

РЕСУРСНИЙ ПІДХІД В ОРГАНІЗАЦІЇ РОЗУМОВОЇ ПРАЦІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

У статті акцентовано увагу на використанні ресурсного підходу у організації розумової праці, яка сприяє формуванню суб'єктів професійної діяльності, здатних вільно та свідомо самовизначатися, творчо розв'язувати професійні проблеми. Конкретизовано сучасне розуміння розумової праці майбутніх педагогів як складного виду діяльності людини, у процесі якої особистістю здійснюється управління собою та оточуючими, творчість, навчально-виховний процес.

Ключові слова: *ресурсний підхід, педагогічна освіта, розумова праця, учитель, навчальний процес, фахова підготовка, структура розумово праці.*

В статье акцентировано внимание на использовании ресурсного подхода в организации умственной деятельности, которая способствует формированию субъектов профессиональной деятельности, способных свободно и сознательно самоопределяться, творчески решать профессиональные проблемы. Конкретизировано современное понимание умственной деятельности будущих педагогов как сложного вида деятельности человека, в процессе которой личностью осуществляется управление собой и окружающими, творчество, учебно-воспитательный процесс.

Ключевые слова: *ресурсный подход, педагогическое образование, умственная деятельность, учитель, учебный процесс, специальная подготовка, структура умственной деятельности*

Teaching profession that combines creative, organizational and research activity relates to mental work and requires a lot of intellectual tension, suggests a weak muscle activity. The features of teacher mental activities include: the tension of mental processes with high dynamics and strength of excitatory and inhibitory processes in the central nervous system, imbalance in mental work load, the need to make urgent and innovative decisions, the potential for conflicts, unregulated working hours, difficulties in forming relationships with others, large and dense flow of information, exertion of memory, attention and perception of new information, low physical activity. These features are complicated by two mutually opposing factors.

The article emphasizes the use of the resource-based approach in the organization of mental activity, which promotes the formation of subjects of professional activities capable of free and conscious self-determination, creative solving of professional problems. Modern understanding of future teacher mental activity as a complex human activity, during which the personality manages themselves and others, creates, carries out educational process is defined.

Key words: *resource-based approach, teacher training, mental activity, teacher, educational process, special training, the structure of mental activity.*

Постановка проблеми. Сучасна педагогічна теорія і практика підготовки педагогічних кадрів характеризується якісним оновленням змістового і методичного компонентів навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах. Багато уваги приділено питанням самореалізації кожної особистості, індивідуалізації навчальних програм фахової освіти, розробці оптимальних шляхів попередження і подолання труднощів, пов'язаних із специфікою професійної діяльності учителів. Основні вимоги до педагогічних кадрів і рівня їхньої підготовки знайшли відображення в Законах України «Про вищу освіту», Державній національній програмі «Освіта» (Україна XXI століття), Державній програмі «Учитель», Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті. У цих документах наголошується на необхідності підвищення вимог до професійних та особистісних якостей сучасного вчителя, створення культурно-освітнього середовища, яке здатне забезпечити самореалізацію та саморозвиток майбутніх педагогів в різних напрямках.

Аналіз актуальних досліджень. Деякі питання щодо визначення сутності ресурсів розвитку суб'єкта та їх видів досліджували Р. Акбашева, С. Дружилов, Ю. Забродин, О. Кондаков, В. Марков, О. Цецорина, О. Чаплигін, Т. Шамова.

Питання організації розумової праці учителя розглядалися у численних дослідженнях. Зокрема, вплив якостей особистості на процес розумової діяльності вивчався В. Кузовлевим, Н. Ткачовою. Інтелектуальні вміння досліджувалися у працях Т. Андронові, В. Єлманові, І. Хрестиної. Самостійну навчальну діяльність студентів розглядали як елемент організації розумової праці науковці

Т. Куриленко, І. Наумченко. Компаративний аспект указаної проблеми висвітлено у публікаціях М. Віленського, Г. Панаріної.

