

## **ЗДОРОВ'Я ВЧИТЕЛЯ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНИХ ЦІННОСТЕЙ**

*У статті розглядаються основні підходи до визначення поняття "професійне здоров'я вчителя", аналізуються особливості тлумачення терміну в сучасних умовах, обговорюються основні проблеми у формуванні професійного здоров'я майбутнього вчителя.*

*The present paper aims to describe the basic approaches to the notion of "the teacher's professional health", as to the professional value, modern approaches are analyzed to determination of concept "professional health of teacher", basic problems come into question in forming of professional health of future teacher.*

У сучасних соціальних і політичних реаліях, детермінованих процесами глобалізації і інформатизації суспільства, професійна освіта є важливою умовою формування конкурентноспроможної держави в світовій спільноті. Модернізація професійної освіти спрямована на досягнення високого рівня професійної діяльності випускників вищих навчальних закладів, відповідності їх професіоналізму вимогам постіндустріального суспільства, готовності до самоосвіти і самовдосконалення. Важливим напрямом професійної діяльності вчителя є турбота за здоров'ям учнів, будова здоров'язберігаючого середовища, використання здоров'язбережувальних освітніх технологій. Але до наступного часу існують протиріччя між рівнем знань студентів та вчителів щодо здоров'я і слабким використанням вмінь та навичок його збереження у професійній діяльності. На нашу думку, це пов'язано з тим, що професійна підготовка майбутнього вчителя недостатньо орієнтована на формування практичних уявлень щодо професійного здоров'я, здоров'язбережувальної компетентності вчителя, власної самоохоронної поведінки, а здоров'я вчителя не розглядається як важлива професійна цінність.

Дослідження вчених указують на вкрай низькі показники психічного, фізичного і соціального здоров'я вчителів, які знижуються згідно зі збільшенням стажу роботи у школі (М.А.Агаджанян, Г.А.Кураєв, М.С.Гончаренко, В.П.Горашук, М.В.Гріньова, С.Ю.Лебедченко, Т.І.Прокопенко, С.В.Страшко, Л.П.Сущенко и др.). На думку Н.П.Абсакалової [1], С.Г.Серікова [11] існує кореляція між здоров'ям вчителя та його учнів, а здоров'я вчителя є важливою складовою системи здоров'язбереження в умовах учбових закладів. Т.В.Белінська відмічає, що недостатньо вивчені психологічні складові розвитку ціннісного відношення до здоров'я у студентів педагогічного вузу [3: 12]. Взагалі питанням формування культури професійного здоров'я майбутнього вчителя відведено вкрай мало міста у змісті професійної підготовки, що значною мірою пов'язане з недостатньою розробкою теоретичних питань щодо професійного здоров'я вчителя.

Метою статті є теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття "професійне здоров'я майбутнього вчителя" як професійну цінність.

Проблеми професійного здоров'я представлені в наукових дослідженнях з початку ХХ століття переважно в контексті наукової організації праці. В останні десятиліття професійне здоров'я часто розглядається з позицій професійних захворювань і емоційного вигорання. Проте здоров'я вчителя як професійна цінність, вимоги до нього у зв'язку із запитамі постіндустріального суспільства вивчені недостатньо. Дана проблема особливо актуальна в контексті педагогічної діяльності, оскільки саме досвід учителя в значній мірі визначає якість його роботи. Існуюча суперечність між зростанням якості професійної діяльності вчителя і зниженням основних показників здоров'я згідно зі збільшенням загальної тривалості роботи в школі вимагає аналізу уявлень про професійне здоров'я педагога, розвитку ефективних форм навчання майбутніх учителів відповідним навикам щодо зміцнення та збереження здоров'я, формування державної системи охорони здоров'я педагогів.

