

УДК 349.243

Н. О. ГЕРЬЯНСКАЯ, доцент, г. Новосибирск

И. В. ГАБЕР, кандидат медицинских наук, г. Новосибирск

Совершенствование профессионально-личностного здоровья учителя в процессе повышения квалификации

Результаты исследования профессионально-личностного здоровья учителей Новосибирской области показывают высокий уровень реагирования на стрессовые ситуации (показатели синдрома эмоционального «выгорания»), среди кризисогенных факторов высокое значение имеет фактор негативного влияния внешних обстоятельств. В связи с этим общее стратегическое направление по совершенствованию профессионально-личностного здоровья учителя мы связываем с организацией здоровьесберегающего психолого-педагогического сопровождения педагогов в процессе повышения квалификации, направленного на развитие здоровьесберегающей компетентности учителя.

Ключевые слова: совершенствование здоровья педагога, здоровьесберегающие условия, образовательный процесс учреждений дополнительного профессионального образования, профессионально-личностные качества учителя, здоровьесберегающая компетентность.

Эффективность модернизации образования в направлении повышения его здоровьесберегающего воздействия на школьников в значительной степени зависит от профессиональных и личных качеств современного учителя. Это обусловлено устойчивой взаимосвязью между отношением учителя к своему здоровью, его потребностью в ведении здорового образа жизни, уровнем его грамотности в вопросах восстановления и развития всех аспектов здоровья и реализацией соответствующего воспитательного воздействия на учеников. Чем ниже уровень грамотности педагога в этих вопросах, тем менее он сам мотивирован к ведению здорового образа жизни, к внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, тем меньше рассматриваемые вопросы представлены в его воздействии на школьников. В связи с этим вопросы профессионально-личностного здоровья учителя приобретают особую актуальность.

Для совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в процессе повышения квалификации и переподготовки необходимо всестороннее исследование условий осуществления здоровьесберегающего образовательного процесса в учреждениях дополнительного профессионального образования (ДПО), разработка и внедрение дидактической модели совершенствования профессионально-лич-

ностного здоровья учителя с использованием достижений психолого-педагогической науки и практики. Важными составляющими этой модели являются здоровьесберегающие принципы, система педагогических технологий, направленных на совершенствование профессионально-личностного здоровья учителя, совокупность личностных качеств, характеризующих здоровьесберегающую компетентность педагога.

Практика научно-исследовательской деятельности свидетельствует о том, что в этой области остаются неразрешенными многие **противоречия**. Они проявляются между:

- потребностью в сохранении и развитии профессионально-личностного здоровья современного учителя и существующей системой теоретико-методологических и технологических основ, которые не позволяют ее удовлетворить в процессе повышения квалификации;
- необходимостью совершенствования с учетом задач модернизации образования системы повышения квалификации и переподготовки работников образования в учреждениях ДПО в области сохранения и развития профессионально-личностного здоровья учителя и недостаточной разработанностью соответствующих технологий;
- большими дидактическими возможностями процесса повышения квалификации учителя в учреждениях ДПО в направлении формирования и развития у

В. С. Мерлин, Ю. М. Орлов, В. И. Слободчиков, В. Франкл);

- педагогическая наука и дидактика о закономерностях профессионально-личностного развития учителя (С. Г. Вершловский, В. В. Гузеев, В. И. Загвязинский, Э. Ф. Зеер, В. А. Исаев, Г. М. Коджаспирова, В. А. Крутецкий, А. Н. Кузьмина, А. К. Маркова, Л. М. Митина, Т. С. Панина, Л. Ф. Спирин);

- теория содержания образования, творческий потенциал и личностная направленность гуманистической парадигмы образования (П. Ф. Каптерев, С. А. Крупник, В. В. Краевский, И. Я. Лернер, Г. К. Селевко, Ю. В. Сенько, В. Я. Синенко, В. А. Сластенин, Э. Фромм, Н. Е. Щуркова).

