

УДК 88.946

КУЦЕЕВА Елена Леонидовна,
Кубанский государственный университет,
г. Краснодар, Россия
lenaqutkov@mail.ru

Elena L. KUTSEEVA,
Kuban State University,
Krasnodar, Russia
lenaqutkov@mail.ru

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ УЧИТЕЛЯ ИНКЛЮЗИВНОЙ ШКОЛЫ

CULTURE OF HEALTH OF TEACHERS OF INCLUSIVE SCHOOLS

В статье рассматривается роль культуры здоровья учителей как профессиональной группы в инклюзивных образовательных условиях. Особое внимание уделено дефиниции понятия «здоровье». Обозначены объективные и субъективные причины профессиональных деформаций, их проявления в поведении учителя. Деструкты в профессиональном самосознании, мышлении и поведении приводят к дезадаптации в педагогической профессии, отрицательно сказываются на качестве работы с учащимися. В статье проанализированы трудности в педагогической деятельности учителей инклюзивной школы. Кратко представлено содержание и технологии методического и психологического сопровождения педагогов. Рассматриваются методы оптимизации (уменьшения) профессиональных стрессов: физические, биохимические, психологические. Автор подчеркивает значение гармонизации личности учителя в оздоровлении и восстановлении психофизических ресурсов. Раскрыты содержательные и технологические аспекты формирования культуры здоровья будущих учителей в педвузе. Профессионально-педагогическая готовность к работе в инклюзивных образовательных условиях формируется в обучении и воспитании специалистов на компетентностной основе. Компетентность будущего учителя инклюзивного образования представляет собой совокупность профессиональных знаний, умений, навыков в области обучения, воспитания и коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Формирование культуры здоровья будущих специалистов осуществляется с позиции системного подхода на физическом, психологическом, социальном и духовном уровнях. Большое значение имеет гармонизация и гуманизация личности будущих учителей. Автор подчеркивает роль интерактивных технологий в формировании культуры здоровья студентов.

The article discusses the role of teachers' health culture in inclusive educational environments. The special attention is given to a definition of the term «health». The objective and subjective reasons of professional deformations, their manifestations in the behavior of the teacher are shown. Deformations in the professional consciousness, thinking and behavior lead to disadaptation of the teaching profession, have a negative impact on the quality of the work with the pupils. The article analyses the difficulties in the pedagogical activity of teachers of inclusive school. The contents and technology of the methodological and psychological support of teachers shown briefly. The article discusses the methods of optimization (reduction) of occupational stress: physical, biochemical and psychological. The author emphasizes the importance of harmonization of the individual teacher in the rehabilitation and restoration of mental and physical resources. Main content and technological aspects of formation of future teachers' health culture at the pedagogical University are disclosed. Professional-pedagogical readiness in inclusive educational conditions is formed in the education and upbringing of the specialists on the basis of competence assessment. Competence of the future teachers of inclusive education is a set of professional knowledge and skills in the fields of teaching, education and correctional-educational work with children with disabilities. Building a culture of health of future specialists is carried out from the position of a systemic approach to the physical, psychological, social and spiritual levels. Of great importance is the harmonization and humanization of the identity of the future teachers. The author emphasizes the role of interactive technologies in creating a culture of health students.

Ключевые слова: инклюзивное образование, культура здоровья учителя, профессиональные деформации, профессиональный стресс, методическое и психологическое сопровождение учителей, психогигиена педагогической деятельности

Keywords: inclusive education, teachers' health culture, professional deformation, occupational stress, methodological and psychological support teachers, psychological hygiene of pedagogical activity

В исследованиях медиков, психологов, педагогов выявлена взаимосвязь здоровья и профессиональной эффективности личности. Поэтому проблема формирования культуры здоровья специалистов является актуальной практически для всех сфер профессиональной деятельности (В.А. Ананьев, О.С. Васильева, Г.С. Никифоров, М.Ф. Секач, Ф.Р. Филатов и др.).

