

## **Психолого-педагогическая компетентность как фактор сохранения и укрепления профессионального здоровья педагогов**

**Сагирова Евгения Сергеевна**

*аспирантка*

*Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия*

*E-mail: belonogovaes@admin.nyagan.ru*

Профессию учителя относят к профессиям повышенного риска по частоте возникновения невротических и психосоматических расстройств, к числу причин данного явления относятся: повышенная продолжительность дня, высокая нервно-психическая напряженность и социальная ответственность. Учителя хронически перегружены и имеют высокие риски заболевания и, как правило, не имеют возможности восстановить затраченные силы и, следовательно, адаптироваться к возрастающему разнообразию потребностей учеников, и как следствие все данные профессиональные «особенности» труда ведут к нарушению профессионального здоровья педагогов.

К настоящему моменту накоплен значительный объем научных знаний о сущности здоровья, как сложного феномена (А. Я. Иванишкин, В. П. Казначеев, Ю. П. Лисицин и др). Исследования психологического аспекта здоровья (Б. С. Братусь, И. В. Дубровина, О. И. Даниленко, Л. Д. Демина, В. А. Соснин и др.) посвящены определению теоретико-методологических основ здоровья личности, факторов и условий его сохранения и укрепления. В разработку психологической теории профессионального здоровья учителя значительный вклад внесли научные труды. А. Анисимовой (2002), В. З. Когана (1995), Л. М. Митиной (1998), В. А. Полесского (1995), Г. С. Никифорова (2002) и др.

На сегодняшний день существует огромное количество трактовок самого понятия «профессиональное здоровье». Так, А. Т. Маклакова (2002) под профессиональным здоровьем рассматривает определенный уровень характеристик здоровья специалиста, отвечающий требованиям профессиональной деятельности и обеспечивающий ее высокую эффективность.

Определение, введенное В. А. Пономаренко (1995) рассматривает профессиональное здоровье как свойство организма сохранять необходимые компенсаторные и защитные механизмы, обеспечивающие профессиональную надежность и работоспособность во всех условиях профессиональной деятельности. Центральным пунктом в данной трактовке является вопрос о функциональных состояниях и, собственно, оценке функциональных резервов.

По мнению Л. М. Митиной (1998) профессиональное здоровье учителя представляет собой многоуровневое образование. Высший уровень личностного здоровья, определяющий смысловые ориентации и вообще общий смысл жизни, отношение к другим и себе, оказывает регулирующее воздействие на нижележащие уровни, и все они взаимосвязаны. Знание многоуровневости профессионального здоровья очень важно для оказания психологической помощи. Так, психолог при оказании помощи должен обращаться к высшим уровням саморегуляции: инструментально-экспрессивному, смысловому, экзистенциальному. Обращение к инструментально-экспрессивному помогает учителю изменить стилевые характеристики, развить социальные навыки и делает более успешной его социально-психологическую адаптацию к текущей ситуации. На смысловом уровне можно помочь учителю принять решение, разобраться в проблеме, не выходя за пределы смысловых ориентаций, что соответственно стимулирует развитие конкретных способностей и оказывает позитивное влияние на эффективность профессиональной деятельности учителя и его психическое состояние. Именно эти механизмы у большинства педагогов

не сформированы. Соответственно повышение уровня профессионального самосознания, а главным образом его поведенческого компонента – саморегуляции, как психологического условия развития компетентности, будет способствовать сохранению и укреплению профессионального здоровья

На наш взгляд к основным показателям профессионального здоровья-нездоровья педагогов можно отнести: личностные свойства (конфликтность, эгоцентризм, неуравновешенность), эмоциональные состояния (раздражительность, депрессия, гнев, тревога), процессы самоуправления (самоуправление, самоконтроль, трудности в оценке ситуации, прогнозирование действий). Соответственно своевременная диагностика этих показателей и соответствующее оказание психологической помощи, направленной на формирование и развитие психолого-педагогической компетентности должно способствовать сохранению и укреплению профессионального здоровья учителей.

При всей теоретико-методологической изученности «профессионального здоровья», как комплексного, структурного образования особо следует обратить внимание на разработанность психологических средств активизации личностных резервов учителя, способствующих сохранению и укреплению его профессионального здоровья. Одним из таких резервов и является психолого-педагогическая компетентность. Компетентность – это уровень облученности социальным и индивидуальным формам активности, которая позволяет индивиду в рамках своих способностей и статуса успешно функционировать в обществе. Хотя данное определение достаточно широкое, но в нем четко прослеживается опыт, знания, умения человека в чем-либо (Ю. Н. Емельянов 1991).

Несколько иное значение имеет понятие «психолого-педагогическая компетентность» - это дифференциально-психологический (знание об особенностях усвоения учебного материала конкретными учащимися в соответствии с информационными и возрастными характеристиками), социально-психологический (знания об особенностях учебно-познавательной деятельности учебной группы и конкретного учащегося в ней, об особенностях взаимоотношений учителя с классом, о закономерностях общения), аутопсихологический (знания о достоинствах и недостатках собственной деятельности, особенностях своей личности и ее качествах) анализ (по Н. В. Кузьминой). Из определения видно, что автор считает, что уровень сформированности именно психологических компонентов знаний позволяет учителю изменить всю систему ранее приобретенных знаний.

Детальное рассмотрение понятий «профессиональное здоровье» и «психолого-педагогическая компетентность» и проведенное исследование подтверждают, что действительно развитие психолого-педагогической компетентности оказывает существенное влияние на сохранение и укрепление профессионального здоровья. А психологическими условиями развития компетентности является повышение уровня его профессионального самосознания.

К сожалению, на сегодняшний день наблюдается падение престижа здоровья, вследствие малой информированности педагогов о проблеме профессионального здоровья, о его особенностях, способах укрепления и сохранения. Поэтому, по-нашему мнению, необходима компетентность учителя в области здоровья, как компонента общей психолого-педагогической компетентности, являющейся основой его профессионального здоровья. Учитель сегодня должен достаточно четко осознавать самоценность своего здоровья и использовать для его сохранения и укрепления весь спектр информационных технологий.

### Литература

1. Концепция профессионального развития и сохранения здоровья учителя как основа образовательной политики/Л. М. Митина//Школа здоровья.–2000.-№2.–С.43-50
2. Профессиональное развитие и здоровье педагога: проблема и пути решения/Л. М. Митина//Вестник образования России.– 2005.-№7.–С.48-58; 2005.-№8.–С.33-49
3. Психологическая экспертиза профессиональной компетентности учителя/Р. В. Овчарова//Образование и наука.– 2001.- №1(7).–С.83-87