Для успешного проведения исследования полезными оказались принципиальные положения, содержащиеся в различных научных теориях отечественных и зарубежных ученых, а именно:

- особенности последипломного образования педагогов, его социокультурная и гуманитарно-аксиологическая ориентация (С. Г. Вершловский, В. Г. Воронцова, Т. И. Горелова, Б. С. Гершунский, А. И. Колесникова, В. Ю. Кричевский, Э. М. Никитин, Е. П. Тонконогая, Т. И. Шамова, Г. П. Щедровицкий);

- организационно-педагогические условия развития системы повышения квалификации педагогических кадров (А. И. Жук, С. И. Змеёв, Э. М. Никитин, Ю. Н. Кулюткин, М. П. Пальянов, О. В. Петунин, И. В. Плющ, В. Я. Синенко, С. Ф. Хлебунова);

- закономерности влияния здоровьесберегающих технологий в образовании на некоторые показатели здоровья учителя (Н. П. Абаскалова, Н. А. Аминов, Н. Г. Блинова, Э. М. Казин, Н. Н. Малярчук, Л. М. Митина, И. В. Плющ, Н. Ю. Синягина, Н. К. Смирнов).

- концептуальные основы профессионально-личностного развития и духовного роста учителя (Л. И. Анциферова, Л. Г. Борисова, Л. И. Боровиков, С. В. Вершловский, В. И. Загвязинский, Н. В. Кузьмина, Ю. Н. Кулюткин, Т. С. Панина, В. Я. Синенко, В. Д. Шадриков П. Г. Щедровицкий);

- принципы гуманистической психологии и педагогики (Е. В. Бондаревская, О. С. Васильева, А. Маслоу, К. Роджерс, В. А. Сухомлинский, Ш. А. Амонашвили, Ю. В. Сенько, М. Н. Фроловская);

- концепции развития коллектива, влияние групповых (интерактивных) процессов совместной деятельности на развитие личностных качеств человека (А. Адлер, Е. М. Дубовская, Т. Д. Марцинковская, Р. Л. Кричевский, М. А. Робер, Ф. Тильман, А. В. Петровский);

- идеи о развитии внутренних ресурсов, способности к саморегуляции, стрессоустойчивости и копинг-стратегий поведения человека (Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский, В. Е. Орел, О. М. Чоросова, Г. С. Чеснокова, К. Маслач, Л. М. Митина, Л. А. Китаев-Смык).

В ходе нашего исследования получены следующие результаты:

- выявлены и сформулированы дидактические принципы совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в образовательном процессе учреждений ДПО;

- разработана и апробирована дидактическая модель совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в процессе повышения квалификации в учреждениях ДПО, включающая принципы организации и условия реализации здоровьесберегающих технологий с применением комплекса диагностических методик для самонаблюдения обучающихся;

- разработана система здоровьесберегающих технологий для учреждений ДПО, включающая 5 групп технологий и методов, направленных на совершенствование профессионально-личностного здоровья учителя и его здоровьесберегающей компетентности: диагностические, психолого-педагогические, физкультурно-оздоровительные, информационно-просветительские, методико-технологические;

- выработаны рекомендации по практическому преобразованию процесса повышения квалификации и переподготовки с целью совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя и развития его здоровьесберегающей компетентности.

Отличие теоретических и эмпирических данных исследования от результатов, полученных другими авторами, заключается в том, что впервые выявлен комплекс направлений, подходов, принципов и технологий совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в системе повышения квалификации. Внедрение модели совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в учреждения ДПО способствует развитию внутренних ресурсов педагога, его здоровьесберегающей компетентности, что обеспечивает повышение качества общего образования.

Эмпирическое исследование особенностей профессионально-личностного здоровья педагогов (384 человека), обучающихся на кафедре охраны здоровья и основ безопасности жизнедеятельности Новосибирского института повышения квалификации и переподготовки работников образования (НИПКиПРО), по программам «Школа культуры здоровья», «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе», «Разработка системы мониторинга качества здоровьесберегающей модели образования», позволило сделать следующие выводы:

1. Для учителей, не имеющих специального педагогического образования (социальных педагогов, преподавателей ОБЖ), характерны высокая степень неуверенности в собственных силах и возможностях, скрытая (косвенная) агрессия, ориентация на мнение окружающих (42 %).

2. Обнаружено отсутствие явной направленности на достижение высоких профессиональных результатов и умений использовать механизмы (инструментальные ценности) продвижения к цели.

3. Присутствует высокая степень выраженности синдрома эмоционального «выгорания» по двум и более факторам (29 % обследованных учителей). Наиболее выражены показатели эмоционального истощения и редукции профессиональных достижений, связанные с возросшим уровнем требований к профессиональной компетентности педагога в условиях реформирования системы образования и отсутствием психолого-педагогической поддержки учителя.