Є.С.Асмаковец [2] і Л.М.Мітіна [9] відзначають, що для вчителів зі стажем роботи 15-20 років характерні «педагогічні кризи», «педагогічне виснаження». У третини вчителів показник ступеня соціальної адаптації рівний або нижче, ніж у хворих невротиками, 60% вчителів випробовують психологічний дискомфорт під час роботи, 85% знаходяться в постійному стресовому стані [5]. Навіть молоді педагоги мають велику кількість хронічних захворювань, серед яких домінують захворювання органів дихання (71,2%), серцево-судинної системи (63%), хронічний ларингіт (46%), вегето-судинна дистонія (72,1%) [13: 65]. Багато фахівців бачать причину даних захворювань в особливостях професійної діяльності [6: 35], проте єдиного погляду на поняття «професійне здоров'я вчителя» до теперішнього часу не сформовано.

Деякі фахівці розгортають поняття готовності до професійної праці з урахуванням окремих аспектів фізичного або психічного здоров'я. Так, В.О.Сластьонін, досліджуючи питання професійної готовності до педагогічної діяльності разом з науково-теоретичною, практичною підготовкою, виділяє психологічну, психофізіологічну і фізичну готовність [12]. Фахівці визначають фізичне здоров'я і професійну працездатність як якісну характеристику вчителя нового покоління.

А.К.Маркова вважає, що невід'ємними компонентами професійної компетентності є «здібність до індивідуального самозбереження, неохочість професійному старінню, вміння організувати раціонально свою працю без перевантажень часу і сил, здійснювати працю ненапружено, без втоми і навіть з освіжаючим ефектом» [8: 35].

Останніми роками опублікований ряд соціологічних, психологічних, медичних досліджень з проблем професійного здоров'я, в яких відбиті достатньо суперечливі підходи до проблеми. А.Г.Маклаков під професійним здоров'ям вважає певний рівень характеристик здоров'я фахівця, що відповідає вимогам професійної діяльності і що забезпечує її високу ефективність [7: 174].

Р.О.Березовська розглядає професійне здоров'я як узагальнену характеристику здоров'я індивіда, що розглядається в конкретних умовах його професійної діяльності, як процес збереження і розвитку регуляторних властивостей організму, його фізичного, психічного і соціального благополуччя [4: 8].

На думку Г.С.Нікіфорова, під професійним здоров'ям розуміють інтегральну характеристику функціонального стану організму людини за фізичними і психічними показниками [10: 508]. Така інтегральна характеристика дозволяє оцінити його здатність до певної професійної діяльності із заданою ефективністю і тривалістю впродовж певного періоду життя, а також стійкість до несприятливих чинників, супроводжуючих цю діяльність. Автор вважає, що головним показником професійного здоров'я є професійна працездатність, тобто максимально можлива ефективність діяльності фахівця, обумовлена функціональним станом його організму [10: 508]. З цього боку важко оцінювати «професійну працездатність» вчителя у педагогічній праці як головний показник професійного здоров'я, а ще ускладнено її формувати у вищому навчальному закладі.

На наш погляд, приведені визначення поняття «професійне здоров'я» не враховують повною мірою специфіку педагогічної праці, не дозволяють визначити зміст професійної підготовки і цілеспрямовано впливати на формування здоров'я майбутнього вчителя. Окремі погляди на професійне здоров'я вчителя виказують російські вчені Н.В.Гончарова та Л.М.Мітіна.

Н.В.Гончарова підкреслює, що професійне здоров'я вчителя – це цілісний багатовимірний динамічний стан організму, що дозволяє вчителю в максимальному ступені продуктивно реалізувати свій потенціал в педагогічній діяльності, протидіючи негативному впливу професійних чинників [5: 49]. Автор визначає культуру професійного здоров'я вчителя як цілісне динамічне особисте утворення, що є єдністю мотиваційно-ціннісних і емоційно-вольових здоров'язберігаючих установок, знань і умінь щодо конструювання, підтримки і зміцнення професійного здоров'я, що дозволяє продуктивно (без

збитку для здоров'я всіх суб'єктів освітнього процесу) здійснювати педагогічну діяльність [5: 96].

