

MARIA CURIE-SKŁODOWSKA UNIVERSITY

**DEVELOPMENT AND MODERNIZATION
OF PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL
SCIENCES: EXPERIENCE OF POLAND
AND PROSPECTS OF UKRAINE**

Volume 2

Collective monograph

Lublin, Poland
2017

UDC 37.01+159.9(438+477)
LBC 74.0+88.0(4Pol+4Ukr)
D 64

Recommended for publication
by the Academic Council of Maria Curie-Skłodowska University

Editorial Board:

dr hab. **Arkadiusz Bereza**, prof. nadzwyczajny, Prorektor ds. Ogólnych UMCS;
dr hab. **Teresa Parczewska**, Kierownik Zakładu Dydaktyki Wydział Pedagogiki
i Psychologii UMCS;
dr hab. **Beata Bednarczuk**, starszy wykładowca z Zakładu Dydaktyki Wydział
Pedagogiki i Psychologii UMCS.

The authors of articles usually express their own opinion, which is not always
comply with the editorial Board's opinion. The content of the articles is the
responsibility of their authors.

**Development and modernization of pedagogical and psychological sciences:
experience of Poland and prospects of Ukraine:** Collective monograph. Vol. 2.
Lublin: Izdawnictwo "Baltija Publishing", 2017. 348 p.

ISBN 978-9934-8675-9-0

© 2017 Maria Curie-Skłodowska University

Е
М
а
Б
А
і
К
В
п
и
(Н
и
К
О
щ
К
П
у
К
А
м
т
Л
М
р
Т
L
The
of p
are

Мартинець Л. А. Упровадження моделі управління освітнім середовищем професійного розвитку вчителів у загальноосвітньому навчальному закладі.....	150
Марценюк М. О., Штих І. І. Геронтопсихологічні аспекти міжособистісного спілкування.....	170
Мельничук Т. Ф. Формування творчої особистості засобами культурно-просвітницької діяльності в євроінтеграційних процесах вищої школи у період глобалізації.....	187
Мешко Г. М., Мешко О. І. Підготовка майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я	206
Михайлова Л. М., Шульга Л. М. Реалізація технологічного підходу в розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку	224
Мірошниченко О. А. Готовність українських зимівників до життєдіяльності в умовах Антарктики	242
Moscaleva L. Yu., Chorna V. V. The dialogical competence of "risk group" supervisors' social-pedagogical diagnostics at the cultural and educational space of Northern Azov Sea district.....	260
Mukhina G. V., Allakhverdyan A. A. Experience on implementation of person-oriented education of students in higher educational establishments of Ukraine	273
Ovchatova-Redko A. O. Development of the intellectual property right protection in information pedagogical space.....	288
Perilygina L. A., Mykhlyuk E. I. The dynamics of manifestation of professionally caused accentuations in employees of the state emergency service of Ukraine	305
Platash L. B. Inclusive education as innovation in Ukraine – experience of European countries	323

11. Рідей Н.М. Ступенева підготовка майбутніх екологів: теорія і практика : [монографія] / за заг. ред. академіка Д.О. Мельничука. – Херсон : Олді-плюс, 2010. – 558 с.

12. Сірополко С. Історія освіти в Україні / Степан Сірополко. – Київ : Наук. думка, 2001. – 912 с.

13. Schwab Klaus. The Fourth Industrial Revolution: What It Means and How to Respond / Schwab Klaus. [Електронний ресурс] – режим доступу: (<http://www.segodnya.ua/politics/pnews/davos-ukraine-nuzhen-po-trem-prichinam-ekspert-684663.html>). – 2016. – 21.01).

Мешко Г. М.,

*доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри педагогіки та менеджменту освіти
Тернопільського національного педагогічного університету
імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль*

Мешко О. І.,

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Тернопільського національного педагогічного університету
імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль*

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ І ЗМІЦНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я

Анотація

У роботі представлено результати досліджень автором стану професійного здоров'я вчителів та готовності студентів до здоров'язбережувальної діяльності. Доведено необхідність цілеспрямованої підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я. Здійснено теоретичне обґрунтування системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я у процесі вивчення психолого-педагогічних дисциплін. Охарактеризовано структурні компоненти цієї системи: цільовий, теоретико-методологічний, організаційно-змістовий, процесуально-діяльнісний, діагностичний і результативний. Проаналізовано стан дослідженості у психолого-педагогічній літературі проблеми формування готовності майбутніх учителів до

і
—
:
d
/:
:
2,
и
у
ь
:
ii
у
ь
[
у
о
ь
і
е
я
—
и
—
і.
й
о

здоров'язберезувальної діяльності. Представлено авторське трактування готовності майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я. Виокремлено й охарактеризовано компоненти, критерії, показники та узагальнені індикатори досліджуваної готовності.

Вступ

Професійна діяльність учителів відрізняється від інших постійним нервово-психічним та емоційним напруженням, яке зумовлене як змістом, так і умовами педагогічної роботи. У третини вчителів показник ступеня соціальної адаптації нижчий або рівний, ніж у хворих невротиками [4, с. 166]. Професія вчителя вже давно належить до професій підвищеного ризику за частотою виникнення невротичних і психосоматичних розладів. У педагогів спостерігається чи не найвищий рівень «накопичення» важких форм невротів [2, с. 161]. Серед учителів поширений синдром «емоційного вигорання», емоційна нестійкість, дисгармонійність особистості.