4. Исследование кризисогенных факторов и факторов преодоления профессиональных кризисов учителей (по О. М. Чоросовой) показало, что многие учителя (75 %) не в состоянии брать на себя ответственность за свою судьбу, за реализацию своих планов в современных условиях модернизации образования, хотя существует внутренний ресурс, выраженный в ориентации на профессионально-личностное развитие (72 %).

Теоретическая значимость результатов исследования определяется тем, что полученные материалы вносят вклад в разработку теории совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в образовательном процессе учреждений ДПО:

- дано определение профессионально-личностного здоровья учителя как комплексной характеристике личности, определяемой направленностью на духовно-нравственное развитие; способностью к саморегуляции, самоконтролю; осознанностью смысла жизни и профессиональной деятельности; способностью эффективного взаимодействия, взаимопонимания и взаимопомощи;

- расширено и уточнено понятие «здоровьесберегающая компетентность учителя» в образовательном процессе учреждений ДПО;

- разработаны теоретические здоровьесберегающие подходы, которые определяют технологию организации образовательного процесса повышения квалификации учителя с целью совершенствования его профессионально-личностного здоровья.

Результаты теоретико-методологического анализа дали возможность разработать структурно-содержательную дидактическую модель совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя в образовательном процессе учреждений ДПО (схема).

Основными задачами реализации данной модели являются:

- 1) создание благоприятной психоэмоциональной атмосферы за счет реализации демократического, фасилитаторского, личностно-ориентированного стилей, принципов эффективного группового взаимодействия и организации творческого коллектива учителей;

- 2) содействие открытым и доверительным отношениям, способствующим проявлению творческой

инициативы, самовыражению, формированию интернального локус-контроля и укреплению положительной «Я-концепции» учителя;

- 3) помощь в формировании и развитии у учителя позитивных, оптимистичных установок и ценностей как в отношении самих себя (высокой самооценке и уверенности в себе, в своих способностях и возможностях), так и других людей и жизни в целом;

- 4) развитие мотивации к укреплению здоровья и сознательной, целенаправленной заботе о нем;

- 5) расширение знаний о здоровье, здоровом образе жизни и способах сохранения, развития и восстановления здоровья;

- 6) развитие профессионально-личностных качеств учителя, способствующих укреплению его здоровья, формированию навыков психосоматической саморегуляции и преодоления профессионального кризиса.

На основе результатов теоретико-методологического анализа проведена экспериментальная проверка научной гипотезы. Анализ экспериментальных данных методами математической статистики подтвердил эффективность разработанной модели.

Базовые курсы по теме «Школа культуры здоровья» позволили выявить уровень развития профессионально-личностных ресурсов учителя по выраженности факторов риска и факторов защиты от профессиональных кризисов.

Формирующий эксперимент позволил отследить параметры развития внутренних ресурсов учителей. Из общего числа участвующих в эксперименте учителей (844 человека) приведены данные по двум группам: (в 2006/2007 и 2007/2008 годах) численностью 25 и 26 человек. Результаты обработки данных (в баллах) по выраженности факторов риска и факторов защиты от профессиональных кризисов приведены на диаграмме 1. Эффективность здоровьесберегающего воздействия оценивалась по индикатору успешности, который рассчитывался математически (разница между суммой факторов до и после курсов).

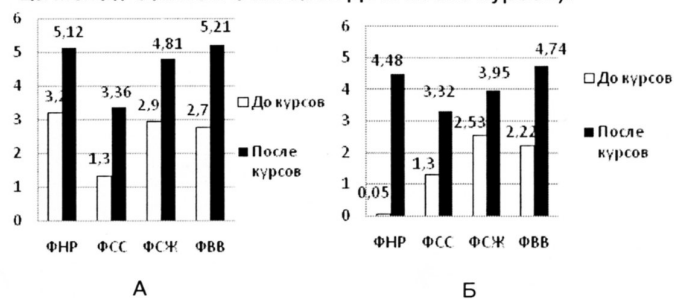


Диаграмма 1. Изменение показателей внутренних ресурсов учителя как следствие реализации дидактической модели совершенствования профессионально-личностного здоровья учителя (А — первая группа до и после курсов, Б — вторая группа до и после курсов)

Примечание: ФНР — фактор направленности на развитие, ФСС — фактор саморегуляции и самоконтроля, ФСЖ — фактор осознания смысла жизни, ФВВ — фактор взаимодействия и взаимопонимания.