

Суб'єктність як основа психологічного супроводу забезпечення професійного здоров'я майбутніх спеціалістів

І.А. Бурлакова

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри управління банківською безпекою, Університет банківської справи Національного банку України

У статті порушено питання щодо психологічного супроводу забезпечення професійного здоров'я студентської молоді засобами фізичної культури, фізичного виховання. Суттєвий акцент зроблено на стані репродуктивного здоров'я майбутніх спеціалістів як вагомого чинника їхньої професійної надійності. Результативність у вирішенні зазначеного завдання полягає в розвиткові взаємин «викладач – студент», що базуються на принципі суб'єктності. Отже, суб'єктність розглядається як важлива умова формування фізичної культури студентів, здорового способу життя, ціннісного ставлення до життя, професійного здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, професійне здоров'я, суб'єктність, фізична культура.

В статье рассмотрен вопрос психологического сопровождения профессионального здоровья студенческой молодежи средствами физической культуры, физической подготовки. Значительный акцент сделан на состоянии репродуктивного здоровья будущих специалистов как наиболее важном факторе их профессиональной надежности. Результативность в решении поставленной задачи заключается в самой сути взаимоотношений «преподаватель – студент», основывающихся на принципе субъектности. Итак, субъектность рассматривается как важнейшее условие формирования физической культуры студентов, здорового образа жизни, ценностного отношения к жизни и профессиональному здоровью.

Ключевые слова: здоровье, профессиональное здоровье, субъектность, физическая культура.

The article discusses the psychological support of occupational health of students by means of physical culture, physical education. Considerable emphasis was done on the reproductive health status of future professionals as the most important factor in the professional reliability of future specialists. Effectiveness in the resolution of the problem lies in the very substance of the relationship, «teacher-student», based on the principle of subjectivity. Thus, subjectivity is considered as the most important condition for the formation of physical training of students, a healthy lifestyle, value attitude to life and occupational health.

Keywords: health, occupational health, subjectivity, physical culture.

Постановка проблеми

Численні дослідження свідчать про погіршення професійного та репродуктивного здоров'я молоді, у тому числі студентства (майбутніх спеціалістів). Науковці все частіше обстоюють думку щодо зв'язку між показниками здоров'я і морально-ціннісними уявленнями суспільства.

Передусім слід зазначити, що проблема моральності як психологічної властивості особистості є вкоріненою в культуру спільноти й віддзеркалює її ставлення до цінностей, норм. На думку О. Меня, «форми культури визначаються в першу чергу тим, як сприймає людина навколишній світ, якою вона вважає себе, власне жит-

тя, які етичні принципи керують її вчинками, які ідеали надихають її на творчість. Тобто, культура, насамперед, зароджується в підвалинах того, що можна назвати релігією в широкому сенсі слова» [5].

Звернення до визначень поняття «духовність» демонструє їхнє розмаїття та протиріччя. За висловами І. Канта, духовність постає поряд із почуттям морального обов'язку. Водночас Ф. Шляйермахер пов'язує це поняття з почуттям залежності, С. Рейнак вважає за необхідне розглядати духовність як сукупність сумлінних почуттів [5].

Відтак духовність як особистісна властивість людини й суттєва складова самосвідомості індивіда є віддзеркаленням внутрішніх цінностей і моральних установок індивіда та водночас відчуття впливу культурного середовища, спільноти, у межах якої відбувається формування свідомості особистості та засновуються підвалини її майбутніх вчинків і ставлення до себе, власного здоров'я й оточуючих. Саме духовність або моральні переконання особи творять її особистий стиль життя.

На наш погляд, становленню духовності сприяє суб'єктність у взаєминах «викладач – студент». Тобто ставлення з повагою і сприймання з позицій цінностей суб'єктів педагогічного процесу створює сприятливі передумови формування культури майбутнього спеціаліста і як її вагомої складової – професійного здоров'я майбутнього спеціаліста.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Питання професійного здоров'я вивчали багато вітчизняних і зарубіжних учених, серед яких: В.М. Бехтерев, Ю.І. Кундієв, Г.М. Мешко, О.І. Мешко, Н.В. Назарчук, А.М. Нагорна, Г.С. Нікіфоров, Т.В. Форманюк та інші. Проте аналіз наукових робіт вказаних авторів свідчить про відсутність дослідження питання професійного здоров'я майбутніх спеціалістів.