Мета статті: аналіз проблеми організації розумової праці майбутнього вчителя у контексті ресурсного підходу.

Виклад основного матеріалу. Педагогічна професія, поєднуючи в собі творчу, організаторську й дослідницьку діяльність, належить до розумової праці і вимагає великої інтелектуальної напруги, припускає слабку м'язову активність. Особливості розумової праці педагога включають: напруженість розумових процесів з високою динамічністю і силою збудливо-гальмівних процесів у центральній нервовій системі; нерівномірність навантажень, необхідність ухвалювати термінові і нестандартні рішення, можливість виникнення конфліктних ситуацій; нерегламентований графік роботи; складність формування взаємостосунків з оточуючими; великий і щільний потік інформації, напруга пам'яті, увага і сприйняття нової інформації; низька рухова активність. Ці особливості ускладнюються двома взаємно протилежними обставинами.

З одного боку, об'єм інформації в світі кожні 10-12 років подвоюється. Від сучасної людини потрібні все більш висока психічна стійкість, все більш тривалі нервові напруги, уміння все довше концентрувати увагу. З іншого боку, все більше і більше знижується рухова активність працівника, зайнятого у сфері розумової праці. При поєднанні всіх цих умов, стомлення при розумовій роботі призводить до перезбуджування і невротизації, а хронічне стомлення – до зниження працездатності і розвитку багатьох захворювань [10].

Ще у 20-х роках ХХ ст. група вчених (М. Рубінштейн, В. Кашкадимов, Н. Рибніков) проводила унікальні дослідження, присвячені вивченню проблем втоми вчителів, умов та механізмів виникнення в останніх професійної дезадаптації. Дослідники зробили спробу класифікації різних професій за ознакою «необхідності постійної роботи над предметом і собою». Вчительська професія, як і професії митців, лікарів, інженерів була віднесена до групи професій вищого типу. Було визначено і найбільш характерні особливості цієї групи: завжди нова робота, низка зовсім недоступних для нашого спостереження і для аналізу

моментів, а доступні моменти вимагають особливого психологічного аналізу, тому що суттєво впливають на властивості учнів. Складність і різноманітність роботи обумовлює «високу участь вольового стимулу», постійну активну роботу мислення. У зв'язку з цим ученими відзначалась необхідність шляхом спеціальної підготовки розвивати до досконалості здібності працівників, оскільки в іншому випадку буде здійснюватись насилля над психікою і як результат – пригніченість, дратівливість, перевтома [12].

Усі ці дані змушують розглядати фізичне здоров'я майбутніх учителів не тільки як важливу професійну, але й соціальну проблему. У зв'язку з цим підготовка майбутніх учителів має забезпечувати не тільки належний рівень їх фахової компетентності, оволодіння основами педагогічної техніки, а й високий рівень фізичної та інтелектуальної підготовленості.

Розумова праця – досить складний вид діяльності людини, у процесі якої особистістю здійснюється управління собою та оточуючими, творчість, викладання й навчання. Вона включає в себе прийом і переробку інформації, що здебільшого потребує напруження уваги, сенсорного апарату, пам'яті, а також активізації процесів мислення, емоційної сфери, нервової системи [4].

Загальна тривалість розумової праці у викладачів історії, біології, географії складає на день 8-10 год.; у викладачів мов, математики та вчителів молодших класів – 10-11 год. Навантаження часто збільшується протягом навчального року [7].

Переважає більшість учителів оцінюють власну роботу як дуже напружену і відчують значну втому наприкінці дня, тижня і особливо – навчального року. Психофізіологічні дослідження, проведені А. Навакатикян, В. Крижановською в різні періоди навчального року, виявили накопичення негативних функціональних порушень центральної нервової та серцево-судинної систем. Наприкінці навчального року спостерігається зниження функцій уваги, збільшення латентного періоду зорово-моторної реакції. Характерним є підвищення артеріального тиску, змінюється достовірність кореляційних зв'язків між показниками різних функцій геодинаміки тощо [7].