Результати проведеного нами дослідження засвідчили, що тільки 12 педагогів (7,6%) із 172 опитаних почувають себе відносно здоровими, у них високий рівень працездатності і прогнозується висока стресостійкість. Варто зазначити, що 147 педагогів (77,3%) відзначили наявність порушень у власній емоційній сфері (поганій, пригнічений настрій, дратівливість, напруженість, неспокій, гнів, труднощі у керуванні своїми емоціями). За результатами тестування, резерви їхнього організму близькі до виснаження. У той же час більшість з опитаних нами студентів – майбутніх учителів відзначають, що не вміють протистояти стресам, долати негативний вплив дистресу на власну особистість, недостатньо володіють інформацією про способи формування стійкості до стресу, технологією збереження і зміцнення професійного здоров'я. Майбутнім учителям бракує знань у галузі педагогіки і психології здоров'я, професійного здоров'я. Професійне здоров'я не розглядається, не усвідомлюється ними як необхідна умова професійного становлення вчителя й ефективності педагогічної діяльності, а його збереження і зміцнення – як пріоритетний аспект життєдіяльності особистості фахівця.

Як справедливо зазначає Л. Мітіна, «ніхто не вчить учителів витримці і самовладанню, вмінню зберігати професійну форму, і звідси стільки багато численних «провалів» у їхньому фізичному і психологічному стані» [3]. В освітньому процесі вищих навчальних закладів недостатньо використовуються сучасні педагогічні технології, що спрямовані на формування готовності студентів до збереження і

зміцнення професійного здоров'я. Тому питання підготовки майбутніх учителів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я мають бути серед найбільш пріоритетних у вищих педагогічних навчальних закладах.

Проблема професійного здоров'я привертає до себе увагу багатьох науковців (Ю. Варданян, Е. Зеєр, С. Іванов, В. Карвасарський, Г. Нікіфоров, В. Пономаренко, Л. Сущенко та ін.). У сучасній психолого-педагогічній науці значна кількість досліджень присвячена вивченню сутнісних аспектів, факторів виникнення професійного стресу, професійних деформацій, синдрому «емоційного вигорання» (Г. Зайчикова, Л. Карамушка, М. Лейтер, С. Максименко, К. Маслач, Л. Мігіна, Г. Нікіфоров, В. Розов, Е. Рутман, Н. Самоукіна, Е. Симанюк, В. Шепель, В. Щербатих та ін.), формуванню здорового способу життя, валеологічної грамотності, валеологічної свідомості майбутніх учителів (В. Антипіна, М. Берєбін, О. Волинська, В. Грушко, М. Доброрадних, З. Литвинова, В. Лободін, Л. Овчиннікова, Л. Хомич та ін.), формуванню валеологічної культури майбутніх педагогів (В. Бобрицька, Ю. Бойчук, С. Болтівець, Н. Гончарова, Н. Рибачук та ін.), проблемі підготовки вчителя до реалізації завдань здоров'язбережувальної педагогіки (В. Безпалько, Я. Герчак, Б. Долинський, Т. Засобіна, С. Крохмаль, Л. Хабін, О. Панюкова та ін.), використання здоров'язбережувальних технологій у практиці підготовки майбутніх фахівців (О. Вашенко, О. Міхєнко, Ю. Палічук та ін.).

Останнім часом з'являються роботи, в яких розглядаються питання профілактики синдрому «емоційного вигорання» вчителів, попередження виникнення професійного стресу, професійних деформацій, деструкцій, подолання фрустрацій у педагогічній діяльності (О. Баранов, Н. Булатевич, Т. Жалагіна, Л. Карапетян, В. Калошин, О. Марковець, Н. Назарук, В. Третьяченко, І. Холоднова, В. Шахов та ін.). Значно більшої уваги потребують дослідження, що стосуються розробки превентивних заходів та шляхів збереження і зміцнення професійного здоров'я вчителів, підвищення рівня стресостійкості майбутніх фахівців, створення системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я.

1. Система підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я

Професійне здоров'я вчителя трактуємо як інтегральну характеристику функціонального стану організму, глобальний психічний стан його особистості, для якого характерна динамічна гармонійність внутрішніх переживань і пов'язані з цим ефективність та

і
о
і
і
й,
о-
ю
у,
»
ч,
к,
я,
ів
к,
о
с,
и
и
ь,
х
о,
я
з,
х
й
і,
і,
о
і
я
и

у
й
а
а

успішність педагогічної діяльності, здатність протистояти негативним чинникам, що супроводжують цю діяльність.

Концептуальне бачення системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я представлено в авторській моделі, зображеній на рис. 1. Запропонована у моделі система підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я характеризується цілісністю, взаємодією її компонентів, елементів, частин, зв'язками і відношеннями, що обумовлюють її структуру, взаємодію із середовищем, системами нижчого і вищого порядку, щодо яких вона виступає як частина.

Розробляючи систему підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я, ми враховували психологічні особливості студентства як соціально-психологічної і вікової категорії, те типове, що йому властиве, специфіку психофізичних і соціальних рис особистості студента, а також особливості професійної підготовки майбутніх фахівців.