Современные исследователи и разработчики *компетентностного подхода* в педагогическом образовании оценивают *здоровьесбережение* как ключевую компетенцию будущего педагога (И.А. Зимняя, Н.В. Кузьмина, Л.М. Митина и др.). Проблема здоровья педагогических работников становится особенно актуальной в условиях ускорения темпов научно-технического и культурного развития человеческой цивилизации: труд педагога *усложняется и интенсифицируется*. Факторами риска нарушения здоровья учителя являются социально-экономические, экологические проблемы в обществе, а также составляющие микросреды: демографические, социально-бытовые и профессиональные.

Здоровье в современной науке рассматривается как интегративная характеристика человека, функционирующая на физическом, психологическом, социальном и духовном уровнях. К ресурсам здоровья на *физическом* уровне относят отсутствие болезней и травм, оптимальную работу органов и систем организма, выносливость, работоспособность человека и др. Ресурсы здоровья на *психологическом* уровне – это развитые познавательные процессы, оптимальная

самооценка и позитивное самоотношение, эмоциональная устойчивость (самообладание), толерантность к стрессовым факторам и др. На *социальном* уровне здоровье проявляется в социальной активности и адаптивности личности, высокой коммуникативной компетентности, успешности в профессиональной деятельности, удовлетворенности ею и своим социальным статусом и др. *Духовный* уровень здоровья определяется степенью развития морального сознания, ответственного и творческого отношения к своей жизни, стремления к самоактуализации и др. Таким образом, культура здоровья специалиста является необходимым условием полноценной и эффективной профессиональной деятельности, социальной активности и гармонического развития человека.

Для педагогической деятельности здоровье имеет особую профессиональную ценность, так как здоровье педагога – это здоровье его учеников. Нарушения здоровья учителя проявляются в профессионально-личностных *деформациях*: эмоциональном выгорании, невротизации, психопатизации личности учителя, повышении тревожности, депрессивности и др. [4 и др.]. Появляются деструкты в профессиональном самосознании, мышлении и поведении, что приводит к *дезадаптации* в педагогической профессии, отрицательно сказывается на качестве работы с учащимися. Как показывают специальные наблюдения и практика, ошибки в педагогическом взаимодействии (бестактность, грубость учителя, подавление личности ребенка, чрезмерные, превышающие возможности детей, требования в учебе и др.) обнаружены у учителей, чье психофизическое здоровье надломлено, нервная система истощена. Это оборачивается серьезными проблемами в психофизическом состоянии учеников и возникновению *дидактогений* и школьной дезадаптации. Существует тесная взаимосвязь психофизического и *профессионального здоровья* педагогов. Последнее определяется как способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности учителя во всех условиях протекания профессиональной деятельности (Л.М. Митина) [5].

По мнению Н.Н. Малярчук, *культура здоровья учителя* представляет собой систему знаний, ценностно-смысловых установок, эмоционально-волевого опыта педагога и его готовности к практической деятельности, направленной на познание, развитие и совершенствование собственного здоровья и созидание здоровья обучающихся [3]. Значение культуры здоровья усиливается на этапе модернизации российского образования. Активное внедрение инновационных процессов в педагогическую практику не может не вызывать естественное *стрессовое напряжение* у педагогов, так как работа в новых условиях требует дополнительных затрат сил и времени. Это в полной мере относится и к учителям, осуществляющим обучение детей разных гетерогенных групп в инклюзивных образовательных условиях.