Найбільш вагомою причиною цих змін є перевтома як наслідок високого напруження ЦНС у процесі роботи, її значної тривалості та недостатнім рівнем реабілітаційних процесів. З віком у вчителів відповідно зростають психофізіологічні ознаки перевтоми. В межах цієї інформації великого значення набуває питання вивчення та врахування емоційного потенціалу особистості [7].

Всі ці особливості роблять роботу вчителя значно складнішою, ніж роботу людини, зайнятої у сфері матеріального виробництва і обслуговування.

За даними багатьох досліджень, навіть у молодих учителів частими є хвороби серцево-судинної системи, захворювання шлунково-кишкового тракту, нервові виснаження, неврози [1; 3].

Незаперечним є той факт, що внутрішні індивідуально-психологічні ресурси формуються під впливом як біогенетичних, так і фізіологічних ресурсів, а також під впливом ресурсів зовнішнього середовища, яке Т. Рогова визначає як частку загального соціокультурного середовища, що оточує студента й містить умови, засоби здійснення його навчальної діяльності та особистісного інтелектуального зростання й розвитку, а отже є сукупністю зовнішніх ресурсів [8]. Навчальний процес у вищому навчальному закладі має бути спрямований на озброєння студента знаннями не тільки з основ наук, а й способів отримання цих знань більш раціональним способом, у найкоротший строк і без шкоди для власного здоров'я та самопочуття.

Отже, озброєння студентів вищих педагогічних навчальних закладів знаннями про культуру розумової праці є одним із найголовніших завдань, оскільки тільки маючи власний її досвід, вони зможуть ефективно навчатися, стати кваліфікованими спеціалістами, а отже і зможуть передати цей досвід іншим, тобто майбутнім учням.

Ю. Ібрагім доведено необхідність урахування фізіологічних можливостей у процесі організації розумової діяльності, тому що фізіологічні ресурсні можливості людини важко враховувати у процесі організації розумової діяльності, бо, як свідчать дослідження вчених, протягом доби людина має декілька піднесень і спадів фізіологічної активності організму. Вдень, як

зазначено в наукових працях, вони спостерігаються з 10-ої до 12-ої години і з 16-ої до 18-ої годин. У ці години організм максимально стійкий до кисневого голоду. Цей час найбільш сприятливий для виконання фізичної роботи, прийняття рішень, нових починань. Уночі піднесення фізіологічної активності припадає на проміжок часу від 0 до 1 години. Часто ця пора використовується для творчості працівниками інтелектуальної сфери. Встановлено, що на 5-6-у годину ранку припадає найбільш значний добовий підйом і потенційно має місце найвищий рівень працездатності людини. Саме в цей час підвищується тиск, серце б'ється частіше, пульсує кров. Опір організму дуже сильний. При зустрічі з вірусами й бактеріями існує максимальний шанс уберегтися від інфекції. Шкода, що мало хто з людей розумно витрачають ці години. Більшість їх просто просипає [5].

Цікаві дані в цьому плані наведені С. Косиловим. Найбільш придатний час для засинання – 21-23 години – припадає на один із фізіологічних спадів. І якщо не виходить заснути до 23-ї години, то пізніше це зробити набагато важче, бо о 24-ій годині розпочинається фізіологічний підйом [6].

З 12-ої години дня закінчується перший період денної активності. Починає відчуватися втома, реакції людини уповільнюються. Після 14-ої години стан знову поліпшується, а о 16-ій годині бере початок новий добовий підйом. У цей період можуть інтенсивно тренуватися спортсмени, бо організм відчуває потребу в рухах, але психічна активність поступово згасає, організм стає чутливим до болю.

Після 18-ої години зростає тиск крові, людина стає нервовою, легко виникають сварки через дрібниці. Це поганий час для людей, схильних до алергії, нерідко у ці години починається головний біль.

З 19-ої години вага нашого тіла досягає максимуму, реакції стають вкрай швидкими. У цей період фіксується найменше дорожньо-транспортних пригод.