Л.М.Мітіна дає визначення «професійному здоров'ю вчителя як здатності організму зберігати і активізувати компенсаторні, захисні, регуляторні механізми, що забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особи вчителя у всіх умовах протікання професійної діяльності» [9: 222]. Фахівець розглядає проблеми професійного здоров'я з позицій професійного довголіття вчителів, а показником професійного здоров'я і довголіття вчителя є три інтегральні характеристики – педагогічна спрямованість, педагогічна компетентність і емоційна (поведінкова) гнучкість [9].

До найважливіших показників професійного здоров'я і довголіття вчителя А.А.Чирков відносить такі інтегральні характеристики як педагогічна спрямованість, педагогічна компетентність, емоційна (поведінкова) гнучкість і фізична адаптованість [14].

На нашу думку, одним із важливих напрямів модернізації системи педагогічної освіти на сучасному етапі повинне стати формування у вчителів відношення до здоров'я як до найважливішої професійної цінності. В період навчання у вузі важливо сформувати у майбутніх учителів відношення до свого здоров'я як до необхідної умови здійснення професійної діяльності, сприяти усвідомленню студентами значущості професійного здоров'я для педагогічної роботи, визнанню майбутніми педагогами особистої відповідальності і активній ролі в збереженні, перетворенні власного професійного здоров'я, а також у формуванні у підростаючого покоління потреби в збереженні здоров'я. Кінцевим результатом інтеріоризації знань та умінь щодо професійного здоров'я є формування уявлень щодо здоров'я вчителя як значної професійної цінності.

На початку трудової діяльності необхідно навчити молоду людину поведінці, що забезпечує професійне самозбереження. Це передбачає цілий комплекс заходів, які людина повинна здійснювати відносно до себе, спираючись на необхідні знання та уміння. Основним результатом успішної реалізації такої програми є збереження цілісності особи, її здоров'я. Конкретний зміст програми професійного самозбереження повинен бути достатньо індивідуальним, відповідати умовам праці, психосоматичній конституції людини, віку і т.п. Проте при формуванні такої програми необхідне дотримання ряду загальних вимог, які орієнтовані на підтримку фізичного і психічного здоров'я людини, включеної в професійну діяльність. До таких вимог відносяться: готовність до постійного саморозвитку; внутрішня відповідальність за власне здоров'я; здатність жити у згоді з самим собою, внутрішня збалансованість; оволодіння прийомами самовідновлення після перевантажень; вироблення адекватних засобів подолання небажаних станів; оволодіння прийомами психічної саморегуляції і нормалізації рівня працездатності, усунення наслідків професійного стомлення; попередження можливих особових деформацій у своїй професії; протидія професійному старінню і підтримка свого інтелектуального, творчого потенціалу; виключення зі свого життя саморуйнуючих стратегій поведінки; розвиток навиків самоконтролю за перебігом розумового процесу, уміння в потрібний час здійснювати розумову релаксацію.

На думку Н.В.Гончарової, поняття «культура професійного здоров'я вчителя» є складним об'єктом пізнання, який необхідно розглядати з позицій системного підходу [5: 96]. Фахівець виділяє аксіологічну, гносеологічну, перетворюючу, регулятивну, рефлексивну і креативну функції, що реалізуються в контекстах культури професійного здоров'я вчителя [5: 97]. Але цілісність професійного здоров'я вчителя визначається взаємодією фізичного, психічного, соціального аспектів здоров'я.

Згідно з визначенням професійного здоров'я майбутнього вчителя соціальне здоров'я розуміється як система цінностей, установок і мотивів поведінки в соціальному середовищі. Фізичне здоров'я – це поточний стан функціональних можливостей органів і систем організму. Психічне здоров'я – стан психічної сфери людини, що характеризується загальним душевним комфортом, що забезпечує адекватну регуляцію поведінки і обумовлене потребами біологічного і соціального характеру. На думку Е.М.Казіна, соціальний і

психологічний аспекти здоров'я визначають гармонійний процес розвитку внутрішнього світу людини і взаємини з оточенням, адаптацію в соціумі [6].