Многие критики инклюзии в нашей стране небезосновательно указывают, в том числе, и на профессионально-личностную *неготовность* педагогов инклюзивных школ к совместному обучению детей с разными образовательными потребностями. В силу недостаточной компетенции в области психологии аномального развития, коррекционно-развивающих технологий, незнания «обходных путей» в обучении и воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья и особенностей педагогического общения учителя испытывают значительные трудности методического и социально-психологического характера [1 и др.]. Отсутствие профессиональной готовности к этой работе может порождать у учителей профессиональные стрессы. Это физические и психические реакции на сложные напряженные ситуации в профессиональной деятельности, когда специалисту предъявляются требования, не соответствующие уровню его профессиональных знаний и умений. Иными словами, профессиональные стрессы связаны с некомпетентностью специалистов при выполнении должностных функций [8]. Кроме того, известно, что работа с «психологически трудным» контингентом детей представляет собой дополнительный стресс-фактор педагогического труда.

Представляется, что в инклюзивных образовательных условиях охрана здоровья учителей, здоровьесозидание всех субъектов коррекционно-развивающего процесса является важным условием реализации задач успешного внедрения идей и практики инклюзивного образования в нашей стране. Итак, рассмотрим проблемы здоровьесбережения в инклюзивной среде и обозначим основные пути предупреждения нарушений здоровья и деструктивной профессионализации учителей.

Прежде всего необходимо эффективное научно-методическое сопровождение педагогов. Как правило, оно осуществляется в ресурсных центрах, а также в инклюзивной школе. Его цель – подготовить учителей к рациональному изменению содержательной и организационной стороны учебного процесса, обучить дидактическому проектированию совместной учебной работы

школьников с разными образовательными возможностями и вооружить педагогов конкретными приемами индивидуализации и дифференциации обучения. К этой работе целесообразно привлекать педагогов-дефектологов специальных (коррекционных) образовательных учреждений и специалистов ПМПК-служб.

Следует подчеркнуть, что для успешной инклюзии огромное значение имеет социально-психологическая готовность учителей к профессиональной деятельности в новых условиях. Порой сложные и неоднозначные ситуации в инклюзивной среде, вполне естественные на этапе становления, а также негативные реакции родителей, педколлектива, равнодушие общества порождают у учителей психологический дискомфорт, эмоциональное неприятие детей-инвалидов, внутреннее сопротивление инклюзии. Исследователи проблем инклюзивного образования утверждают, что первичным и важнейшим этапом подготовки к работе в инклюзивной среде является этап психологических и ценностных изменений в сознании учителей [6 и др.]. Базовым психологическим процессом, влияющим на эффективность педагогической деятельности в инклюзивных условиях, является *эмоциональное принятие* учителем особенного ребёнка, понимание социальной и гуманистической (нравственно-этической) значимости инклюзии как нового подхода в обучении и социализации детей с проблемами в развитии.

Главная задача *психологического сопровождения* инклюзии заключается в углублении и расширении знаний учителей о психологических особенностях детей с ОВЗ. Эта работа должна иметь практико-ориентированную направленность, включать изучение конкретных проявлений особенностей познавательной и личностной сферы учащихся с ОВЗ в учебной деятельности, поведении и межличностном взаимодействии. Важно особое внимание уделить положительным сторонам и сохранным функциям психики детей, показать возможности коррекции и компенсации нарушенного развития в учебно-воспитательном процессе. Обсуждение целесообразно ориентировать на выработку оптимальной линии поведения учителей в ситуациях учебного и межличностного взаимодействия, особенно в нетипичных (конфликтных) ситуациях. При этом важно снять *психологические барьеры и стереотипы* в восприятии и понимании учащихся с отклонениями в развитии.

Содержание работы психолога по формированию культуры здоровья учителей должно быть сфокусировано на выработке у педагогов механизмов адаптации к напряженным факторам труда (стрессоустойчивости) и обеспечении особого профессионально-заостренного развития профессионально значимых качеств личности учителей, гармонизацию внутреннего мира [2, 5 и др.]. Формы психологического сопровождения учителей: семинары-практикумы «Психология здоровья учителя», «Педагогическая стрессология», «Культура здоровья педагога», тренинги общения и личностного роста, консультирование.