Стабілізація психічного стану відбувається після 20-ої години. Цей час сприятливий для заучування текстів, оскільки покращується пам'ять.

Після 21-ої години температура тіла знижується, триває обмін клітин, організм потрібно готувати до сну. Уночі знижується загальний тонус людини.

Вночі між 2-ою і 4-ою годинами погіршується пам'ять, координація рухів, з'являється уповільненість у рухах, зростає кількість помилок при виконанні роботи, що вимагає розумових зусиль; на 2-4 кг. слабнуть м'язові зусилля; на 15-20 ударів скорочується частота серцебиття; на 4-6 видихів спадає частота дихання; на 2-2,5 літри за хвилину знижується вентиляція легень; на 4-5 % падає насичення крові киснем. Лише печінка використовує цей період для інтенсивного обміну речовин, виводячи із організму всі отруйні речовини, забезпечуючи очищення [6].

Із усіх існуючих у людини циклів найбільш вивченим виявився добовий як визначальний. Біологічний годинник, запущений зміною дня й ночі, веде за собою близько 50 ритмів, які змінюють свої характеристики від дня до ночі.

Під впливом тривалого навантаження на організм людини відбувається тимчасове об'єктивне зниження працездатності, тобто розвивається особливий стан організму – втома. В. Розенблат та інші вчені піднімають питання про втому людини. Вона супроводжується втратою інтересу до роботи, зростанням мотивації зупинення діяльності, негативними емоційними реакціями. Все це може призводити до порушення нормального фізіологічного функціонування організму, підвищення кров'яного тиску, зміни ЕКГ, збільшення легеневої вентиляції й уживання кисню, підвищення температури тіла. При розумовій праці втома залишається довше, ніж при фізичній. Поява втоми залежить від виду навантаження, локалізації його впливу, часу, необхідного на поновлення працездатності. Виділяють фізичну, розумову, гостру, хронічну, нервово-емоційну та інші види втоми [9].

Накопичення втоми з причини нераціонального режиму праці й відпочинку при відсутності своєчасного відновлювання зумовлює появу стану перевтоми, який сприяє зниженню працездатності й продуктивності праці, появи роздратованості, головного болю, погіршення сну та інше. Проте люди, що займаються розумовим видом діяльності, навіть у стані перевтоми, здатні довгий час виконувати свої обов'язки без особливого зниження рівня працездатності й продуктивності [11].

Досліджуючи питання організації розумової праці студентів у вищих педагогічних навчальних закладах, Ю. Ібрагім вказує на те, що інтелект є тією інтегральною якістю, яка поєднує такі компоненти: *знання, вміння*, які характеризують культуру розумової праці й *особистісні якості студентів* [5].

Навчальний процес у вищому педагогічному закладі має бути спрямованим на оволодіння студентами знаннями: з *педагогіки* – про способи здійснення розумової праці, про особливості навчального процесу у вищому педагогічному навчальному закладі й місце розумової праці в ньому (форми й методи організації розумової праці у процесі навчання); особливості організації праці на лекціях, при підготовці до семінарських, лабораторних і практичних занять та організації самостійної роботи студентів; здійснення контролю та самоконтролю; критерії оцінювання й самооцінки результатів; з *психології* – про структуру особистості та її якості; типи темпераменту та їх вплив на поведінку і діяльність; особливості волі, інтересів і нахилів, потреб і мотивів діяльності, пізнавальні можливості й особливості таких процесів, як пам'ять, увага, сприйняття та прийоми розвитку власних ресурсних можливостей; діагностичних методик визначення власних можливостей; з *фізіології* – про процеси життєдіяльності організму людини; функціонування нервової діяльності, емоції й почуття та їх вплив на якість діяльності, насамперед навчально-пізнавальної; біоритми й ресурси організму; працездатність і її значення; з *гігієни* – про правила організації робочого місця; сприятливі умови навчально-пізнавальної та інших видів діяльності, режим провітрювання та розміщення джерел світла, фізичний комфорт особистості.