Запропонована нами система підготовки спрямована на:

- підвищення інтересу майбутніх учителів до професійного здоров'я, як професійно-особистісної цінності, та шляхів його збереження і зміцнення;
- покращення здатності орієнтуватися в інформації про професійне здоров'я і розумний спосіб життя, чинники їх забезпечення;
- засвоєння студентами знань високого ступеня узагальнення, інтеграція яких забезпечить науково обґрунтоване їх застосування і перенесення у майбутню професійну діяльність;
- оволодіння способами реалізації здоров'язбережувальних методик; реалізацію особистісних потреб студентів у здоров'ятворчій діяльності;
- залучення до самостійної діяльності зі збереження і зміцнення здоров'я;
- оцінку та аналіз власної здоров'ятворчої діяльності;
- активність і творчість майбутніх учителів у пошуку і створенні власних систем оздоровлення, власного досвіду підтримання оптимального професійного здоров'я;
- формування бажання здійснювати здоров'язбережувальну діяльність у школі;
- сприяння студентам у подоланні перешкод стосовно реалізації розумного способу життя;
- самопізнання і саморозвиток майбутніх учителів; працю самоорганізації у сфері здоров'я на основі творчої активності і валеологічної компетентності.

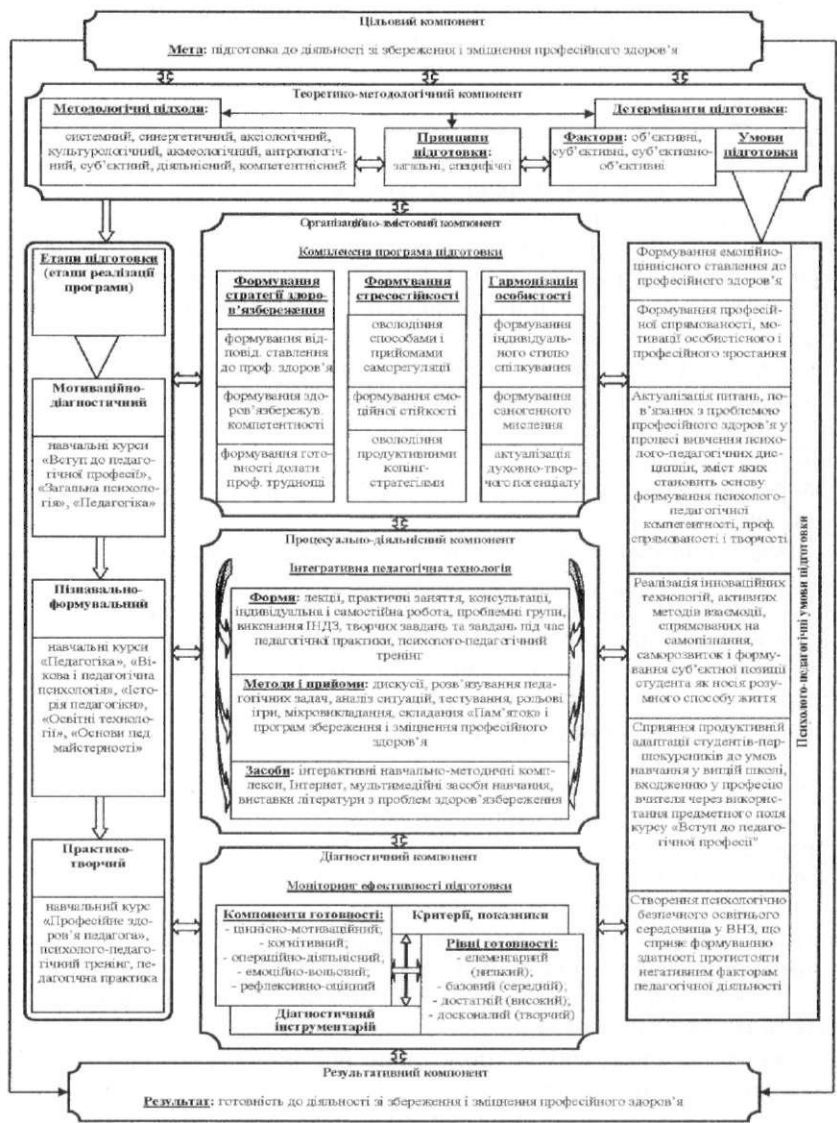


Рис. 1. Модель системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я

ДЕ
ПЕ
СС
ДІ
ДС

П
ОС
М
ДІ

В
С
Ч
Ш
ЗА
ЦІ
П
Н
Н
ОС
ОС
М
П
А
С
Д
В
І
С
З
І
В

С
П
Ц

Наш підхід до підготовки майбутніх учителів у визначеному напрямі дає змогу фахівцю проектувати свій спосіб життя на кожному етапі педагогічної діяльності, підтримувати оптимальне фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я протягом всього життя і професійної діяльності, протистояти негативним чинникам педагогічної діяльності, долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я.

Система підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я відображає структурно-функціональну взаємодію основних компонентів підготовки (цільового, теоретико-методологічного, організаційно-змістового, процесуально-діяльнісного, діагностичного та результативного).

Цільовий компонент охоплює мету і завдання підготовки майбутніх вчителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я. Мета є системотвірним елементом представленої системи, вона реалізується через комплекс завдань: засвоєння системи знань і формування умінь, що дозволять реалізувати стратегію збереження професійного здоров'я, забезпечать неперервне особистісно-професійне зростання; виховання ціннісного, відповідального ставлення до професійного здоров'я, переконання у необхідності здійснення педагогічної діяльності з найменшими втратами для власного здоров'я і без шкідливого впливу на здоров'я учнів; виявлення внутрішнього потенціалу для особистісно-професійного зростання, здоров'ятворчої діяльності; ознайомлення з сучасними оздоровчими технологіями і системами, необхідними для підтримання і зміцнення професійного здоров'я і мінімізації впливу негативних професійних чинників; мотивування до пошуку власних систем оздоровлення; усвідомлення необхідності адаптуватися до професійної діяльності з опорою на свої сильні сторони; формування стійкості до негативних чинників професійної діяльності; здатності долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я; залучення студентів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я, активізація у них прагнення до самостійного проектування програм збереження професійного здоров'я. Для досягнення поставленої мети були комплексно задіяні всі інші компоненти системи підготовки.

