

СУПЕРВІЗІЯ ТА ІНТЕРВІЗІЯ У РОБОТІ ПЕДАГОГА

У статті проведено порівняльний аналіз досліджень щодо підходів до реалізації супервізії та інтервізії у професійній діяльності вчителів у зарубіжних країнах та в Україні; розкрито поняття супервізії та інтервізії у роботі педагогів у загальноосвітньому навчальному закладі; надано рекомендації щодо проведення інтервізії у педагогічних колективах.

Ключові слова: супервізія; інтервізія; емоційне вигорання; професійне вигорання; вчитель; педагогічна діяльність.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Професія вчителя належить до так званої групи ризику синдромів професійного та емоційного вигорання – у системі «людина – людина». Фахівці цієї системи мають бути відповідальними, постійно спілкуючись з іншими людьми. На емоційний стан вчителя впливає багато чинників: вік, стать, професійний стаж, сімейний статус, кількість дітей у родині, інформаційне перевантаження, пов'язане з інтенсивним розвитком ІКТ і здійсненням реформ в освітній галузі. В Україні до цих чинників додається економічна ситуація та війна на сході країни.

В Україні через військовий конфлікт, за даними Плану гуманітарного реагування (2017 р.), 2,6 млн людей у східній частині країни вважають найбільш вразливою групою населення. ЮНІСЕФ у 2016 р. провів оцінювання стану захисту дітей у 15-кілометровій зоні від лінії зіткнення. Школи, які розташовані на цій території, є одними з найвразливіших об'єктів, які потребують інтенсивної підтримки для забезпечення мінімальних систем соціального захисту для дітей і родин, що проживають уздовж лінії зіткнення. Під час оцінювання директори, педагоги, психологи та батьки повідомляли про симптоми у дітей, що мешкають уздовж лінії зіткнення, як-от занепокоєння, нічні страхи, нічний енурез, збільшення ризикованої форми поведінки, агресивність, гіперактивність, соціальна самоізоляція, депресія і паніка, спричинена гучними звуками або несподіваним дотиком [1, с. 5]. Першими, хто надає допомогу дітям у цій ситуації, є вчителі та шкільні психологи. Але й самі вони потребують постійної підтримки, щоб мати певні внутрішні та професійні ресурси для допомоги. Зарубіжний і вітчизняний досвід свідчить, що ефективними формами роботи у цьому

напрямі є організація та проведення для вчителів і шкільних психологів супервізії та інтервізії.

Для запобігання емоційному та професійному вигоранню для психологів, соціальних працівників, держслужбовців напрацьовано певну кількість стратегій, як за кордоном, так і в нашій країні. Однак питання психологічної допомоги й підтримки вчителів через супервізію та інтервізію в Україні розкрито недостатньо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить про те, що проблематику професійного вигорання досліджували як зарубіжні (К. Масляч [10] та ін.), так і вітчизняні (С. Мащак [3] та ін.) науковці.

Феномену емоційного вигорання присвячені роботи В. Бойка [2], М. Лейтер [10], К. Масляч [10] та ін.

Питання щодо впровадження супервізії у психології, зокрема у гештальт-терапії, розкрито у дослідженнях А. Хесса [8] та ін. Шляхи використання супервізії у загальноосвітніх навчальних закладах розглянуто в роботах зарубіжних дослідників А. Бейнбріджа [5], Д. Вестергаарта [5], Г. Денієн [9], Л. Кессела [9], Г. Рейда [11] та ін. В Україні ця тема розкривається у роботах С. Богданова [1], О. Залеської [1], В. Черновікіної [1] та ін.

Рекомендації щодо організації та проведення інтервізії наведено у роботах зарубіжних вчених Н. Гройбена [7], Ф. Траутманна [4], Г. Франценбурга [6], Б. Шеллі [7] та ін.

Метою статті є здійснення аналізу підходів та особливостей реалізації супервізії та інтервізії у професійній діяльності вчителів у зарубіжних країнах та в Україні, що дають змогу ефективно запобігати емоційному і професійному вигоранню.

Дослідження психологів свідчать, що «професійне вигорання виникає внаслідок внутрішнього накопичення особистістю негативних емоцій та призводить до виснаження особистісних, емоційних та енергетичних ресурсів» [3, с. 445]. Аналіз літератури демонструє наявність різних підходів до визначення синдромів професійного та емоційного вигорання. Ми погоджуємось з В. Бойком, який дає таке визначення емоційного вигорання: «вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на психотравматичний вплив» [2, с. 59].

