасників із низьким рівнем особистісного саморозвитку (з 33,3 % до 9,5 %). За критерієм знаків різниця між першим і другим зрізами є статистично значущою, що вказує на позитивні зміни щодо активізації особистісного саморозвитку вчителів в експериментальній групі.

Що стосується контрольної групи, то результати першого та другого зрізів зафіксували незначну різницю між отриманими даними до та після експерименту. За критерієм знаків ця різниця не є статистично значущою, тому отримані результати не змінюють ситуації щодо активізації особистісного саморозвитку вчителя. Так, збільшилася кількість учасників із середнім рівнем особистісного саморозвитку (з 35,6 % до 40,0 %), кількість респондентів із високим рівнем залишилася незмінною 2,2 % та знизилася кількість вчителів із низьким рівнем особистісного саморозвитку (з 62,2 % до 57,8 %).

У цілому, результати формуального етапу експерименту показали, що важливою умовою активізації особистісно-

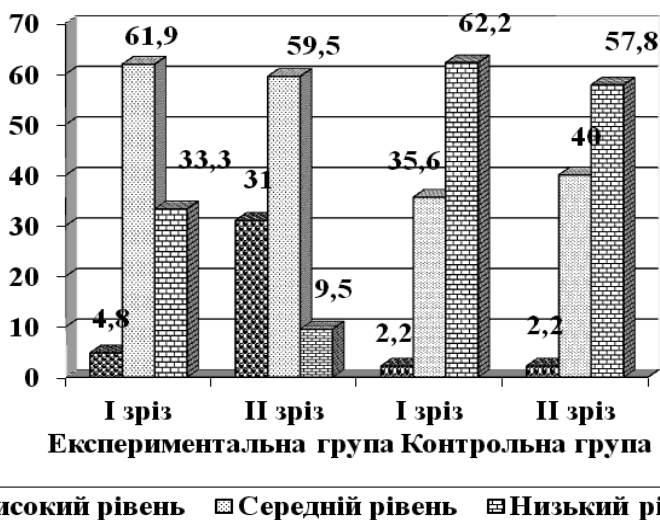


Рис. 1. Рівні особистісного саморозвитку вчителів до і після експерименту (у %)

го саморозвитку вчителя є програма активізації особистісного саморозвитку вчителя. Це підтверджують встановлені статистично значущі відмінності між результатами першого та другого зрізів в експериментальній групі, які відображають зниження кількості вчителів із низьким і підвищення кількості досліджуваних із високим рівнями особистісного саморозвитку.

Висновки

Таким чином, програма активізації особистісного саморозвитку вчителів в умовах неформальної освіти забезпечує сприятливі умови для формування позитивного ставлення вчителів до особистісного саморозвитку, оволодіння знаннями, досвідом щодо опанування основами особистісного саморозвитку, оволодіння здатностями оцінювати

власні можливості, ресурси, вміннями створювати, розробляти, управляти проектами особистісного саморозвитку. Результати формульованого етапу експерименту з апробації програми активізації особистісного саморозвитку вчителів показали ефективність її впровадження в умовах неформальної освіти, сприяючи підвищенню рівня особистісного саморозвитку вчителів. До перспективних напрямів дослідження у представленій сфері вважаємо за доцільне віднести проблеми: поглибленого аналізу особливостей активізації особистісного саморозвитку інших фахівців, вивчення зарубіжного досвіду з проблем активізації особистісного саморозвитку вчителів, удосконалення діяльності освітніх закладів щодо активізації особистісного саморозвитку фахівців.