Теоретико-методологічний компонент складає концептуальну основу системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я. Він ґрунтується на інтеграції філософських принципів і методологічних підходів, що визначають загальнонаукові

орієнтири реалізації теоретичних та практичних аспектів відображеної у моделі системи підготовки майбутніх учителів.

Моделювання системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я здійснювалося з дотриманням загальнодидактичних принципів (науковості, зв'язку з життям, систематичності і послідовності, свідомості та активності, доступності, міцності, культуровідповідності, природовідповідності, професійної спрямованості, емоційності) і специфічних принципів (пріоритетності самопізнання і саморозвитку, інтегративності, індивідуалізації підготовки, комплексного підходу, суб'єктності, наступності і неперервності, зв'язку духовного, чуттєвого і фізичного, гармонізації всієї системи ціннісних орієнтацій, психологічного супроводу, здоров'язбережувальний принцип), що виступили своєрідними педагогічними імперативами при побудові системи і забезпечували врахування логічних основ теорії пізнання, закономірностей психічного розвитку у студентському віці, рівня розвитку психолого-педагогічної науки і стану практики підготовки фахівців у вищій школі, а також вимог до організації освітнього процесу, у т.ч. його побудови на здоров'язбережувальних засадах. Важливою умовою створення комплексної програми реалізації запропонованої нами системи є врахування принципу обмеження наукової компетенції (психолого-педагогічної компетенції у питаннях здоров'я).

Теоретико-методологічний компонент також відображає обов'язковий елемент при формуванні системи підготовки студентів до збереження і зміцнення професійного здоров'я – об'єктивні, суб'єктивні та суб'єктивно-об'єктивні фактори й умови, що детермінують розкриття потенційних можливостей особистості у процесі підготовки, її особистісно-професійний розвиток, формування готовності до здоров'ятворчої діяльності.

Особлива увага приділялась обґрунтуванню комплексу психолого-педагогічних умов, які спеціально конструюватимуться з метою впливу на протікання процесу і цим визначатимуть якість підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я. Такими умовами є: 1) формування емоційно-ціннісного, відповідального ставлення студентів до професійного здоров'я; 2) формування педагогічної спрямованості майбутніх учителів, їх мотивації до особистісно-професійного зростання, бажання зберігати «професійну форму», орієнтації на творчість у професії; 3) актуалізація питань, пов'язаних з проблемою професійного здоров'я у процесі вивчення

психолого-педагогічних дисциплін, зміст яких становить основу формування психолого-педагогічної компетентності, професійної спрямованості і творчості; 4) реалізація інноваційних технологій, активних методів взаємодії, спрямованих на самопізнання і саморозвиток, формування суб'єктної позиції студента як носія розумного способу життя; 5) сприяння продуктивній адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищій школі, «входженню» у професію вчителя через використання предметного поля курсу «Вступ до педагогічної професії»; 6) створення психологічно безпечного освітнього середовища у вищому навчальному закладі, спрямованого на розвиток гармонійної, здорової, соціально успішної особистості, здатної протистояти негативним факторам педагогічної діяльності, конструктивно долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я. Реалізації визначених психолого-педагогічних умов сприяють наявність здоров'язбережувального освітнього середовища у вищому навчальному закладі, сприятливого психологічного клімату у студентській групі, професійно-акмеологічна позиція викладача.

Організаційно-змістовий компонент передбачає обґрунтування основних етапів (мотиваційно-діагностичного, пізнавально-формульовального і практико-творчого) та змісту підготовки студентів до діяльності у визначеному вище напрямі. Основу змісту підготовки складає комплексна програма, що спрямована на формування стратегії збереження професійного здоров'я, підвищення рівня професійної стресостійкості і гармонізацію особистості студентів через формування їх саногенного мислення, індивідуального стилю педагогічного спілкування та актуалізацію їх духовно-творчого потенціалу.

Процесуально-діяльнісний компонент передбачає шляхи реалізації комплексної програми (сутнісні характеристики технології підготовки, форми, методи, засоби навчання). Основними шляхами реалізації комплексної програми підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я є: лекційно-просвітницька робота, практичні заняття, індивідуально-консультативна методична робота, виконання студентами системи спеціально розроблених завдань під час педагогічної практики, самостійна та науково-дослідна робота студентів, тренінгова практика.

Формувальному та корекційному впливу у процесі реалізації програми слугував розроблений нами психолого-педагогічний тренінг, побудований на принципах активного соціально-психологічного навчання й орієнтований на особистісне зростання студентів. Він

спрямований на: розвиток адекватної самооцінки; формування позитивної Я-концепції, асертивної поведінки; формування рефлексії, вміння розпізнавати свій емоційний стан, мотиви поведінки, наслідки вчинків; профілактику соціально і професійно небажаних якостей, деформацій, деструктивних змін особистості, формування саногенного мислення; розвиток умінь саморегуляції емоційних станів; розвиток готовності до саморозвитку, самореалізації у сфері професійної діяльності; формування індивідуального стилю педагогічного спілкування. Розроблений психолого-педагогічний тренінг є ефективним засобом запобігання виникненню професійного стресу, профілактики «емоційного вигорання», гармонізації особистості майбутніх учителів.