Не вирішені раніше частини загальної проблеми

Уперше досліджено психологічний супровід формування професійного здоров'я студентської молоді.

Формулювання цілей статті

Метою статті є визначення власне суб'єктності як важливої умови результативних взаємин «викладач – студент» і формування ціннісного ставлення у студентів до здоров'я в цілому та професійного зокрема.

Виклад основного матеріалу дослідження

Педагогічне творення стає парадигмальним шляхом, яким освіта може дійти до успішної реалізації програми збереження й укріплення здоров'я як в умовах навчання у вищій школі, так і в соціумі загалом.

Сутність зазначеної парадигми в тому, що викладач, як митець, відкриває себе через власну працю. Самовідкриття педагога відбувається через творення, створення самобутнього. Водночас, студент, майбутній спеціаліст, створюючи себе, відкриваючи себе, творить викладача.

Утім йдеться саме про суб'єктність викладача, що зумовлюється активністю, професійною свідомістю, пов'язаною зі здатністю до цілепокладання та рефлексії. Суб'єктність викладача передбачає вільність вибору та відповідальність за свій вибір і, насамкінець, прийняття власної унікальності. Тобто автентичність викладача виявляється в суб'єктності, коли індивід визнає себе автором власної долі, дій, діяльності, відповідальним за результати й наслідки цієї діяльності. Звісно, особистісна свобода є важливою рисою суб'єктності, але у вимірі моральному [1].

Окрім цього, чутливість до нового досвіду, гнучкість мислення також зумовлюють відчуття власної суб'єктності та є, власне, її передумовою. Сенситивність до нового досвіду передбачає можливість змінювання когнітивних конструктів, що є своєрідними фільтрами сприймання, розуміння та інтерпретування інформації, а також побудови схем поведінки особистості, її норм і цінностей.

Водночас суб'єктність стає можливою завдяки діалогічності, взаємодії з іншими. Саме інший суб'єкт віддзеркалює зміни, що відбуваються у самості індивіда. Дзеркальність дає змогу реагувати на влас-

ні зміни, відчувати їхню якість і бажаність. Більше того, саме іншість дає змогу відчувати власну самість, а функція іншого підтверджує реальність власного існування.

Вихідним положенням суб'єктності є саморозвиток особистості. Тобто усвідомлення власної автентичності засновується на розумінні суб'єктності іншого (інтеріоризація зовнішнього досвіду суб'єктності), а його подальша екстеріоризація пов'язується з осяжністю «Я» й створенням внутрішніх умов для засвоєння нового досвіду. Цікаво, що зациклованість на етапі – «Інший» означає втрату себе або власної суб'єктності. Натомість фіксованість на власному «Я» призводить до втрати суб'єктності іншого, а втім і власної.

Тому найважливішим у розвитку особистості є ставлення однієї людини до іншої. Порушення цього відношення призводить до оформлення деструктивності особистості. Внутрішній план індивіда забезпечує здатність людини до саморозкриття, віднайдення як власної суб'єктності, так і суб'єктності іншої людини; ставлення до іншого як самоцінності виступає суттєвим аспектом суб'єктності; здатність до децентрації, самопожертвування й любові як засіб реалізації цього ставлення; творчий характер життєдіяльності; потреба в позитивній свободі; здатність до власного волевиявлення; можливість самопроекування майбутнього, вірування у здійсненність запланованого; внутрішня відповідальність; спрямованість до смислоутворення власного життя – усе це є передумовами й сутністю суб'єктності індивіда.

Безперечно, суб'єктність виявляється й у професійній діяльності особистості. Професійна самосвідомість викладача як чинник суб'єктності розкривається у трьох змістових: професійній діяльності, педагогічному спілкуванні й особистості викладача. Виходячи з цього, пропонується структура професійної самосвідомості. У межах когнітивного компонента слід розглядати процес самопізнання та його результат – систему знань про себе, яка індукується в «образ Я» як професіонала-педагога. «Образ Я» виступає узагальненою системою уявлень про власну особистість, що

створюється в процесі усвідомлення себе в педагогічній діяльності, педагогічному спілкуванні й особистісному розвитку.

Афективний компонент професійної самосвідомості характеризується сукупністю трьох видів ставлення педагога – до системи власних педагогічних дій, системи взаємовідносин зі студентами, до власних професійно важливих якостей та до себе як професіонала.

