

1. Пізнавальні мотиви – бажання отримати гарну освіту, бути ерудованою особою, професіоналом своєї справи.
2. Широкі соціальні мотиви – виражені бажанням зайняти гідне місце у суспільстві, отримати визнання від соціуму за якість знань, отриманих у процесі навчання.
3. Прагматичні мотиви – отримання матеріальних та нематеріальних благ як винагороду за свою працю.
4. Професійно-ціннісні мотиви – перспектива працевлаштування на роботі, що принесе розвиток та буде цікавою.
5. Естетичні мотиви – бажання отримувати задоволення від процесу навчання, розкривати свої таланти.
6. Комунікаційні мотиви – розширення кола спілкування для підвищення свого інтелекту та нових знайомств.
7. Традиційно-історичні мотиви – стереотипи про загальнообов'язковість вищої освіти, що закріпилися у суспільстві.
8. Утилітарно-практичні мотиви – самоосвіта.
9. Навчально-пізнавальні мотиви – орієнтація на способи отримання знань, зацікавлення в окремих предметах.

**Пацята А. О.**, здобувач вищої освіти,  
ДонНУ імені Василя Стуса,  
Україна.

*Науковий керівник – Зарішняк І. М.*, канд. пед. наук, доц.,  
ДонНУ імені Василя Стуса,  
Україна

## **ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНО ЗНАЧУЩИХ ЯКОСТЕЙ ПЕДАГОГА**

У підручнику І. А. Зязюна, Л. В. Карамушки «Педагогічна майстерність» (1997) зазначається, що для педагога професійну значимість мають такі особистісні якості: розвиток емпатії, тобто здатності розуміти внутрішній світ іншої людини і проникати в її почуття, співпереживати їй; здатність до активного впливу на учня – динамізм особистості, який проявляється в ініціативі, гнучкості, різноманітні впливів і в можливості педагога ловити зміни ситуації і продумувати необхідну стратегію педагогічних впливів; окрім того, на протиполог динамізму і вмінню «володіти іншими», педагог повинен володіти високорозвиненою здатністю «володіти собою».

Дослідниця Т. В. Ткаченко зазначає, що для ефективності професійної діяльності необхідний набір професійно важливих якостей, що визначаються

взаємодією «людина–машина–знакова система», «людина–технічна система», «людина–людина». Водночас дослідниця вважає, що «професійно важливими якостями спеціаліста в системі „людина–людина” є насамперед особистісні компоненти діяльності» [1, с. 249].

Науковці групують професійно важливі риси педагога у шість груп: 1) особистісно-етичні (відповідальність, педагогічний оптимізм, загальна ерудиція, громадянська відповідальність, вимогливість і принциповість, гуманізм, дисциплінованість, самокритичність тощо); 2) індивідуально-психологічні (широта і глибина пізнавальних інтересів, довгочасна пам'ять, критичність розуму, спостережливість, уявлення, воля, великий обсяг і переключеність уваги, об'єктивна самооцінка тощо); 3) педагогічні (належний рівень професійно-педагогічної підготовки, любов до професії і дітей, педагогічний такт, педагогічне мислення, творчість, культура мовлення, почуття гумору тощо); 4) професійні та загальнонаукові (знання теорії предмету, загальна ерудованість, загальної культури, іноземної мови тощо); 5) фізіологічні та психологічні (знання вікових особливостей розвитку, психології навчання і виховання, психології педагога, психології групи тощо); 6) методичні (методику викладання предмету й особливості педагогічного процесу, наукову організацію праці педагога тощо).

На нашу думку, найголовнішою рисою викладача є стресостійкість. Визначають шість способів підвищення стресостійкості [1], якими може скористатися й педагог:

1. *Визначте ваші стрес-фактори.* З'ясуйте, що викликає стрес. Це можуть бути складні особисті стосунки, нездорове робоче середовище або проблеми зі здоров'ям. Якщо випадок складніший, тоді, на думку психолога, краще звернутися до коуча або психотерапевта, щоб розібратися, що викликає стрес саме у вас.

«Заведіть блокнот (або замітку в телефоні), куди записуйте всі події та ситуації, які викликають у вас надмірний стрес або занепокоєння. Потім дайте відповідь на 3 питання: «Що конкретно стало причиною тривоги?», «Коли ви відчуваєте себе „на межі” протягом дня?», «Чи приймаєте ви невдалі рішення через стрес або пригніченість?».

Коли ви почнете бачити повторювані патерни (шаблони) своєї поведінки, то зможете визначити, що викликає стрес саме у вас, і тоді ймовірність впоратись із ним буде вищою» [1].

2. *Контролюйте певні події.* Навчіться справлятися зі стресом, тримаючи події під контролем.

3. *Встановіть здорові обмеження* [1]. Навчіться казати «ні» – так ви буде менше дратуватися і більше відпочивати, зможете отримувати більше задоволення від спілкування з людьми і насолоджуватися іншими заняттями.

4. *Залучайте інших людей.* Обговорення своєї проблеми з фахівцем допоможе вам краще зрозуміти її і розробити план, як уникнути подібних ситуацій у майбутньому [1].

5. *Будьте активні.* Люди, які регулярно займаються спортом, отримують більше задоволення від дрібних радощів життя: спілкування з друзями або домашнім вихованцем, смачна вечеря, читання книг, посмішка випадкового перехожого на вулиці тощо.

Існують також інші вправи на стресостійкість, які також можуть допомогти зняти стрес і розслабити ваш розум і тіло: медитація; масаж; йога; прави для глибокого дихання [1].

6. *Будьте оптимістом.* Оточуйте себе позитивними думками і досвідом: послухайте музику, подивіться смішне відео або зателефонуйте другу, який змушує вас сміятися.

Тож набір професійно важливих якостей педагога визначають вимоги професії «людина–людина» і складають як індивідуальні, так і професійні характеристики. Як шляхи удосконалення необхідних професійно важливих якостей педагога називають: визначення факторів стресу, саморегуляцію емоційних станів, фізичну активність, здорові обмеження у спілкуванні і позитивні думки.

### Список використаних джерел

1. Ткаченко Т. В. Значення засобів вокально-сценічної майстерності у формуванні професійних якостей майбутнього вчителя музичного мистецтва. *Мистецька освіта: історія, теорія, технології* : зб. наук. праць / за заг. ред. Е. А. Смирнової. Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2017. С. 244–261.
2. Саприкіна Н. Як перевірити себе на стресостійкість та 6 способів її підвищити. URL: <https://happymonday.ua/6-sposobiv-pidvyshhyty-stresostijkist> (дата звернення: 24.04.2021).