Упровадженню комплексної програми підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я сприяє педагогічна технологія, що має інтегративний характер, оскільки враховує поєднання педагогічних, психологічних й акмеологічних впливів, що спрямовані на: самопізнання і саморозвиток особистості студента в умовах освітнього процесу; актуалізацію і супровід особистісно-професійного зростання і саморозвитку майбутніх учителів, актуалізацію і перетворення їх внутрішнього світу; стимулювання у досягненні «акме» на етапі професійної підготовки: виховання ціннісного і відповідального ставлення до власного професійного здоров'я, підвищення адаптаційних можливостей майбутніх учителів; зміну в інтелектуальній, емоційній та поведінковій сферах особистості. Аспектами реалізації інтегративної педагогічної технології виступають акмеологічні технології навчання та психоконсультування, технології ігromodelювання, технології розвитку аутопсихологічної компетентності, а також «тонкі» методи цілеспрямованого психологічного впливу на мотиваційну сферу особистості, що дають змогу керувати здоров'ятворчою діяльністю майбутніх фахівців.

Діагностичний компонент системи підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення здоров'я полягає у моніторингу процесу реалізації комплексної програми підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я та простеженні динаміки формування компонентів готовності студентів до такого виду діяльності.

Результативний компонент у пропонованій нами моделі передбачає аналіз результатів упровадження комплексної програми та ефективності розробленої системи підготовки майбутніх учителів до діяльності зі збереження і зміцнення здоров'я. Узагальненим показником

ія
її,
ли
й,
то
ж
ої
то
м
ли

ів
на
ня
а:
то
і
іх
ті
то
іх
па
ої
її
я,
і»
ую
ю

ю
у
ю
ли

.
іє
гі
зі
м

результативності і якості цієї підготовки слугує сформованість готовності студентів до визначеного виду діяльності.

2. Готовність до збереження і зміцнення професійного здоров'я як узагальнений результат здоров'яформувальної педагогічної освіти

Готовність до збереження і зміцнення професійного здоров'я є узагальненим результатом процесу підготовки у визначеному аспекті. Вона виявляється у готовності піклуватися про свій психічний і фізичний статус, готовності оздоровити свій спосіб життя, готовності до самореабілітації, готовності запровадити оздоровчу парадигму у власне життя і професійну діяльність.

Багато вчених результатом здоров'яформувальної освіти у вищій школі вважають розвинуту готовність до діяльності, спрямовану на здоров'я: В. Бобрицька (готовність до реалізації здорової життєдіяльності своєї та інших), Я. Герчак (готовність студентів до здоров'язбереження), Т. Гіголаєва, А. Левченко (готовність до реалізації здорового способу життя), Л. Мінеєва (готовність до проектування здоров'язбережувального педагогічного процесу), І. Пічугіна, І. Кувшинова (готовність майбутнього вчителя до здійснення здоров'язбережувального експерименту) тощо.

В. Бобрицька [1], досліджуючи проблему формування здорового способу життя майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук, розробила модель формування здорового способу життя студентів педагогічних ВНЗ, яка охоплює чотири взаємозв'язані компоненти: мотиваційний, когнітивний, операційно-діяльнісний, професійно-технологічний. Результатом і головною метою реалізації моделі є формування готовності до організації здорової життєдіяльності своєї та інших на етапі навчання та у професійній діяльності. При цьому готовність авторка дисертаційного дослідження розглядає як інтегральне утворення особистості, що забезпечує її здатність до набуття знань і досвіду вдосконалення (корекції) життєдіяльності на засадах здорового способу життя як життєвої і професійної перспективи.

Вартим уваги є підхід Є. Романової, яка розглядає готовність до професійної діяльності на двох рівнях: загальна, генералізована особистісна готовність та «спеціальна» професійна готовність, що виступає як своєрідний синтез психологічних феноменів та понять на різних рівнях становлення професіонала [5, с. 349]. Категорія «готовність до професійної діяльності» враховує і профпридатність

суб'єкта професійної діяльності, і його спрямованість, і його професійну підготовленість, і його психічні стани [5, с. 341]. До такого розуміння сутності готовності подібною є і наша позиція. З огляду на це, готовність учителя до збереження і зміцнення професійного здоров'я ми розглядаємо як частковий прояв готовності фахівця до професійної педагогічної діяльності. Тому вивчення змісту і структури цього феномена здійснено саме з таких міркувань.

На основі вивчення феномена «готовність до професійної діяльності», специфіки педагогічної діяльності і професійного здоров'я вчителів, особливостей діяльності щодо його збереження і зміцнення поняття «готовність до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я» трактуємо як складне системне утворення, комплекс психологічних характеристик особистості, що забезпечують успішність цієї діяльності. Це поняття охоплює:

- стійку орієнтацію студентів на здоров'я як найвищу цінність і умову ефективності педагогічної діяльності, якості професійного життя; власну позицію щодо його збереження і зміцнення (система професійних мотивів, інтересів, цінностей, прагнень, установки на реалізацію проблем цього виду);

- знання природи, труднощів педагогічної діяльності, чинників професійного здоров'я – нездоров'я вчителів, основ здоров'я-збережувальної діяльності, шляхів і засобів збереження і зміцнення здоров'я;