Педагогічна професія одночасно виступає як праця, що має фізичне та інтелектуальне навантаження, включає творчу, організаторську, дослідницьку діяльність. Психологічні, фізіологічні, гігієнічні та інші труднощі педагогічної праці роблять роботу у сфері освіти значно складнішою, ніж у сфері матеріального виробництва і обслуговування. У роботі вчителя присутня висока нервово-емоційна напруга, необхідність ухвалювати оперативні рішення, нерівномірність навантаження, висока можливість емоційних контактів, конфліктів; необхідність виконання запланованого об'єму роботи в жорстко регламентований період часу; значна мобілізація функцій аналізаторів, уваги, пам'яті і т.п. Діяльність вчителя характеризується відсутністю протягом усього трудового життя постійного режиму дня; вираженою гіподинамією, постійним навантаженням на голосовий апарат, розподілом уваги одночасно на декілька видів діяльності; постійному самоконтролі, емоційній напрузі, мобілізації уваги для досягнення високих педагогічних результатів.

Педагогічна праця пред'являє особливі вимоги до стану здоров'я вчителя, його фізичній і психічній підготовленості, до особливостей психофізіології і, перш за все, до сили і врівноваженості нервових процесів. Даний факт обумовлений тим, що вчителю необхідно володіти великою працездатністю, витримувати дію сильних подразників, уміти концентрувати увагу: бути активним, бадьорим, зберігати впродовж усього робочого часу високий загальний і емоційний тонус, здатність швидко відновлювати сили. Високі вимоги до врівноваженості нервових процесів викликані тим, що вчитель повинен бути стриманим у ситуаціях, стимулюючих інтенсивне збудження; проявляти терплячість, врівноваженість, зібраність; бути витриманим і спокійним в умовах зміни діяльності; відрізнитися рівністю в динаміці відчуттів, чіткістю дикції, уміти виразно висловлювати думки і т.п. Високі вимоги до рухливості нервових процесів пов'язані з тим, що вчитель повинен приступати до рішення поставлених задач «без розгойдування», швидко перемикатися з одного виду діяльності на інший; швидко звикати до нової обстановки, встановлювати контакти, невимушено відчувати себе в крузі незнайомих і малознайомих людей.

Специфіка праці вчителя зв'язана і з відсутністю внутрішнього нормування професійної діяльності. Вчитель продовжує трудитися і в позаробочий час: аналізує проведені уроки, розробляє зміст майбутнього заняття, працює з новою інформацією. Навіть після припинення роботи думки про неї, «робоча домінанта», зберігаються ще досить довго, що обумовлює частий розвиток у представників педагогічної праці неврозів, виснажує нервову систему.

З цих позицій вчителю особливо важливо не тільки володіти основами знань про здоров'я, але і мати конкретні засоби, технології забезпечення професійного здоров'я. Майбутній учитель повинен мати уявлення про специфіку педагогічної діяльності і особливостях впливу професійних чинників на його здоров'я.

Н.В.Гончарова виділяє оздоровчі технології як найважливіші у формуванні культури професійного здоров'я майбутнього вчителя в період вузівського навчання [5: 97]. На думку фахівця оздоровчі технології використовуються на всіх етапах формування культури професійного здоров'я майбутнього педагога в поєднанні з допоміжними педагогічними засобами, організовуючи їх в певну систему програми самозбереження професійного здоров'я; ведення студентами щоденника професійного здоров'я, дослідження власного рівня професійного здоров'я; проведення викладачем індивідуальних консультацій з питань збереження і зміцнення професійного здоров'я; використання технічних засобів навчання, відеозйомка занять з подальшим їх аналізом [5: 97].