Емоційне вигорання тісно пов'язане з професійним вигоранням. К. Маслач, американська дослідниця, визначає професійне вигорання як синдром фізичного та емоційного виснаження, яке має такі складові: розвиток негативної самооцінки, пасивне ставлення до роботи, втрата розуміння і співчуття. На думку вченої, професійне вигорання – це не втрата творчого потенціалу, а емоційне виснаження, що виникає на тлі стресу у процесі міжособистісного спілкування [10].

Для того щоб запобігти виникненню таких синдромів у педагогів, варто використовувати такі форми психосоціальної підтримки та, водночас, навчання, як супервізія та інтервізія.

Концепція *супервізії* (лат. *super* – зверху, *visio* – бачення) виникла і міцно утвердилася в галузі психологічного консультування, охорони здоров'я, широко використовується у соціальній роботі. В українській мові у змістовному плані найближчим поняттям є «наставництво», у значенні допомоги, професійного спілкування з досвідченішими колегами. Супервізор (куратор, наставник) має давати поради і направляти.

Американський психотерапевт А. Хесс вважає, що супервізія – це «насичена міжособистісна взаємодія, основна мета якої полягає в тому, щоб одна людина, супервізор, зустрілася з іншою, супервізованою, і спробувала зробити останню ефективною в допомозі людям» [8, р. 256].

Супервізія є необхідним напрямом у професійній діяльності. Ми розглядаємо супервізію як форму підтримки педагога, який може сфокусуватись на своїх труднощах у роботі з учнями, колегами, керівництвом, зрозуміти їх причину, мати можливість поділитися своїми думками, сумнівами, занепокоєнням, знайти шляхи вирішення, розділити відповідальність за ухвалення рішень із супервізором або групою. Саме супервізія може підштовхнути до пошуку нових

знань, можливостей, і вмотивувати піклування про себе. Якщо ігнорувати супервізійну підтримку, то з'являється велика вірогідність виникнення синдрому «вигорання», як емоційного, так і професійного. За формою проведення супервізії можуть бути індивідуальними та груповими.

Огляд зарубіжного досвіду показує, що супервізію як форму навчання під час роботи з вчителями використовують у багатьох розвинутих країнах, зокрема Великій Британії, Голландії, Ізраїлі, Канаді, Німеччині та ін.

Наприклад, у канадській провінції Альберта супервізію для вчителів у школі прописано в документі з освітньої політики «Права вчителів, обов'язки та юридичні зобов'язання» в окремій главі «Професійне зростання вчителя, супервізія та оцінювання». Таким чином, канадські педагоги розглядають супервізію більше як форму оцінювання якості роботи педагога, ніж його психологічну підтримку.

Досвід європейських країн відрізняється від канадського. Голландський учений Л. Кессел зазначає, що супервізія спрямована на інтеграцію двох рівнів професійної діяльності, а саме – рівня мислення, почуття, бажання, вчинків та рівня індивідуальної професійної робочої ситуації [9].

Детальніше цю думку розкривають англійські вчені А. Бейнбрідж і Дж. Вестергаард. Розглядаючи питання, як саме супервізія має працювати у школі, вони зауважили, що сприймають супервізію як безпечний рефлексивний простір, де процеси, що відбуваються у школах, можна розглянути цілісно. Тобто розвиток і управління закладом, навчально-виховний процес можна розглянути разом з емоційним і психологічним впливом роботи на людину [5]. За такого підходу супервізія дає можливість надання справжньої рефлексії та підтримки.

Тому у Великій Британії супервізії для вчителів спрямовані на розвиток найкращої практики шляхом рефлексії; управління емоційним і психологічним впливом роботи на людину; забезпечення зниження рівня стресу; скорочення робочого часу через захворювання, пов'язані зі стресом; покращення умов для утримання персоналу; розроблення компетентних і конфіденційних окремих практик; висвітлення системних питань у навчальному закладі, які потребують відповідей; переконання в тому, що учні продовжують здобувати якісну освіту [11].

В Україні вперше програму психосоціальної підтримки, яка передбачає регулярні супервізії, для вчителів і шкільних психологів у східних

областях країни розробили та впроваджують фахівці Національного університету «Києво-Могилянська академія». Програму реалізує Центр психічного здоров'я і психосоціального супроводу НаУКМА у вигляді проектів у партнерстві з ЮНІСЕФ та МОН України.

