

5. Глик, Д.И. Подбор торгового персонала / Г.И. Глик. – М.: ООО «ИД «РАВНОВЕСИЕ», 2008.

УДК 378.73

Глинник Т.А., Толкочев А.В.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ КАК ЗНАЧИМЫЙ КОМПОНЕНТ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

*БНТУ, Минск, Республика Беларусь
Научный руководитель: Гриневич Е.А.*

Актуальность данной темы наиболее выражено проявилась в осенне-зимний период 2009-10 годов в момент обострения простудных заболеваний. Многие учебные заведения были вынуждены частично приостановить учебный процесс в связи с тем, что большая половина обучаемых находилась на больничном. Причина ухудшения состояниях здоровья нам видится и в связи с недостаточным использованием в учебном процессе здоровьесберегающих технологий обучения.

Процесс получения высшего технического образования требует от студентов значительного интеллектуального и эмоционального напряжения, достигающего в период зачетных и экзаменационных сессий до пределов возможностей. Вместе с социально-бытовыми, экологическими и другими причинами, это приводит к развитию заболеваний студентов, среди которых часто оказываются и наиболее способные и целеустремленные студенты.

По данным разных исследователей, частота расстройств психического здоровья среди студентов различных учебных заведений и регионов колеблется от 7 до 40% [2].

Некоторая часть современной молодежи считает здоровье далеко не самым важным в жизни. В основе простуд, как правило, не сквозняки, а низкая реактивность организма. Мы

опросили порядка 100 студентов различных факультетов БНТУ.

Большая половина студентов недосыпают от 30 мин. до 2,5 ч. в сутки. А нехватка только получаса сна снижает работоспособность на 30%. Вторая причина в том, что почти 2/3 тех же опрошенных студентов БНТУ в будни не бывают на свежем воздухе. А из тех, кто все-таки выбирается на улицу, лишь 8% проводит там 2,5 ч. И третье, что способствует частым заболеваниям, чрезмерному утомлению – недостаток положительных эмоций.

Известно, что перед экзаменом у студента наступает такое состояние, когда ему кажется, что он ничего не знает, все забыл. Это состояние неуверенности, беспокойства, тревоги, страха влечет за собой повышение в крови количества адреналина («гормона тревоги»), а он как бы стирает информацию из памяти. Во время экзаменов у студентов повышается количество сахара в крови. Эмоции тревоги ускоряют свертываемость крови, повышают ее вязкость, что увеличивает образование тромбов.

Рядом авторов выявлено, что 68% тех, кто идет в академический отпуск, страдают нервно-психическими заболеваниями [1, 2]. Основные причины неврозов: социально-культурные – 32%; психологические – 28%; психолого-педагогические, отражающие непосредственно воздействие образовательного процесса – 40% [1, 3]. Последние вызваны: адаптационными трудностями; изменениями микросоциального окружения; началом профессионального обучения; окончанием школьной учебы и подготовкой к самостоятельной деятельности; несоответствием уровня требований в БНТУ начальной подготовки студентов; авторитарностью преподавателя; психическим, эмоциональным напряжением; повышением психо-эмоционального состояния в период зачетов и экзаменов; чрезмерно большим объемом информации; дефицитом времени; снижением уровня мотиваций к учебе из-за

неудовлетворенности методами преподавания; конфликтными ситуациями с преподавателем и учебно-вспомогательным персоналом.

С медицинской точки зрения представляется, что оптимально построенный образовательный процесс не может и не должен иметь своими последствиями заболеваемость студентов.

Обстановка вуза должна включать в себя условия не только для развития профессиональной самостоятельности и личности студента, но также и удовлетворенность определенными медико-социальным и физиологическим требованиями. Вместе с тем традиционный подход к образовательному процессу с этих позиций до последнего времени ограничивался санитарными нормами на помещения и гигиеническими требованиями к образцу жизни студентов. Педагогические технологии как таковые до сих пор не входят в круг проблем, рассматриваемых медиками и физиологами, несмотря на обеспокоенность ряда авторов [1, 3] возможностью отрицательных влияний на характер и здоровье студентов тех или иных, ставших общепринятыми, педагогических воздействий.

Наше внимание в исследовании было обращено на определение наличия взаимосвязи здоровья студентов со структурой процесса их профессиональной подготовки. Образовательный процесс, построенный с применением здоровьесберегающих технологий не может и должен иметь своими последствиями расстройства здоровья студентов.

В процессе исследования приняло участие 10 групп студентов механико-технологического факультета и 5 групп студентов факультета маркетинга, менеджмента и предпринимательства БНТУ. Для определения возможностей подобной постановки вопроса и выявления возможностей улучшения здоровья за счет использования психологически адекватных методов обучения в порядке эксперимента была проведена

следующая серия мероприятий в рамках практических занятий по дисциплине «Основы педагогики и психологии»:

1. В процессе проведения практических занятий, а также в рамках индивидуальных бесед проводились консультации по вопросам психологической адаптации к условиям обучения в вузе, предотвращения психологических стрессов и срывов в период экзаменационной сессии, межличностных конфликтов и личных проблем.

2. Все студенты получили методическое пособие «Научи себя быть студентом», в котором освещены вопросы подготовки к экзаменационной сессии, сдачи экзаменов и зачетов. Обсуждались вопросы овладения обще учебными умениями и навыками культуры умственного труда, организации самостоятельной работы студентов и др. вопросы.

3. Занятия по дисциплине «Основы педагогики и психологии» в группах были перестроены с использованием здоровьесберегающих технологий обучения без изменения сроков и объемов освоения предметного материала.

Вывод: можно утверждать на основании полученных данных, что человек, получающий высшее техническое образование, может и должен становиться более устойчивым к отрицательным социальным воздействиям, что используемые на практике педагогические технологии нуждаются в анализе своей продуктивности не только в профессионально-предметной точки зрения, но и с валеологических позиций, поскольку существует определенная взаимосвязь между структурой образовательного процесса, используемыми педагогическими технологиями и показателями здоровья студентов.

Выяснение закономерностей этой взаимосвязи, выявление социально-педагогических и физиологических последствий учебного процесса, отбор и разработка педагогических технологий, корректных с точки зрения нормальной физиологии и психологии, повышение психологической и физиологич-

ческой грамотности преподавательского состава учебного заведения, а также будущих инженеров и поиск продуктивных методов взаимодействия между медицинской системой и системой образования – эти задачи должны занять одно из центральных мест в исследовании валеологических аспектов образования.

УДК 316.663-057.8

Гордиенко Е.Н.

**ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
САМОПРЕЗЕНТАЦИИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

УО «ВГУ им. П.М. Машерова», Витебск

Каждый из нас имеет свой неповторимый *публичный образ*, обобщающий то, что думают, что говорят и пишут про нас другие люди. В определенный момент жизни мы делаем важное «открытие» – окружающие воспринимают нас не тем, чем мы являемся на самом деле, и не так, как нам бы хотелось. Мы понимаем, что «собственное Я» человека и его «социальное лицо» – не совсем одно и то же, и убеждаемся на практике, что игнорировать такой феномен, как собственный имидж неразумно [1, с. 5]. Предпосылки по разработке научно-теоретических основ психологической теории имиджа широко представлены в отечественной и мировой психологии.

В рамках деятельностного подхода изучались и явления общения. Общение рассматривалось как один из видов деятельности, а именно коммуникативная деятельность, в основе которой лежит отношение между субъектом (коммуникатором) и объектом (реципиентом). Понимание важной роли общения признавалось классиками отечественной психологии. Деятельностный подход получил дальнейшее развитие и конкретизацию в трудах учёных, посвященных исследованию