Як умови формування професійного здоров'я розглядаються педагогічні, організаційно-технологічні, змістовно-процесуальні. Н.В.Гончарова визначає серед педагогічних умов формування професійного здоров'я ефективність використання оздоровчих технологій [5: 98]. Автором оздоровчі технології розглядаються як закономірна послідовність взаємозв'язаних дій педагога і студента, направленою на збереження і

зміцнення професійного здоров'я, що гарантують успішну реалізацію оздоровчих завдань при забезпеченні комфортних умов для всіх суб'єктів освітнього процесу. Організаційно-технологічна група умов включає формування єдиного здоров'язберігаючого освітнього простору вузу і спрямованість роботи на становлення колективного суб'єкта освітнього процесу. Змістовно-процесуальна група припускає актуалізацію питань, пов'язаних з формуванням культури професійного здоров'я в змісті дисциплін, що вивчаються, залучення майбутніх учителів у роботу щодо формування культури професійного здоров'я як суб'єкта освітнього процесу.

Л.М.Мітіна дотримується уявлення про наяву багатьох рівнів професійного здоров'я вчителя, відповідно до якого вищий рівень особового здоров'я відповідає за сенсові орієнтації. На думку фахівця, визначення загального сенсу життя, відношення до інших і себе надає регулюючу дію на низькі рівні [9: 220].

Цінності і норми складають єдину нормативну систему, яка регулює поведінку людей і соціальних груп в суспільстві [7: 256]. Ціннісно-нормативна система є орієнтиром при виборі способу дій, перевіряє і відбирає ідеали, вибудовує цілі, містить способи досягнення цієї мети. Цінності і норми є частиною свідомості як окремої людини, так і суспільної свідомості, частиною культури. Професійна діяльність вчителя реалізується в складному взаємозв'язку соціально-психологічних взаємодій, що визначають специфіку педагогічної праці. Як наслідок, віддзеркаленням професійного здоров'я є самоохоронна поведінка, формування якої має бути важливою частиною професійної освіти майбутнього вчителя.

Сучасне українське суспільство, декларуючи пріоритет знань і якісної освіти, не розглядає вчителя як ключову фігуру в позитивній трансформації соціуму, не формує систему відповідної підтримки педагогів середньої і вищої школи. Питання професійного здоров'я недостатньо окреслені у змісті професійної підготовки майбутнього вчителя. Професійне здоров'я вчителя не розглядається як професійна цінність, як складова капіталу людини, як інвестиція у професійне довголіття вчителів.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Абаскалова Н.П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса (школа-вуз): Дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. – Новосибирск, 2001. – 377 с.
2. Асмаковец Е.С. Взаимосвязь эмоциональной гибкости и синдрома "эмоционального выгорания" учителя // Профессиональное самосознание и экономическое поведение личности: 2 междунар. науч. интернет-конф. / ОмГТУ. – Омск, 2007/ Е.С.Асмаковец // <http://konfep.narod.ru/asmak>
3. Белинская Т.В. Психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза: Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07/ Т.В.Белинская. – Калуга, 2005. – 174 с.
4. Березовская Р.А. Отношение менеджеров к своему здоровью как к фактору профессиональной деятельности: Автореф. дисс.... канд. психол. наук: 19.00.03 / Р.А.Березовская. – С.-Пб., 2001 – 20с.
5. Гончарова Н.В. Формирование культуры профессионального здоровья будущего учителя: Дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08/ Н.В.Гончарова. – Волгоград, 2005. – 181 с.
6. Казин Э.М. Проблемы индивидуального здоровья: Учебное пособие / Э.М.Казин, Н.Г.Блинова, Н.А.Литвинова. – М.: Владос, 2000. – 189 с.
7. Маклаков А.Г. Общая психология: Учеб. для вузов / А.Г.Маклаков. – С.-Пб.: Питер, 2002. – 582 с.
8. Маркова А.Н. Психология профессионализма / А.Н.Маркова. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
9. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя / Л.М.Митина. – М.: Академия, 2004. – 320 с.
10. Психология здоровья / Под ред. Г.С.Никифорова. – С.-Пб.: Питер, 2003. – 607 с.
11. Сериков С.Г. Обеспечение паритета образованности и здоровья учащихся в теории и практике образования: Дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / 13.00.04. – Челябинск, 2002. – 385 с.