Література

1. Pesechian, N., Tritt, K. Positive psychotherapy: effectiveness study and quality assurance. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*. 1998. Vol. 1, pp. 93-104.
2. Kirillov, I. Stress surfing : catch the wave of life. М. : The Land of Oz, 2019. P. 136.
3. Уйсімбаєва, Н. Особистісне самовдосконалення як форма усвідомленого саморозвитку майбутнього вчителя. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. 2014. Вип. 132. С. 222-226.
4. Каверин, Ю. Творческое саморазвитие учителя как процесс совершенствования его профессионализма. *Вестник Томского государственного педагогического университета*. 2009. Вып. 10 (88). С. 55–58.
5. Остапенко Е.О. Виокремлення компонентів готовності до професійного саморозвитку: інтеграція існуючих підходів. *Наука і освіта*. 2011. № 6. С. 177 – 181.
6. Adewale O. S. Teaching Personality as a Necessary Construct for the Effectiveness of Teaching and Learning in Schools: An Implication for Teacher Development in the Era of Globalisation. *Journal of Education and Human Development*. 2013. Vol. 2. No. 2. P. 15-23.
7. Mezirow, J., Taylor, E. Transformative learning in practice : Insights from community, workplace, and higher education. San Francisco, 2009, P. 303.
8. Meador, D. Ways to Enhance Personal Growth and Development for Teachers. 2018. URL: <https://www.thoughtco.com/ways-to-enhance-personal-growth-and-development-for-teachers-3194353> (дата звернення 18.02.2019).
9. Максименко, С. Д. Генезис существования личности : монография. Киев : Изд-во ООО «КММ», 2006. 240 с.
10. Bondarchuk, O. Subjective well-being of the teachers of secondary schools as an indicator of psychological safety of educational environment. *KULTURA – PRZEMIANY – EDUKACJA*. T. VI. Myśl o wychowaniu. Teorie i zastosowania edukacyjne. Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2018. С. 228-240.
11. Мушкевич, М. І. Основи психотерапії. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

Reference

1. Y. Pesechian, N. and Tritt, K. (1998), "Positive psychotherapy: effectiveness study and quality assurance", *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, vol. 1, pp. 93-104.
2. Kirillov, I. (2019), "Stress surfing : catch the wave of life". M. : The Land of Oz.
3. Ujsimbayeva, N. (2014), "Personal self-improvement as a form of future teacher's conscious self-development", *Naukovi zapysky` Kirovograds`kogo derzhavnogo pedagogichnogo universy`tetu imeni Volody`my`ra Vy`nny`chenk*. Vol. 132, pp. 222-226.
4. Kaverin, U. (2009), "Creative self-development of a teacher as a process of improving his professionalism", *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*. Vol. 10(88), pp. 55–58.
5. Ostapenko, E. O. (2011), "Highlighting the components of professional self-development readiness: integrating existing approaches", *Nauka i osvita*. no. 6, pp. 177–181.
6. Adewale, O. S. (2013), "Teaching Personality as a Necessary Construct for the Effectiveness of Teaching and Learning in Schools: An Implication for Teacher Development in the Era of Globalisation", *Journal of Education and Human Development*, vol. 2, pp. 15-23.
7. Mezirow, J. and Taylor, E. (2009), "Transformative learning in practice: Insights from community, workplace, and higher education". San Francisco.
8. Meador, D. (2018), "Ways to Enhance Personal Growth and Development for Teachers", available at: <https://www.thoughtco.com/ways-to-enhance-personal-growth-and-development-for-teachers-3194353> (Accessed 18.02.2019).
9. Maksimenko, S. D. (2006), *Genezis sushhestvovaniya lichnosti: monografija* [Genesis of the existence of personality: monograph], Kyiv, Ukraine.
10. Bondarchuk, O. (2018), Subjective well-being of the teachers of secondary schools as an indicator of psychological safety of educational environment. *KULTURA – PRZEMIANY – EDUKACJA. T. VI. Myśl o wychowaniu. Teorie i zastosowania edukacyjne*. Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, pp. 228-240.
11. Mushkevych, M. I. (2017), *Osnovi psohoterapii* [The basics of psychotherapy], Vezha-Druk, Lucz`k, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 20.05.2019 року