Рассмотрим вопросы подготовки учителей к работе в инклюзивной школе на этапе *вузовской* профессионализации. В педвузе профессионально-педагогическая готовность к работе в инклюзивных образовательных условиях формируется в обучении и воспитании специалистов на компетентностной основе. Компетентность будущего учителя инклюзивного образования представляет собой совокупность профессиональных знаний, умений, навыков в области обучения, воспитания и коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ. Важнейшая составляющая компетентности – *социально-психологическая готовность* будущего учителя к педагогической работе с ними.

Дефектологическая подготовка формируется на основе глубокого изучения специальной психологии, коррекционной педагогики, девиантологии и др. Именно в педвузе следует начинать системную работу по формированию культуры здоровья специалистов. В России уже накоплен опыт преподавания валеологических дисциплин в профессиональном образовании [7 и др.]. В Кубанском госуниверситете в систему подготовки будущих учителей специальных (коррекционных) и инклюзивных школ включена дисциплина «Психогигиена педагогической деятельности», которая преподается на четвертом выпускном курсе. Ее цель – формирование культуры здоровья и компетентности будущего учителя в области психогигиены профессионально-педагогической деятельности и профилактики личностных деформаций. Задачи дисциплины: 1) содействовать формированию установки студентов на самоценность здоровья как фактора профессиональной эффективности и профессионального долголетия; 2) дать представление об основных путях и средствах сбережения психофизического и профессионального здоровья; 3) раскрыть значение гуманизации и гармонизации личности учителя в профилактике деструктивной профессионализации; 4) научить осуществлять аутодиагностику и самокоррекцию нарушений здоровья.

В содержание дисциплины включены темы, раскрывающие вопросы психологии здоровья личности, его многоуровневой феноменологии; вопросы культуры здоровья учителя; подробно рассматриваются профессионально-личностные деформации педагогов и др. Особое внимание уделяется профилактике деструкций в педагогической профессии. Большой объем учебного времени отведен изучению стресса как механизма возникновения деформаций и формированию стрессоустойчивости студентов.

Формирование культуры здоровья будущих специалистов осуществляется с позиции системного подхода на физическом, психологическом, социальном и духовном уровнях. Как отмечалось выше, большое значение имеет *гармонизация и гуманизация личности* будущих учителей (психологический и духовный уровень здоровья). Работа осуществляется в двух направлениях. Первое связано с формированием у студентов гуманистических образовательных ценностей в образовательном процессе и воспитательной работе вуза. Второе направление – гармонизация личности студента, предполагающее развитие педагогической направленности, толерантности, повышение уровня коммуникативной компетентности, эмоциональной и поведенческой гибкости, развитие профессионального самосознания, формирование позитивной Я-концепции, креативности и творческих способностей.

Известно, что коммуникативная сфера в первую очередь страдает в ситуации профессиональной дезадаптации педагогов. В формировании коммуникативной компетенции студентов (социальный уровень здоровья) большое значение имеют дисциплины «Психологический практикум», «Практикум по педагогическому мастерству», «Психология педагогического общения». На занятиях широко используются интерактивные методы: игровые (ролевые, деловые, имитационные игры), дискуссии, метод анализа конкретных ситуаций (кейс-метод) и др. Сегодня успешно разрабатывается технология психотренинга как метода обучения в педвузе. Проведение на учебных занятиях тренингов социально-перцептивных, коммуникативных, рефлексивных умений обеспечивает практическую подготовку студентов к конструктивному межличностному взаимодействию с учащимися.