- розвиток особистого досвіду і засвоєння технологічної культури, технологій збереження і зміцнення професійного здоров'я, технологій самооздоровлення і самоцілення (самореабілітації);

- розвиток психологічної системи регуляції педагогічної діяльності, зокрема, професійні здібності і професійно важливі якості, що необхідні для успішного здійснення діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я;

- формування стійких функціональних (емоційних) станів, що забезпечують психологічну стійкість у процесі діяльності у визначеному напрямі, при зустрічі з професійними труднощами, перешкодами тощо;

- оцінку своїх можливостей у зіставленні з можливими труднощами у процесі педагогічної діяльності, діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я; усвідомленість про істинний стан свого здоров'я, причинах його погіршення, шляхах і засобах його збереження

го
го
на
го
до
ли

ої
'я
зя
зя
я,
ть

і
го
ла
на

ів
я-
зя

и,
її

гі,
до
і

до
у
и,

и
зя
го
зя

і зміцнення; уміння аналізувати й оцінювати результати власної здоров'ятворчої діяльності, рівень підготовленості до неї.

Готовність до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я має складну структуру, між компонентами якої існують різнорівневі і багатозначні зв'язки. Компонентами досліджуваного виду готовності є: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, операційно-діяльнісний, емоційно-вольовий, рефлексивно-оцінний. Варто зазначити, що готовність до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я є цілісним утворенням і для її формування необхідно кожний компонент розглядати у структурі цілого та у вимірі тих функцій, які він виконує в утворенні цілого.

Ціннісно-мотиваційний компонент досліджуваної готовності відображає ті її змістові феномени і поняття, які належать до мотиваційної сфери особистості майбутніх учителів і характеризує їх ціннісні орієнтації. Цей компонент готовності охоплює такі показники: усвідомлення цінності здоров'я як найважливішого життєвого і професійного пріоритету; потреба у збереженні і зміцненні професійного здоров'я; визнання власної відповідальності й активної ролі у збереженні і зміцненні професійного здоров'я; потреба у знаннях і практичних уміннях, необхідних для збереження і зміцнення професійного здоров'я; усвідомлення необхідності проектування життєвих і професійних устремлень, що є основою способу і стилю життя, побудови індивідуальної стратегії збереження і зміцнення професійного здоров'я; прагнення до особистісно-професійного зростання як чинника збереження професійного здоров'я; усвідомлення необхідності долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я.

Загалом ціннісно-мотиваційний компонент готовності, що вивчається, проявляється як сукупність вибіркових ціннісних ставлень, які відображають цілі поведінки майбутнього вчителя щодо збереження і зміцнення професійного здоров'я. Ціннісне ставлення до професійного здоров'я можна розглядати як загальну ознаку цього компонента готовності.

Стійка спрямованість особистості майбутнього учителя на діяльність зі збереження і зміцнення професійного здоров'я неможлива без теоретичної орієнтації у визначеному аспекті діяльності і формується, головним чином, на основі знань про педагогічну діяльність, її природу, особливості, труднощі; про професійне здоров'я, його специфіку, фактори, що визначають його, шляхи і способи його забезпечення. Виходячи з цього, у структурі готовності майбутніх

учителів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я виокремлено когнітивний компонент. На основі аналізу сутності і специфіки професійного здоров'я, чинників, що його визначають, особливостей діяльності з його збереження і зміцнення виявлено ознаки, які характеризують зміст когнітивного компонента досліджуваної готовності: знання сутності, функцій, структури, специфіки професійного здоров'я як складника загального здоров'я вчителя; знання особливостей взаємозв'язку професійної діяльності і професійного здоров'я, можливостей збереження здоров'я в умовах педагогічної діяльності; знання чинників професійного здоров'я вчителів; знання основних підходів, принципів, засобів, форм, методів і прийомів збереження і зміцнення професійного здоров'я; знання технік і технологій збереження і зміцнення професійного здоров'я, технологій самооздоровлення, самозцілення, самореабілітації; сформованість саногенного мислення майбутніх учителів.

Когнітивний компонент досліджуваної готовності передбачає сформованість системи знань про професійне здоров'я, шляхи його збереження і зміцнення. Тому загальним показником цього компонента є обізнаність студентів у визначеному аспекті діяльності, що є необхідною умовою побудови індивідуальної стратегії збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Діяльність учителя зі збереження і зміцнення професійного здоров'я передбачає активізацію всієї сукупності його знань, зіставлення їх з розв'язанням конкретних проблем здоров'ятворення, подолання професійних труднощів, трансформацію у способи діяльності. Таке перетворення знань означає, з одного боку, їх синтез і об'єднання навколо певної проблеми, а, з іншого, – переведення їх на мову практичних дій. У практичній діяльності цей процес відбувається через систему вмінь і на основі функціональної системи психічної регуляції діяльності, в яку входять, насамперед професійно значущі якості особистості майбутніх учителів та їх здібності. Забезпечуючи операційний бік діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я, вищеназвані феномени утворюють операційно-діяльнісний компонент готовності до збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Цей компонент передбачає наявність комплексу вмінь: уміння визначати цілі діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я, способи її здійснення, прогнозувати кінцевий результат; уміння діагностувати стан професійного здоров'я, аналізувати

отримані дані, прогнозувати потрібні заходи щодо збереження і зміцнення професійного здоров'я на близьку і далеку перспективу, що є основою побудови індивідуальної стратегії підтримання професійного здоров'я; володіння технологіями і техніками збереження і зміцнення професійного здоров'я, методиками самопомоги; уміння долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я; уміння вести розумний спосіб життя, раціонально організувати власну діяльність і відпочинок, уміння реалізувати знання про збереження і зміцнення здоров'я у повсякденній діяльності. Важливо зазначити, що володіння системою професійно важливих умінь на високому професійному рівні можливе за умови сформованості відповідних професійно значущих якостей і спеціальних здібностей, а також професійного мислення, яке повинно бути позитивним і саногенним.