Наявність знань ще не означає якісне володіння й виконання професійних обов'язків. Для того, щоб знання приносили користь, необхідно перевести їх на рівень практичного використання шляхом виконання вправ у звичних та змінених умовах. Головне тут не тільки в кількості знань, якими оволодівають студенти, а в тому, щоб вони вміли ними користуватися.

Таким чином, важливим компонентом культури розумової праці студентів вищих педагогічних навчальних закладів є вміння:

1) *навчально-організаційні*: приймати та визначати мету, завдання розумової праці; раціонально планувати діяльність, ефективно використовувати час, прогнозувати результат діяльності з урахуванням власних ресурсних можливостей; виявляти природу негативних впливів на розумову працю; створювати сприятливі умови для діяльності: обладнання робочої зони; підтримання порядку на робочому місці, систематичне провітрювання приміщення; якісне освітлення; дотримання режиму дня і праці; вивчати фізіологічні ресурсні можливості організму; підвищувати продуктивність розумової праці; вдосконалювати індивідуальні психолого-педагогічні ресурсні можливості (вправи, тренування, самоспостереження тощо); слідкувати за станом здоров'я, загартовуватися, займатись фізичною роботою;

2) *навчально-інформаційні*: самостійно працювати з книгою, довідником, каталогом і добирати необхідну літературу; використовувати різні прийоми читання, зокрема, швидкого; записувати у процесі читання; готувати повідомлення, реферати, доповіді, тези виступів, творчі роботи, план виступу; застосовувати прийоми смислового групування, упорядковування та відтворювати інформацію (алгоритм, таблиця, схема, план тощо); здійснювати бібліографічний пошук, складати бібліографію; працювати з технічними джерелами інформації; застосовувати загально-мовленнєві вміння: вести діалог, взаємодіяти з іншими, співпрацювати, брати участь у дискусії; працювати на семінарських і практичних заняттях;

3) *навчально-інтелектуальні*: мотивувати свою діяльність; раціонально слухати, сприймати інформацію; запам'ятовувати, зберігати інформацію, відтворювати запам'ятований матеріал; здійснювати спостереження за різними предметними об'єктами, навчальними діями та процесами (планувати, кодувати, узагальнювати інформацію); логічно осмислювати навчальний матеріал, виділяти в ньому головне, аналізувати, конкретизувати, систематизувати, визначати поняття, порівнювати, узагальнювати, класифікувати, доводити та спростовувати судження, пояснювати, обґрунтовувати тощо; самостійно виконувати вправи,

вирішувати проблемні пізнавальні завдання; дотримуватися правила, алгоритму діяльності;

4) *рефлексивні*: здійснювати різні способи перевірки та контролю своєї діяльності: за планом, за зразком, поопераційний контроль, самоконтроль усєї навчально-пізнавальної діяльності тощо; прогнозувати результат діяльності; володіти способами виправлення помилок; аналізувати, пояснювати і оцінювати свої дії; брати участь у взаємному оцінюванні результатів розумової праці; готовність до самоконтролю, взаємооцінки.

Відносно особистісних якостей, які впливають на формування культури розумової праці, визнають такі: *пізнавальні*, які умовно можна поділити на *інтелектуальні* (самостійність, кмітливість, вдумливість, критичність, рефлексія, уміння аналізувати, аргументувати) та *мовні якості* – правильність, точність, лаконічність, логічність, виразність мови, які необхідні для вираження результатів розумової праці студентів.

Окрім пізнавальних якостей особистості, необхідно враховувати та розвивати, як відзначають В. Кан-Калік, А. Маркова, у студентів *психосоціальні якості*, до яких належать *емоційні* – допитливість, керування негативними емоціями; *вольові*; *комунікативні якості* – толерантність, уміння слухати і чути, уміння враховувати особливості співбесідника, відкритість.

Сукупність визначених якостей особистості є умовою успішного оволодіння студентом культурою розумової праці, а тому і якісного здійснення ним розумової праці.