Существуют значительные риски нарушения здоровья и профессиональной дезадаптации учителей в инклюзивной школе. Формирование культуры здоровья педагогов, разработка и внедрение системы психопрофилактических и коррекционно-реабилитационных мероприятий для его сохранения и восстановления представляется необходимым условием эффективной инклюзии.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Алехина С.В., Зарецкий В.К. Инклюзивный подход в образовании в контексте проективной инициативы «Наша новая школа» // Психолого-педагогическое обеспечение национальной образовательной инициативы «Наша новая школа». М., 2010. – С. 14-19
2. Куцеева Е.Л. Психологическое сопровождение педагогов-дефектологов в условиях риска возникновения профессиональной деформации // Коррекционно-педагогическое образование. – 2015. – № 1. – С. 44-53.
3. Малярчук Н.Н. Культура здоровья педагога (личностный и профессиональный аспекты). Дисс...д-ра пед наук. Тюмень, 2009. – 524 с.
4. Митина Л.М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2005. – 368 с.
5. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя: учебное пособие: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2004. – 320 с.
6. Михайлина М.Ю. Социально-психологическое сопровождение образования детей с ограниченными возможностями // Психологическое сопровождение образовательного процесса: Мат. научно-практ. конф. – Саратов: Научная книга, 2007. – С. 207-210
7. Правдина Л.Р. Васильева О.С. Короткова Е.В. Психология здоровья в практике преподавания дисциплины «Культура здоровья» // Психология в вузе. – 2009. – № 6. – С. 28-58
8. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2012. – 256 с.

REFERENCES

1. Alehina S.V., Zareckij V.K. Inkluzivnyj podhod v obrazovanii v kontekste proektivnoj iniciativy «Nasha novaja shkola» // Psihologo-pedagogicheskoe obespechenie nacional'noj obrazovatel'noj iniciativy «Nasha novaja shkola». M., 2010. – S. 14-19
2. Kuceeva E.L. Psihologicheskoe soprovozhdenie pedagogov-defektologov v uslovijah riska vzniknovenija professional'noj deformacii // Korrekcionno-pedagogicheskoe obrazovanie. – 2015. – № 1. – S. 44-53.
3. Maljarchuk N.N. Kul'tura zdorov'ja pedagoga (lichnostnyj i professional'nyj aspekty). Diss...d-ra ped nauk. Tjumen', 2009. – 524 s.
4. Mitina L.M. Professional'naja dejatel'nost' i zdorov'e pedagoga: Ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ped. учеб. zavedenij. – M.: Akademija, 2005. – 368 s.
5. Mitina L.M. Psihologija truda i professional'nogo razvitija uchitelja: uchebnoe posobie: Ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ped. учеб. zavedenij. – M.: Akademija, 2004. – 320 s.

6. Mihajlina M.Ju. Social'no-psihologicheskoe soprovozhdenie obrazovaniya detej s ogranichennymi vozmozhnostjami // Psihologicheskoe soprovozhdenie obrazovatel'nogo processa: Mat. nauchno-prakt. konf. – Saratov: Nauchnaja kniga, 2007. – S. 207-210
7. Pravdina L.R. Vasil'eva O.S. Korotkova E.V. Psihologija zdorov'ja v praktike prepodavanija discipliny «Kul'tura zdorov'ja» // Psihologija v vuze. – 2009. – № 6. – S. 28-58
8. Shherbatyh Ju.V. Psihologija stressa i metody korrekcii. Spb.: Piter, 2012. – 256 s.

Информация об авторе

Куцеева Елена Леонидовна, кандидат психологических наук, доцент, кафедра дефектологии и специальной психологии, Кубанский государственный университет, г. Краснодар, Россия
lenagutkov@mail.ru

Получена: 15.05.2016

Для цитирования статьи: Куцеева Е.Л. Культура здоровья учителя инклюзивной школы. Историческая и социально-образовательная мысль. 2016. Том 8. № 5. Часть 3. с.- 91-95

Information about the author

Elena L. Kutseeva, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Defectology and Special Psychology, Kuban State University, Krasnodar, Russia
lenagutkov@mail.ru

Received: 15.05.2016

For article citation: Kutseeva E.L. Kul'tura zdorov'ya uchitelya inklyuzivnoy shkoly. [Culture of health of teachers of inclusive schools]. Istoričeskaya i sotsial'no-obrazovatel'naya mysl' = Historical and Social Educational Ideas. 2016. Vol. 8. № 5. Part 3. p.- 91-95