Психологічним механізмом компонента поведінки є задоволеність власною професійною діяльністю та собою. Так, саморегуляція виступає важливим компонентом професійної самосвідомості викладача.

Повертаючись до наголошеної проблеми професійної компетентності педагога в роботі зі студентами, слід підкреслити необхідність розроблення й упровадження цілеспрямованої програми підготовки майбутніх спеціалістів, що враховує спеціальні засоби підвищення самосвідомості студентів як майбутніх професіоналів, формування «образу Я» майбутнього професіонала.

Позаяк, суб'єктність викладача створюється в умовах взаємодії з безпосередніми суб'єктами педагогічної діяльності – студентами, слід наголосити саме на розвиваючій функції педагога. Якщо викладач постає своєрідним взірцем культури для студентів, тому що організовує розвиваюче середовище для майбутніх спеціалістів, то можна говорити, що суб'єктність імплікується й визначається медіаторськими можливостями викладача, тобто здатністю бути посередником й інтерпретатором таких близьких і водночас дистанційованих полюсів [9].

Суб'єктність викладача розкривається в реалізації педагогічної парадигми, за сутністю якої студент є об'єктом або суб'єктом педагогічного впливу чи діяльності викладача. Тобто якщо студент розглядається як об'єкт і продукт педагогічної діяльності, то важко говорити про суб'єктність узагалі, йдеться саме про маніпулятивний вплив. За умовами суб'єктності або суб'єктної парадигми освіта й педагогічна діяльність є освітнім процесом, що постійно розвивається, однак головний акцент робиться

на поширенні можливостей вибору власного життєвого шляху кожним учасником освітнього процесу. Тобто постає питання щодо можливостей оформлення картини світу майбутнім спеціалістом у сумісній діяльності з викладачами та одногрупниками. Отже, йдеться не про вплив, а про взаємодію як взаєморозкриття й розвиток обох суб'єктів педагогічної діяльності. Основними педагогічними цілями висуваються збереження здоров'я студентів, розвиток пізнавальної мотивації, вирішення життєдіяльнісних завдань як викладача, так і студентів. Особливої цінності в межах зазначеної парадигми набуває життєвий досвід студентів.

Насамперед проблема розвитку особистості й індивідуальності має найважливіше значення за сутністю цієї парадигми. Власне визнання унікальності психічної організації кожного індивіда, творчих можливостей людини, а також безмежність творчого потенціалу особистості до саморозвитку є центральними положеннями зазначеної парадигми й умовами суб'єктності викладача. А взаємна зумовленість діяльності викладача й студентів уможливають реалізацію цього парадигмального підходу [7].

Відомо, що ефективність педагогічної діяльності визначається продуктивністю учіння й навчання, тому викладач і студенти як суб'єкти педагогічної та навчальної діяльності становлять єдність. Суб'єктність педагога визначає ставлення до студента як до самоцінності та суб'єкта його власної навчальної діяльності, а також відношення викладача до себе як до суб'єкта власної педагогічної діяльності. Порушення змісту цієї парадигми призводить до унеможливлення формування суб'єктності викладача і студента як майбутнього спеціаліста.

Отже, підбиваючи підсумок, слід сказати, що досить часто викладачі вважають, що основним смыслом педагогічної діяльності є передача знань, а себе сприймають лише як специфічних ретрансляторів певної інформації. Не заперечуючи важливості методичної компетентності й ерудованості педагога. Слід зауважити, що лише готов-

ність викладача до саморозвитку, творчості, ставлення до себе як до діяча, який усвідомлює власну відповідальність за місію, що виконує перед студентами, собою, суспільством, створює основу для ефективної педагогічної діяльності. Отже, за виміром суб'єктності, професійності викладача складається із сенсожиттєвого усвідомлення гуманістично спрямованої мотивації до саморозвитку й розвитку студентів, потреби у творчості, схильності до спільного зі студентами творення, внутрішнього локусу контролю, позитивної, щирої, відкритої до нового досвіду «Я-концепції».

Відтак, саме суб'єктність як основа ціннісних ставлень, взаємоповаги у системі «викладач – студент», з нашої точки зору, сприяє формуванню культури професійного здоров'я студента-майбутнього спеціаліста, у тому числі й репродуктивного здоров'я [2].