Програма передбачає проведення триденного тренінгу, щотижневі індивідуальні супервізії по телефону або скайпу та щомісячні очні групові супервізії упродовж трьох годин. Під час супервізій розглядають складні ситуації, з якими зіткнулись учителі та шкільні психологи, супервізори надають відповідні поради.

Програму оприлюднено у вигляді навчально-методичного посібника «Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах» [1], який має стати ресурсом для вчителів і шкільних психологів. Він є синтезом нагромадженого сьогодні в Україні досвіду й представляє комплекс теоретичних і практичних матеріалів, який можуть використовувати викладачі інститутів післядипломної педагогічної освіти та вчителі ЗНЗ, які зацікавлені в тому, щоб отримати і застосовувати під час своїх уроків знання щодо прояву стресу у дітей та педагогів, отримати навички роботи зі стресом на уроці, розвивати навички створення «безпечного середовища» в класі, навчитись самостійно відновлювати свої сили, щоб запобігти професійному та емоційному вигоранню тощо.

Ще однією формою навчання і професійної підтримки педагога та шкільного психолога є *інтервізія* (лат. *inter* – між, *visio* – бачення). Інтервізію розглядають як форму роботи у групі рівних за досвідом і статусом спеціалістів, що здійснюється під керівництвом ведучого [4]. Інтервізію можна визначити як взаємну консультацію та обмін досвідом між колегами.

Теоретична основа інтервізії ґрунтується на ідеї самоорганізації та самоактуалізації. Німецькі вчені Н. Гройбен і Б. Шеллі зазначають, що люди, які знають про свої проблеми, здатні зробити рефлексію та розповісти про них зважено і самостійно, є експертами з розв'язання проблем [7].

Використання педагогічної інтервізії позитивно впливає на роботу педагогічного колективу, адже полегшує встановлення стосунків між колегами (ґрунтується на прийнятті), підкреслює важливість прояву емпатії (ґрунтується на визнанні ресурсів), представляє відкритий процес (тримається на основі системи самоактуалізації та самоорганізації), дає змогу здійснити оцінювання (ґрунтується на підставі будь-якого досвіду).

Робота інтервізійної групи у школі може допомогти перетворити дискусію між вчителями на корисні інструменти для щоденної роботи. Виглядає це так: збирається група фахівців (від двох до восьми осіб), обговорюють складні ситуації, з якими стикаються на практиці, обмінюються власним досвідом, шукають шляхи вирішення, отримують емоційну підтримку. Як правило, це мотивовані фахівці, які мають бажання розвиватись і самовдосконалюватись. Подамо приклад, як учителі Німеччини та Литви готуються і проводять інтервізії. Для цього розроблено спеціальну інструкцію. Передбачено п'ять етапів, кожен з яких містить ключові запитання, які учасники мають собі поставити та отримати відповіді під час роботи інтервізії.

I етап. Підготовчий (*готує той, хто заявляє про складну ситуацію*).

1. Те, що я бачу як проблему, залежить від:
 - об'єктивних фактів;
 - мого бачення;
 - мого досвіду;
 - зовнішніх пропозицій.
2. Щоб вирішити мою проблему, потрібні:
 - зовнішня експертиза;
 - зовнішня порада;
 - зміна мого бачення/інтерпретації;
 - терпіння/віра/фаталізм.
3. Засоби зв'язку:
 - надати/отримати інформацію;
 - обміняти досвідом;
 - провести коротку розмову;
 - уважно слухати;
 - переконати інших;
 - бути відкритим для нового досвіду.

II етап. Налаштування групи на роботу.

- ◆ Присутні вчителі, яким надається супервізія.
- ◆ Слово голови (запрошення, установка на роботу, прозорість).
- ◆ Визначення регламенту висловлювання (кожен учасник повинен мати можливість говорити).
- ◆ Питання адвокації (не можна обговорювати осіб; прийняття різних поглядів).

III етап. Дослідження та аналіз проблеми.

Для того, хто розкриває проблему.

Моя тема/проблема: як упоратися із порушеннями в класі? (приклад, аспекти, запитання, мої завдання та очікування).

Для учасників інтервізійної групи.

