

Ю. А. Бунда

УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Под профессиональным здоровьем понимается комплексное физическое, психическое, духовное, социальное состояние специалиста, обеспечивающее ему активное, продуктивное выполнение профессиональных функций, а также устойчивость к негативным факторам профессиональной среды. В педагогической профессии забота специалиста о собственном здоровье играет ключевую роль, так как педагог несет высокую моральную ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников и обязан находиться в хорошей физической и психической форме.

Для выявления состояния профессионального здоровья учителей иностранного языка отечественных школ мы провели опрос студентов 1–5 курсов МГЛУ ($n = 100$), которым предлагалось вспомнить свои школьные годы и оценить частотность проявления нарушений различных аспектов здоровья у своих школьных учителей иностранного языка (ИЯ). Опрос показал, что, по воспоминаниям студентов, их учителя ИЯ в основном редко (37 %) и иногда (31 %) отсутствовали на уроках из-за болезни, что свидетельствует о их удовлетворительном соматическом здоровье. Что касается психического здоровья педагогов, то, по воспоминаниям студентов, учителя ИЯ проявляли умеренное раздражение деятельностью учащихся: часто (25 %), редко (27 %), иногда (28 %). В подавленном состоянии своих учителей ИЯ иногда видели 31 % студентов, редко – 24 % и никогда – 22 % опрошенных.

Анализируя психологические аспекты здоровья учителей ИЯ, студенты указали, что случаи, когда учитель без энтузиазма проводил занятие и жаловался на усталость, происходили в основном иногда (31 %) или никогда (27 %). В то время как в организации внеклассных мероприятий с учащимися и коллегами учителя ИЯ участвовали редко (24 %), иногда (26 %) и никогда (29 %).

По воспоминаниям студентов, большинство педагогов проявляли интерес к собственному здоровью. 43 % респондентов охарактеризовали отношение учителей ИЯ к своему здоровью как внимательное, 40 % – как заинтересованное, 37 % – как ответственное. Отношение учителей ИЯ к здоровью учащихся студенты оценили как заинтересованное (41 %) и внимательное (40 %).

Подводя итог сказанному, подчеркнем, что несмотря на в целом благополучную картину состояния профессионального здоровья отечественных учителей ИЯ, для профилактики их профессионально-педагогических заболеваний необходимо организовать комплексную систему мер, интегрирующую усилия государства, учреждения образования и самого педагога по укреплению здоровья на четырех уровнях: телесном, эмоциональном, смысловом и поведенческом.