Оскільки операційно-діяльнісний компонент досліджуваної готовності проявляється у діяльності, то його критерієм є досвід майбутнього вчителя, а загальним показником сформованості цього компонента готовності можна вважати рівень володіння технологічною культурою у визначеному аспекті діяльності, вміннями зберігати і зміцнювати професійне здоров'я.

Розглянуті вище компоненти готовності характеризують підготовленість майбутніх учителів до здійснення діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я, відображаючи, у цілому, сформованість системи їх професійно важливих якостей, яку потрібно привести у рух, активізувати. Тому доцільно виокремити ще один компонент готовності, який характеризує психологічні функціональні стани людини – емоційно-вольовий. Цей компонент готовності виступає як генералізований психологічний стан майбутніх учителів, як загальна налаштованість на «зустріч» з труднощами педагогічної діяльності, труднощами і перешкодами, пов'язаними зі збереженням і зміцненням професійного здоров'я. Він забезпечує емоційну стійкість учителя, витримку, відсутність почуття страху при зустрічі з труднощами професійної діяльності, впевненість у собі, установку на активні та цілеспрямовані дії, самооптимізацію, налаштування на позитивне сприйняття навколишнього і себе, самоконтроль та управління власним станом і поведінкою в умовах педагогічної діяльності.

Емоційно-вольовий компонент готовності до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я вміщує такі показники: позитивне

емоційне ставлення до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я; мобілізацію, самоконтроль та управління власним станом і поведінкою в умовах педагогічної діяльності, що є основою формування професійної стресостійкості; установку на переборення професійних труднощів і перешкод на шляху до досягнення оптимального рівня професійного здоров'я; сформованість вольових якостей та якостей, що забезпечують цілеспрямовану діяльність зі збереження і зміцнення професійного здоров'я; впевненість у своїх силах щодо збереження і зміцнення професійного здоров'я. Загальною ознакою цього компонента готовності є емоційно-вольова регуляція діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я.

У структурі готовності майбутніх учителів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я виокремлено рефлексивно-оцінний компонент. Він передбачає зверненість свідомості майбутнього вчителя на самого себе, самопізнання вчителем власного внутрішнього світу й осмислення себе з позиції інших, усвідомлення своїх біологічних, соціальних, психологічних і духовних можливостей, нерозкритих потенцій. У рефлексивно-оцінний компонент входить і формування особистості професійної самосвідомості майбутніх учителів, їх аутопсихологічної компетентності, вміння зіставити вимоги професії з особливостями своєї особистості, станом професійного здоров'я, рівнем підготовки тощо. Цей компонент досліджуваної готовності має такі показники: усвідомлення себе суб'єктом діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я; усвідомлення причин професійного нездоров'я суб'єктивного характеру; усвідомлення рівня своїх можливостей і вмінь, необхідних для досягнення оптимального стану професійного здоров'я; знання про свої генетичні, фізіологічні можливості, пізнання своїх сильних і слабких сторін; уміння адекватно оцінювати свої сили, резерви організму, щоб раціонально використовувати і грамотно ними керувати; уміння самоаналізу, самооцінки, саморегуляції діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Узагальненим показником рефлексивно-оцінного компонента готовності до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я є сформованість внутрішньої картини професійного здоров'я.

Виокремлені системні блоки особистісних характеристик майбутніх учителів (компоненти готовності) знаходяться у тісному зв'язку і динамічній взаємодії. У єдності їх можна розглядати як своєрідну

МС
пр

м
н
зс
ві
п
зс

го і
ня
их
ня
цо
ня
і
та
і
зі
но
ть
зм
х,
их
ий
юї
юї
ми
ки
и:
ня
'я
і
го
ня
и,
ми
зі
та
го
ї.
їх
і
ну

модель готовності до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я (рис. 2).