12. Слостенин В.А. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В.А.Слостенин, И.Ф.Исаев, Е.Н.Шиянов / Под ред. В.А.Слостенина. – М.: Издательский центр "Академия", 2002. – 576 с.
13. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология [Текст]: генезис. Тенденции развития / Л.Г.Татарникова. – С.-Пб.: РЕТРОС, 1995. – 348 с.
14. Чирков А.А. Здоровый учитель как важнейший фактор сохранения и укрепления здоровья учащихся. 2003 // [http://zdd.1september.ru/view\\_article.php?id=200801710](http://zdd.1september.ru/view_article.php?id=200801710)

**УДК 378**

**Т.П. Запорожець**

### ***ВИКОРИСТАННЯ ІДЕЙ В. СУХОМЛИНСЬКОГО В ЕСТЕТИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ПОЗААУДИТОРНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ***

*У статті розглядаються основні ідеї В. Сухомлинського про естетичне виховання особистості в позанавчальній діяльності та впровадження ідей В. Сухомлинського в процес естетичного виховання в сучасному вищому навчальному закладі.*

*The article deals with the V. Suhomlinskiy's main ideas about person's esthetical upbringing after classes and using V. Suhomlinskiy's main ideas in the process of esthetical upbringing in the modern highest school.*

Сучасна молодь проявляє надмірну зацікавленість до мистецтва, відчуває потребу в гармонії з навколишнім світом. Разом з тим наша молодь знаходиться в активному процесі становлення особистості – формування світогляду, пошуку ідейно-етичних принципів, ідеалів тощо. Певна частина молоді має не стійкі, а інколи й невірні уявлення про прекрасне, помилкові художні смаки.

Сьогодні великий вплив на нашу молодь має американська та європейська культура, але, на жаль, не краща її частина, тому викладач, куратор та батьки повинні «розвивати вміння особистості бачити в красі навколишнього світу, красі людських стосунків духовність, доброту, сердечність і на цій основі утверджувати прекрасне в самій собі» [1: 177]. Питання естетичного виховання молоді посідає чільне місце в педагогіці, історії педагогіки.

До проблем естетичного виховання у своїх наукових працях, дослідженнях зверталися К. Ушинський, В. Сухомлинський та сучасні вчені В. Бутенко, І.Зязюн, Л. Миропольська, Г. Падалка та інші. Інтерес до творчої спадщини В. Сухомлинського, висловлені ним міркування, ідеї виховання є актуальними й для сучасності та сучасних учених. В Україні ідеї В. Сухомлинського проаналізовані у працях І. Зязюна, О. Савченко, М. Сметанського та ін. Вивчення проблеми естетичного виховання в спадщині В. Сухомлинського займалися В. Топольський, О. Шумська та ін.

Мета статті проаналізувати ідеї В. Сухомлинського щодо естетичного виховання та дослідити впровадження його ідей в практику виховання у вищому навчальному закладі.

Естетичне виховання – здатність особистості сприймати, вбачати та оцінювати прекрасне в навколишньому середовищі, вносити елементи прекрасного в усі сфери суспільства та особистого життя. Естетичне виховання всебічно збагачує духовний світ людини, естетичний рівень переплітається зі світобаченням та моральними орієнтаціями [3].

Питанню естетичного виховання особливу увагу приділяв В. Сухомлинський.

Глибоке розуміння людини та основ її духовного розвитку в процесі виховання, В. Сухомлинський знаходить у філософській та педагогічній спадщині Г. Сковороди.

В. Сухомлинський писав, що в педагогічних поглядах Г.Сковороди простежується ідея нерозривного зв'язку морального та естетичного виховання. Протягом життя він