Чи можу я прийняти, що:

- в групі є інший експерт із розв'язання його/її проблеми;

- його/її відповіді звучать дивно/чи правильно я їх зрозумів?
- чи я потребую додаткової інформації?
- чи можу я протистояти йому/їй, але не з моєю думкою, а з альтернативними варіантами?

IV етап. Процес вирішення проблеми.

Для того, хто розкриває проблему (інформація, яку я нотую для себе):

- відомі ідеї;
- нові ідеї;
- ідеї, що вже використані на практиці хоча б один раз (позитивні/негативні наслідки);
- цікаві ідеї;
- ідеї, не адекватні моїй ситуації;
- потреба у детальнішій інформації тощо.

Для учасників інтервізійної групи:

- те, що я помітив, нагадало мені про.../ я пам'ятаю, що інші люди в такій ситуації...;
- для мене як людини, що орієнтована на факти, найважливішим аспектом є те...;
- для мене як людини, що орієнтована на стосунки, найважливішим аспектом є те...;
- для мене як людини, що орієнтована на емоції, найважливішим аспектом є те...

V етап. Оцінювання.

- Що до цього часу залишилось без відповіді?
- Який важливий досвід я отримав у цьому процесі? [6, р. 41–42].

Зарубіжний досвід показує, що практика інтервізії в школах є досить розвиненою, здійснюється систематично, спрямована на створення особливого та безпечного простору для отримання професійної підтримки, обміну досвідом та інформацією, запобігає емоційному та професійному вигоранню.

Варто зауважити, що частково інтервізія між колегами відбувається і в українських школах: на методичних об'єднаннях, під час підготовки відкритих уроків, перевірки деяких робіт, обговорення складних ситуацій із дітьми або батьками, в учительській кімнаті після уроків тощо.

Усі наведені приклади передбачають консультації з колегами, але при цьому вчителі не враховують емоційну складову кожної людини, її почуття, як це впливає на неї та інших членів суспільства. Тому пропонуємо вдосконалити цей процес, використовуючи чотири складові частини:

1. Представлення проблеми. Вчитель (психолог, соціальний педагог) представляє складний випадок із практики.

2. Сприйняття. Усі учасники діляться своїми враженнями.

3. Оброблення інформації. Можливість поділитись ідеями, думками, власним досвідом, не даючи порад. При цьому «головний замовник» мовчить і слухає.

4. Заключна частина. Фахівець, який представляв складний випадок, ділиться своїми враженнями: як усе сприйняв? що було для нього корисне? які методики використовуватиме у подальшій роботі? Наприкінці всі присутні коротко розповідають про своє загальне враження.

Під час інтервізії вчителі мають можливість обмінятися досвідом, перевірити рівень розуміння проблеми, інтерпретації знань, дискутувати, надавати приклади з власного досвіду, представляти проблеми, що виникають із спостереження під час роботи, роз'яснювати проблеми, обмінюватися думками, побоюваннями, генерувати ідеї, проводити дидактичні ігри, розігрувати ролі, моделювати і симулювати ситуації, організовувати мозковий штурм.

Проведений порівняльний аналіз досліджень щодо підходів та особливостей реалізації супервізії та інтервізії у професійній діяльності вчителів у зарубіжних країнах та в Україні, узагальнення результатів наукового пошуку дає змогу зробити такі **висновки**.

1. Використання супервізії та інтервізії у професійній діяльності вчителів допоможе ефективно запобігати їхньому емоційному і професійному вигоранню.

2. В Україні вперше програму психосоціального супроводу, яка передбачає регулярні супервізії, для вчителів і шкільних психологів розробили та впроваджують фахівці НаУКМА у східних областях країни. Але серед вчителів по всій країні цю практику не використовують, бо немає системи з підготовки супервізорів, більшість вчителів взагалі не ознайомлена з цим поняттям.

3. Практика інтервізії в зарубіжних школах є достатньо розвиненою, здійснюється систематично, спрямована на створення особливого та безпечного простору для отримання професійної підтримки, обміну досвідом та інформацією, запобігає емоційному та професійному вигоранню. В українських школах інтервізія між колегами відбувається частково. Тому ця форма роботи потребує підтримки та розвитку з боку керівництва загальноосвітніх навчальних закладів.