Розглядаючи проблему здоров'я, варто висвітлити таке поняття «професійне здоров'я». Багато дослідників і науковців вивчають цей феномен, однак досі не існує однозначного його трактування. Так, В. Пономаренко розуміє професійне здоров'я як властивість організму зберігати необхідні компенсаторні та захисні механізми, що забезпечують професійну надійність і працездатність в усіх умовах професійної діяльності.

Таким чином, чим більше виражені функціональні резерви, тим вищою є ймовірність професійного довголіття. Як зазначає А.Г. Маклаков, професійне здоров'я слід розуміти як деякий рівень характеристик здоров'я спеціаліста, що відповідає вимогам професійної діяльності та забезпечує її високу ефективність. Загалом під поняттям «професійне здоров'я» прийнято розуміти інтегральну характеристику функціонального стану організму людини за фізичними та психічними показниками з метою оцінки її здатності до професійної діяльності із заданими ефективністю і тривалістю протягом заданого періоду життя, а також стійкість до несприятливих факторів, що супроводжують цю діяльність. Відповідно, головним показником професійного здоров'я є професійна

працездатність, що розуміється як максимально можлива ефективність діяльності спеціаліста, зумовлена функціональним станом організму з урахуванням величини затрачених фізичних і психічних резервів організму в процесі діяльності [4].

Проте основним критерієм професійного здоров'я є професійна працездатність. Важливими факторами професійної працездатності є так звані професійно значущі якості (риси, особистісні якості та властивості), що необхідні для успішного й ефективного виконання певної діяльності.

У межах формувальних заходів щодо поширення ідеї ціннісного ставлення до професійного здоров'я нами запроваджено методіку комплексного застосування засобів функціональної гімнастики, а також курс лекційно-тренінгових занять з метою формування уявлень студентів щодо здорового способу життя, відповідального ставлення до себе й оточуючих [6]. Комплексний підхід до формування здорового способу життя також визначається певним змістом, а саме – поширенням індивідуального і групового стилю поведінки, спілкування, організації життєдіяльності. Загальними елементами здорового способу життя ми визначили такі – дотримання режиму праці та відпочинку, харчування і сну, гігієнічних вимог, організацію індивідуального режиму рухової активності, відмову від негативних звичок, культуру міжособистісного спілкування і поведінки в групі, культуру сексуальної поведінки, змістовне дозвілля. В експерименті взяли участь студенти 2, 4 курсів – 240 осіб.

У процесі аналізу результатів тестування досліджуваних за методикою Д.О. Леонтєва «Тест смисложиттєвих орієнтувань» виявлено: домінуючим показником є переважання локус-контролю – «Я» («Я – хазяїн життя»). Тобто, у досліджуваних переважає уявлення про себе як про сильну особистість, яка має свободу вибору для розбудови власного життя відповідно до обраних цілей і смислів; водночас, спостерігається середній рівень показника «цілі у житті», що означає раціональність і виваженість життєвих цілей [3]. Тобто

характерною є усвідомлена спрямованість до реалізації життєвих цілей і врахування життєвих обставин; середній рівень за показником «процес життя або зацікавленість і емоційна насиченість життя», що інтерпретується як сприймання власного життя досліджуваними в середньому як достатньо цікавого й наповненого смислом, а також спрямованість у майбутнє й раціональність. Отже, досліджувані достатньо задоволені власним життям, планують майбутнє і не є гедоністами, що живуть лише теперішнім моментом; середній рівень за показником «результативність життя й задоволеність самореалізацією» дає змогу стверджувати, що досліджувані перебувають у процесі самореалізації, їм важко оцінювати результати власного життя, бо все ще попереду, але середні бали є показником нейтрального ставлення до результативності й продуктивності власного життя; середній рівень за показником «локус контролю-життя або здатність до керування життям» дає змогу зробити висновок щодо наявності відчуття у досліджуваних здатності керувати власним життям, враховувати обставини, реалії життя та власні сили й можливості; середній рівень за показником «загальний показник життєвих орієнтувань» дає змогу зауважити, що в цілому особи, які взяли участь у досліді, є достатньо цілеспрямованими, зацікавленими власним життям, здатні керувати собою й відчують власну відповідальність за рішення, що приймаються. Водночас, раціональність, практичність, спрямованість до успіху є запорукою його досягнення, самореалізації, а отже, й відчуття щастя та задоволеності власним життям у майбутньому.