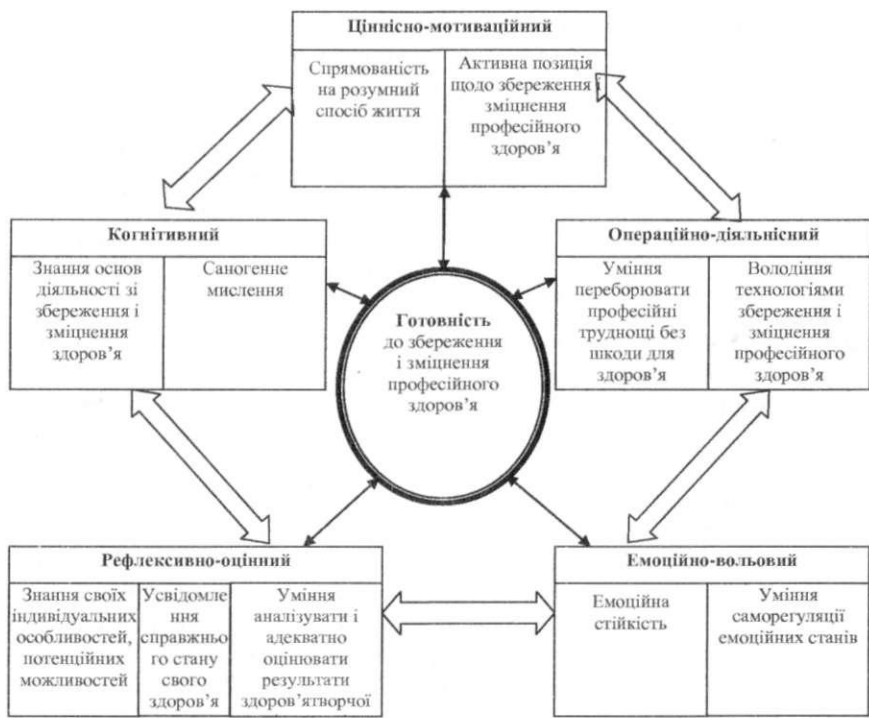


Рис. 2. Компоненти готовності майбутніх учителів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я

Системотвірним компонентом цієї готовності є ціннісно-мотиваційний, який передбачає усвідомлення цінності здоров'я як найважливішого життєвого і професійного пріоритету, потребу у збереженні і зміцненні професійного здоров'я, визнання власної відповідальності й активної ролі у підтриманні «професійної форми», прагнення до особистісно-професійного зростання як чинника збереження професійного довголіття.

Узагальненими індикаторами досліджуваної готовності є сформованість стратегії збереження і зміцнення професійного здоров'я, професійної стресостійкості майбутніх учителів.

Професійна стресостійкість визначає здатність протистояти стресовому впливу, негативним чинникам педагогічної діяльності, стресогенним ситуаціям, долати професійні труднощі без шкоди для здоров'я і виконуваної діяльності, вміння знаходити власні ресурси у складних умовах. Стратегія збереження професійного здоров'я як інтегральна характеристика діяльності майбутніх учителів ґрунтується на пріоритеті здоров'я як вищої цінності і визначається продуманим вибором головного напрямку і способу життя, етапів їх досягнення і співпорядкування цих етапів, що забезпечує високу працездатність і творче професійне довголіття. Вона передбачає планування процесу збереження і зміцнення здоров'я, підтримання працездатності, «професійної форми» на основі обґрунтованих і далеких прогнозів.

Виокремлені ознаки (загальні показники) кожного компонента готовності достатньо повно відображають зміст досліджуваного явища і дають змогу його всебічно оцінювати.

Висновки. Отже, важливим компонентом цілісної системи професійної підготовки майбутніх учителів є підготовка до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я. Цілеспрямована підготовка майбутніх учителів у цьому напрямі має бути орієнтованою на розкриття всіх граней індивідуальності майбутнього вчителя, його особистісно-професійне зростання і самореалізацію, формування активної позиції і світоглядно-оздоровчої лінії поведінки на основі принципів «пізнай себе, створи себе, оздоров себе сам» та «здоров'я – через розумний спосіб життя», забезпечувати готовність до здоров'ятворчої діяльності.

Розроблена система підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я відображає структурно-функціональну взаємодію основних компонентів підготовки (цільового, теоретико-методологічного, організаційно-змістового, процесуально-діяльнісного, діагностичного, результативного), принципів, детермінант (фактори, умови), етапів підготовки, критеріїв, показників визначення рівнів сформованості готовності до означеного виду діяльності. Запропонована система підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я реалізується на практиці через запровадження комплексної програми підготовки до діяльності у визначеному напрямі за допомогою інтегративної

е
я,
пти
ті,
для
і у
як
ся
им
я і
ь і
су
ті,
та
ща
ми
сті
на
ю
го
ня
ові
я –
до
я і
ю-
ки
го,
о),
їв,
го
лів
на
до
ної

педагогічної технології та створення відповідних психолого-педагогічних умов.

Підготовка майбутніх учителів до діяльності зі збереження і зміцнення професійного здоров'я передбачає, насамперед, формування готовності як первинної функціональної умови такої діяльності. Готовність до збереження і зміцнення професійного здоров'я є узагальненим результатом підготовки майбутніх фахівців у визначеному напрямі. Виокремлені загальні ознаки (критерії) і показники дають змогу оцінити рівень готовності майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я, при потребі внести корективи у процес її формування.

Ефективність пропонованої системи підготовки оцінюється за статистичною значущістю прогресивних змін, що відбуваються у показниках компонентів досліджуваної готовності. Важливим результатом упровадження комплексної програми підготовки є її корекційний ефект, що передбачає покращення показників професійного здоров'я та формування пов'язаних з цим професійно значущих якостей майбутніх учителів.

Література:

1. Бобрицька В.І. Професійно орієнтований контекст як засіб формування здорового способу життя майбутніх учителів / В.І. Бобрицька // Зб. наук. пр. ПДПУ ім. В.Г. Короленка. Серія «Педагогічні науки». – Вип. 7(46). – Полтава, 2005. – С. 220-228.
2. Бурлачук Л.Ф. Психология жизненных ситуаций : [учебное пособие] / Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова. – М. : Рос. пед. агентство, 1998. – 263 с.
3. Митина Л.М. Концепция профессионального долголетия / Л.М. Митина // Директор школы. – 1998. – № 5. – С. 31-36.
4. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя / Л.М. Митина. – М. : Флинта, 1998. – 200 с.
5. Романова Е.С. Психология профессионального становления личности : дисс. ... д-ра психол. наук / Е.С. Романова. – М., 1992. – 611 с.