Проведене дослідження не вичерпує розв'язання всього спектра проблем, що пов'язані

з упровадженням супервізій та інтервізій у практичну діяльність вчителів і шкільних психологів. Продовжити науковий пошук можливо у таких напрямках: розробка дистанційного навчання з психосоціальної підтримки вчителів і шкільних психологів; підготовка та підвищення кваліфікації

вчителів з питань психосоціальної підтримки педагогів і учнів, використання супервізій та інтервізій у діяльності педагогічного колективу школи; розробка та впровадження навчальних програм із підготовки супервізорів для вчителів і шкільних психологів та ін.

Список джерел

1. Богданов С. О. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах / С. О. Богданов, А. М. Гірник, О. В. Залеська, І. В. Іваниук, В. В. Соловійова, В. А. Чернобровкіна, В. М. Чернобровкін. – Київ : Пульсари, 2017. – 208 с.
2. Бойко В. В. Синдром емоціонального вигорання: діагностика і профілактика / В. В. Бойко. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 336 с.
3. Мащак С. О. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема / С. О. Мащак // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2012. – № 2 (1). – С. 444–452.
4. Траутманн Ф. Руководство по проведению интервизии [Электронный ресурс]. Управление Организации Объединенных наций по наркотикам и преступности / Ф. Траутманн. – 2010. – Режим доступа: https://www.unodc.org/documents/balticstates/Library/PharmacologicalTreatment/IntervisionGuidelines/IntervisionGuidelines_RU.pdf. – Заглавие с экрана.
5. Bainbridge A. Supporting teachers in their role: making the case for formal supervision in the workplace [Electronic resource]. Considered blog, the Faculty of Education at Canterbury Christ Church University / A. Bainbridge, J. Westergaard. – 2014. – Mode of access: <http://www.consider-ed.org.uk/supporting-teachers-in-their-role-making-the-case-for-formal-supervision-in-the-workplace/>. – Title from the screen.
6. Franzenburg G. Educational Intervision: theory and practice / G. Franzenburg // Problems of Education in the 21st Century. – 2009. – No. 13. – P. 37–43.
7. Groeben N. Dialogue-Hermeneutic Method and the “Research Program Subjective Theories” [Electronic resource] / Journal FQS / N. Groeben, B. Scheele // Qualitative Social Research. – 2000. – Vol. 1. – No. 2. – Mode of access: <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1079/2353>. – Title from the screen.
8. Hess Allen K. Psychotherapy Supervision: Stages, Buber, and Theory of Relationship / A. K. Hess // Professional Psychology: Research and Practice. – 1987. – Vol. 18. – P. 251–259.
9. Kessel L. The Dutch Concept of Supervision: Its Essential Characteristics as a Conceptual Framework / L. Kessel, H. Dinien // The Clinical Supervisor. – 1993. – No. 1. – P. 5–27.
10. Maslach C. Understanding the burnout experience recent research and its implications for psychiatry // C. Maslach, M. Leiter // World psychiatry. – 2016. – No.15 (2). – P. 103–111.
11. Reid H. L. Effective supervision for counsellors: An introduction / H. L. Reid, J. Westergaard. – Exeter : Learning Matters, 2013. – 200 p.

I. Ivaniuk

SUPERVISION AND INTERVISION IN THE WORK OF EDUCATIONAL PROFESSIONALS

The article describes a comparative analysis of research on the approaches and peculiarities of the implementation of supervision and intervision in the professional activity of teachers abroad and in Ukraine. The concept of supervision and intervision in the work of teachers in the secondary school is revealed. The use of supervision and interference in the professional activity of teachers makes it possible to effectively prevent their emotional and professional burnout. It is noted that in Ukraine, for the first time, a program of psychosocial support, which includes regular supervision for teachers and school psychologists, was developed and implemented by specialists of the National University of Kyiv-Mohyla Academy with the support of UNICEF in the eastern regions of the country where the military conflict has been taking place. However, among the teachers around the country, this practice is not used because there is no system for the preparation of supervisors; most teachers are not familiar with this concept at all. Intervision in schools abroad is quite developed, it is carried out systematically, it is aimed at creating a special and safe space for professional support, exchange of experience, and information, and it prevents emotional and professional degradation. In Ukrainian schools, the intervision between colleagues is partial. Therefore, this form of work needs support and development from the school administration. Examples of the plan of work during intervision among the teachers on the basis of foreign experience are given and recommendations on conducting intervision in pedagogical collectives are offered.

Keywords: supervision; intervision; emotional burnout; professional burnout; teacher; pedagogical activity.

Матеріал надійшов 23.02.2018