Таким чином, у дослідженні поняття розумова праця студентів вищих педагогічних навчальних закладів розглядається як інтегрована якість особистості, яка володіє спеціальними знаннями, уміннями і навичками, а також певними якостями особистості, що забезпечують ефективність розумової праці у пізнавальній діяльності та формування майбутнього висококваліфікованого педагога, що передбачає постійне самовдосконалення.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, у статті акцентовано увагу на використанні ресурсного підходу у процесі підготовки

професійно компетентних і конкурентоздатних, гуманістично зорієнтованих висококваліфікованих фахівців. Визначено, що оптимальна організація розумової праці сприяє формуванню суб'єктів професійної діяльності, здатних вільно та свідомо самовизначатися у педагогічній дійсності, творчо розв'язувати проблеми педагогічного процесу у спільній діяльності з учнями. Конкретизовано сучасне розуміння розумової праці педагогів як складного виду діяльності людини, у процесі якої особистістю здійснюється управління собою та оточуючими, творчість, викладання й навчання. Відповідно розкрито проблематику реалізації ресурсного підходу в організації розумової праці. Указано, що саме ресурсний підхід є запорукою інтегративності педагогічної підготовки всіх складників фахової підготовки.

Перспективним напрямом подальшої розробки означеної проблеми визначено компаративний аналіз способів і форм організації розумової праці педагогів з урахуванням ресурсного підходу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Азаров Ю. П. Искусство воспитывать : Книга для учителя / Ю. П. Азаров — М. : Просвещение, 1985. — 448 с.
2. Вайнер Э. Как сохранить здоровье учеников: методические разработки для учителей / Едуард Вайнер, Ирина Ростовцева. — М. : Чистые пруды, 2006. — серия: «Здоровье детей». — Вып. 2 (8)). — 32 с.
3. Демьянчук Р. В. Как не «сгореть» у учительского стола : Советы психолога / Р. В. Демьянчук ; [под ред. проф. Л. М. Шипициной]. — СПб. : Просвещение, 2006. — 93 с.
4. Зинченко В. П. Эргономические основы организации труда / В. П. Зинченко, В. М. Мунипов, Г. Л. Смолян. — М.: Экономика, 1974.—234с.
5. Ібрагім Ю. С. Формування культури розумової праці студентів вищих педагогічних навчальних закладів у процесі навчання: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.09 / Ібрагім Юлія Сергіївна — Х., 2010. — 235 с.
6. Косилов С. А. Работоспособность человека и пути ее повышения / С. А. Косилов, Л. А. Леонова. — М. : Медицина, 1974. — 240 с.

7. Навакатикян А. О. Возрастная работоспособность лиц умственного труда / А. О. Навакатикян, В. В. Крыжановская. — К. : Здоровье, 1979. — 208 с.
8. Рогова Т. В. Персоналізований підхід в управлінні педагогічним колективом школи : монографія / Т. В. Рогова ; Харк. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. — Х. : ППВ Нове слово, 2006. — 299 с.
9. Розенблат В. В. Проблема утомления / В. В. Розенблат. — [2-е изд.]. — М. : Медицина, 1975. — 124 с.
10. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов ; [2-е изд., испр. и доп.]. — М. : АРКТИ, 2006. — 320 с.
11. Социология: Энциклопедия / [сост. А. А. Грицанова, В. Л. Абушенко, Г. М. Евелькин, и др.]. — Минск : Книжный дом, 2003. — 1312 с.
12. Форманюк Т. В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т. В. Форманюк // Вопросы психологии. — 1994. — № 6. — С. 57—64.

Довідка про автора

Микитюк Сергій Олександрович,

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди;
професор кафедри психології ХНПУ ім. Г.С. Сковороди,
доктор педагогічних наук, доцент.

Домашня адреса: 61166; м. Харків, пров. Фанінський 3В., кв.5.;

(smykytiuk@yandex.ua), тел.: 702-49-77, моб.: 067-315-48-68