

* Концепция «профессиональное здоровье»»

Презентацию подготовила доцент каф.

«Психологии образования и педагогики» СПбГУ

Канд. психол. наук Петанова Е.И.

* Профессиональное здоровье - структурный компонент, охватывающий физический, психический и социальный статус организма и личности человека.

*

* В интегральном варианте профессиональное здоровье - это способность человеческого организма сохранять компенсаторные и защитные свойства, обеспечивающие работоспособность в условиях профессиональной деятельности.

* **В.А.Пономаренко и А.Н.Разумов (1997)**
авторы концепции
«**профессиональное здоровье**»

* При умственном и эмоциональном напряжении часто происходит нарушение сбалансированного взаимодействия моторных и вегетативных функций как результат того, что под влиянием биологических и семантически значимых факторов в условиях трудовой деятельности снижается эффективность саморегулирующих механизмов (формируется утомление).

* **Ситуационные нарушения**

* Профессиональное здоровье есть нормативное гомеостатическое состояние психофизиологических и психологических параметров и функций, свойств и качеств, позволяющих человеку эффективно решать задачи своей профессии.

* **Определение из валеологии**

* Необходимость в профилактике нарушений уровня интеллектуального и эмоционального напряжения преподавателей, относительно адекватного профессиональной необходимости, связана с постоянным напряжением психофизиологических регуляторных механизмов и, соответственно, с повышением физиологической стоимости трудового процесса преподавателя

* Психологическое здоровье преподавателей

* Проблематика профессионального здоровья преподавателей

* Изучается специалистами в рамках медико-биологических и психолого-педагогических, психолого-социальных исследований

* (Анисимова О.А; Антомонов Ю.Г., Котова А.Б., Белов В.М., Гонтарь М. Никифоров Г.С.; Плесовских О.А., Стригулина Е.Ю.)

* Подтверждением этого служили констатированные при обследовании изменения мимики, речи, жестов, двигательных актов преподавателя к моменту окончания лекции.

* элементы феномена психического истощения

* Посредством психометрических проб были выявлены признаки утомления центральной нервной системы особенно в старшей группе преподавателей, и не только по обобщенным показателям, но и по параметрическим критериям количественных изменений интенсивности умственной работоспособности и пропускной способности зрительного анализатора.

*** Психологическая диагностика нарушений когнитивных процессов**

* Характер изменений умственной работоспособности является подтверждением данных физиолого-эргономического анализа лекционного труда как высоконапряженного с выраженным прогнозом роста его физиологической стоимости и соответственно риска для здоровья.

*** Высокая физиологическая стоимость труда преподавателя вуза как мера физиологических затрат и функционального напряжения регуляторных систем организма**

* «ПЗП» - способность организма в процессе возрастно-стажевых изменений сохранять основные параметры соматических и вегетативных функций, обеспечивающих интеллектуальную работоспособность, стабильное состояние центральной нервной системы, минимальную физиологическую стоимость профессиональной деятельности и творческое долголетие.

* «профессиональное здоровье преподавателя вуза» (Рыжов А.Я., 2004)

* Психологическое здоровье преподавателей обуславливается «внешними» и «внутренними» факторами риска здоровья:

* условиями его труда,

* условиями среды, в которой он работает,

* отношением к своей профессиональной деятельности.

*** Факторы риска психологического здоровья преподавателей**

* «ПЗП» - «это не есть отсутствие конфликтов, фрустраций, проблем, оно означает скорее зрелость, сохранность и активность механизмов личностной саморегуляции, обеспечивающих полноценное человеческое функционирование».

* **Л.М.Митина : определение психологического здоровья**

* Отсутствие в течение всей трудовой жизни постоянного режима дня вследствие изменения расписания занятий по полугодиям и наличия двусменной работы. Отсутствие постоянства распорядка труда сказывается на режиме питания и отдыха, что способствует возникновению переутомления и истощению функций центральной нервной системы.

* **психофизиологические факторы риска, связанные с особенностями труда преподавателя (Копкарева О.О., 1999)**

- * Отсутствие физического компонента в работе.
- * Создается своеобразный первый «порочный круг»: гиподинамия ввиду профессиональных особенностей труда преподавателя, снижение функций скелетных мышц в результате умственной работы и отсутствие потребности в двигательной активности из-за возрастных особенностей организма после окончания периода роста, а также в результате комфорта современной жизни (транспорт, лифты, механизация трудоемких работ и др.).
- * **Особенно характерно влияние данного фактора для мужского организма.**

- * У начинающих преподавателей максимальное увеличение обмена веществ в первый год работы повышается на 90% после одной лекции.
- * В течение всего учебного года у педагогов постоянно повышенный обмен веществ: неслучайно продолжительность рабочего дня преподавателя не должна превышать 6 часов.
- * Известно, что функция обмена веществ регулируется щитовидной железой. В связи с этим можно предположить, что повышенная функция последней у преподавателей будет приводить к более частым случаям декомпенсации.

*** Постоянно повышенный общий обмен веществ.**

* Постоянный самоконтроль, творческий характер деятельности, психофизиологическое напряжение, связанное, в том числе, с ежегодной сменой студентов. При внешней кажущейся аналогии каждый новый состав студентов имеет свои внутренние особенности, что вызывает необходимость творческого подхода независимо от индивидуальных особенностей педагога.

*** Эмоционально когнитивные факторы риска психофизических нарушений**

* Профессиональной особенностью труда преподавателя является постоянная нагрузка на голосовой аппарат.

* Статистически зарегистрирована достоверная повышенная заболеваемость горла (ларингит) и различные воспаления дыхательных путей.

* Профзаболевания

- * В связи с тем, что преподается конкретная дисциплина, преподаватель проверяет повторяющиеся многократно письменные задания по данной дисциплине, проводит экспертизу ответов студентов на зачетах и экзаменах то имеет место *избирательная и повторяющаяся нагрузка на одни и те же центры коры больших полушарий*.
 - * Обычно компенсаторные возможности коры мозга маскируют это явление, между тем как гибель нервных клеток постоянно перегруженных нервных центров (одних и тех же) является установленным фактором.
 - * Другие клетки коры берут на себя функцию взамен погибших, однако, с возрастом эти компенсаторные возможности снижаются, особенно после 50 лет, что вызывает трудности перехода опытных преподавателей на новые учебные программы (например, модульного типа с компетентностными критериями эффективности обучения).
- * **Когнитивное выгорание**

**Благодарю за
внимание к
предложенной
информации*