Таким чином, на підставі отриманих даних за методикою Д.О. Леонтєва «Тест смисложиттєвих орієнтувань» можна стверджувати, що досліджувані-майбутні спеціалісти достатньо задоволені власним життям, спрямовані на самореалізацію й досягнення життєвого успіху. Відчуття себе суб'єктом власного життя є важливим чинником у реалізації життєвих цілей і смислів, що опосередковують життєві плани і проекти.

Окрім цього, за результатами визначення показників фізичного розвитку та здоров'я виявлено, що студенти, які займалися фізичною культурою за спеціалізованою програмою, демонструють кращі показники, ніж їхні однолітки. Нами встановлена ефективність використання засобів фізичного виховання задля покращення фізичного розвитку, фізичної підготовки, функціонального стану репродуктивної системи. Урахування індивідуальних морфофункціональних характеристик, стимулювання зацікавленості під час занять руховою активністю сприяє формуванню мотивації до занять фізичною культурою і покращує стан здоров'я в цілому та професійного зокрема. Окрім цього, у студентів формуються смислоттєві орієнтування, активна життєва позиція, відповідальне ставлення до себе й власного місця в соціумі.

Висновки

Таким чином, ми дійшли до висновку, що суб'єктність як основу взаємин «викладач – студент» слід розглядати передусім як специфічну властивість особистості, що розгортається в сутності самотуття, у діяльнісному, творчому ставленні до світу, себе й до здатності перетворювати світ і себе. Саме на основі сприйняття суб'єктності як інтегральної властивості

особистості визначається успішність виконання спільної діяльності та особистісного потенціалу. У межах взаємин «викладач – студент» суб'єктність постає як ціннісне ставлення до іншого суб'єкта, власної особистості та педагогічної діяльності.

Активність, суб'єктність ґрунтується на самоприйнятті, віднайденні власної самості, прийнятті студента в ролі рівноправного суб'єкта взаємної творчої діяльності, усвідомленні свободи власного вибору й тієї відповідальності, якої ця свобода вимагає, а також унікальності, схильності й потреби в саморозвитку.

Більше того, суб'єктність студента постає умовою суб'єктності викладача. Саме тому реалізованість особистісних потенціалів викладача визначає можливість розвитку суб'єктності студента. Діалогічність також повинна бути визначальною передумовою й сутністю суб'єктності педагогів і студентів.

Отже, суб'єктний підхід у системі «викладач – студент» є оптимальним у становленні відносин між суб'єктами педагогічного процесу. Саме суб'єктність зумовлює ціннісне й діалогічне сприйняття в системі «викладач – студент». Окрім цього, власне суб'єктність є тією основою, що сприяє формуванню особистості майбутнього спеціаліста, його професійної культури, суттєвою складовою якої є професійне здоров'я.

Література

1. Балл Г. А. Психологическое содержание личностной свободы : сущность и составляющие / Г. А. Балл // Психологический журнал, 1997. – Т. 18. – № 5. – С. 7.
2. Гойда Н. Г. Проблеми репродуктивного здоров'я жінок України / Н. Г. Гойда, О. О. Дудіна, Т. К. Іркіна // Репродуктивне здоров'я : проблеми та перспективи : Матеріали науково-практичної конференції. – Донецьк, 2001. – С. 59-62.
3. Жилка Н. Стан репродуктивного здоров'я в Україні (медико-демографічний огляд) / Н. Жилка, Т. Іркіна, В. Шешенко. – К. : Міністерство охорони здоров'я України, Національна академія наук України, Інститут економіки, 2001. – 68 с.
4. Маклаков А. Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих : автореф. дисс. ... докт. психол. наук / А. Г. Маклаков. – СПб., 1996. – 42 с.
5. Мень А. Истоки религии / Магизм и единобожие / А. Мень. – М. : Эксмо, 2004. – 704 с.
6. Лисицин Ю. П. Социальная гигиена и организация здравоохранения : Проблемные лекции / Ю. П. Лисицин. – М. : Медицина, 1992. – 512 с.
7. Никифоров Г. С. Психология здоровья : Учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.
8. Никифоров Г. С. Психология профессионального здоровья : Учебное пособие / Под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Речь, 2006. – 480 с.
9. Щербина В. А. Применение инновационных технологий физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни студентов технического вуза / В. А. Щербина. – М. : «МПА-ПРЕСС», 2007. – 319 с.