

УДК 614.2:37

Н.Н. Малярчук <sup>1</sup>, Е.Н. Цыбикова <sup>2</sup>

ЦЕННОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ КАК  
СОСТАВЛЯЮЩАЯ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ВУЗА

<sup>1</sup> ФГБОУ ВПО «Тюменский государственный университет», Тюмень, Россия

<sup>2</sup> ФГБОУ ВПО «Бурятский государственный университет», Улан-Удэ, Россия

*В статье описаны особенности корпоративной культуры образовательной организации, сделан акцент на ценности профессионального здоровья преподавателей и признаках профессионального стресса. Авторами обосновывается необходимость формирования культуры здоровья преподавателя как субъекта образовательного процесса и предлагается модель формирования культуры здоровья педагогов в образовательных учреждениях.*

**Ключевые слова:** корпоративная культура, профессиональное здоровье, профессиональный стресс

VALUE OF OCCUPATIONAL HEALTH OF TEACHER AS A COMPONENT OF CORPORATE  
CULTURE OF THE UNIVERSITY

N.N. Malyarchuk <sup>1</sup>, E.N. Tsybikova <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Tyumen State University, Tyumen, Russia

<sup>2</sup> Buryat State University, Ulan-Ude, Russia

*In the article the authors have shown the role of corporate culture in shaping of image of the organization. Corporate culture is viewed as a set of value concepts, norms and patterns of behavior that dominate in the organization and that determine the sense and operation model of employees. The authors have emphasized features of the corporate culture of educational organization (spirituality, high quality educational activities, responsibility, openness to change, respect for the dignity and rights of employees). The authors have given a description of the components of culture: axiological, normative, behavioral and communicative. Health of educators is characterized as a synergistic effect of corporate culture. The authors have described professional factors that negatively affect the health of educators. The authors have described the signs of occupational stress, which indicate violation of cognitive processes, violations in emotional and behavioral spheres, physical health.*

*The authors have concluded that one of the needed directions of activity of the administration of the educational organization on forming of positive corporate culture - preservation and maintenance of professional health of employees.*

**Key words:** corporate culture, occupational health, occupational stress

Автономия образовательной организации, утверждаемая Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273ФЗ) в статье 28 (пункты 1 и 2), повышает ответственность руководителей за процессы, происходящие в образовательном учреждении. С целью повышения эффективности работы преподавателей и максимальной мобилизации их инициативы административные структуры всё чаще обращаются к феномену корпоративной культуры.

Корпоративная культура (КК) рассматривается как совокупность господствующих в организации ценностных представлений, норм и образцов поведения, которые определяют смысл и модель деятельности сотрудников независимо от их должностного положения и функциональных обязанностей [1]. КК формирует «уникальную, основанную на общих ценностях и традициях (то есть на том, чем дорожат) общую психологию, стиль поведения, облик» [8].

Корпоративная культура может быть и позитивной, и негативной. В частности, признаки негативной корпоративной культуры проявляются в следующем: апатия и незаинтересованность сотрудников в резуль-

татах своего труда, снижение уровня их личной ответственности с формальным подходом к выполнению служебных обязанностей, высокая текучесть кадров, слухи и кривотолки вокруг организации, подрывающие ее авторитет и репутацию у потенциальных потребителей, партнеров и широкой общественности.

Корпоративная культура, по мнению разных авторов, включает следующие компоненты:

- аксиологические: представление о миссии организации, ее роли в обществе, основных целях и задачах деятельности, ценностные установки, сквозь призму которых оцениваются все действия сотрудников;
- нормативные: принятые в организации традиции и обычаи (например, совместные выезды на природу, поздравление сотрудников с днем рождения и т. д.), символика организации (логотип, слоган, стиль одежды сотрудников и пр.);
- поведенческие: варианты реагирования сотрудников в обыденных и нестандартных ситуациях; стиль руководства организацией (делегирование полномочий, принятие важных решений, обратная связь и пр.);
- коммуникативные: действующая система коммуникации (принятые формы обращения «начальник

– подчиненный» и «подчиненный – начальник», обмен информацией и взаимодействие между структурными подразделениями организации и с внешним миром), нормы делового общения между членами коллектива и с потребителями, с другими учреждениями, представителями власти, СМИ, широкой общественностью и т. д., пути разрешения внутренних и внешних конфликтов.

При соответствии корпоративной культуры организации и ценностных установок работника деятельность последнего активизируется, соответственно увеличивается и эффективность труда (*синергетический эффект* КК). Если человек находится в некомфортной для него культуре, его деятельность ограничивается, сковывается (*ретардирующий эффект* КК). Обратим внимание и на тот факт, что цель корпоративной культуры – помочь людям не только более продуктивно работать, но и получать удовлетворение от труда.

Миссия образовательной организации и ценностные установки педагогического сообщества формируют определенную, отличную от других организаций, корпоративную культуру.

В частности, для профессорского и преподавательского состава (ППС) российских вузов в качестве традиционных ценностей выступают: 1) духовность, патриотизм, гражданственность; 2) высокое качество образовательной деятельности; 3) конструктивное сотрудничество; 4) уважение к личности сотрудников, их достоинству и правам; 5) ответственность, открытость к переменам; 6) стремление к совершенствованию и творческому росту; 7) преданность образовательной организации, готовность сохранять и развивать её традиции.

Большинство вузов имеют уже устоявшуюся систему внутренних ценностных ориентиров, убеждений и правил поведения. Это стихийно сложившаяся культура преподавателей, которая возникает в результате взаимодействия разных влияний: например, институциональной культуры педагогической профессии, национальных, религиозных и местных особенностей взрослых и юношеских сообществ, понимания профессорским и преподавательским составом миссии высшей школы.

В вузе даже с высоким уровнем корпоративной культуры обнаруживаются как высокопроизводительные, так и малоэффективные группы преподавателей, поэтому необходимо не просто закреплять формальные атрибуты и правила корпоративной культуры, а эффективно использовать человеческие ресурсы.

В качестве одного из таких ресурсов выступает индивидуальное здоровье преподавателей как базовая составляющая профессионального здоровья.

*Индивидуальное здоровье* рассматривается нами как состояние телесного, душевного и духовного благополучия, которое дает возможность человеку, полностью реализовав свой генетический потенциал, наилучшим образом решать жизненные задачи в целях продолжения рода, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни. Ведущее значение принадлежит духовному здоровью, уровень развития которого определяется качеством ценностно-смысловых отношений человека. Их отражением является духовно-нравственная ориентация человека. Здоровье

позволяет человеку при осуществлении своего высшего предназначения – творческого «достраивания» мира (К. Юнг) во имя Истины, Добра и Красоты – переживать полноту жизни и удовлетворенность ею [4, 5].

*Профессиональное здоровье* преподавателя – это способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности в условиях профессиональной деятельности [6].

Профессиональная деятельность преподавателя характеризуется высокими интеллектуальными нагрузками, что неизбежно сказывается на состоянии его здоровья.

В частности, А.С. Мозжухиным и Д.Н. Давиденко при изучении влияния чтения лекций на биоэлектрическую активность головного мозга, состояние сердечно-сосудистой системы и продукцию кортико-стероидных гормонов было обнаружено следующее:

- уже перед началом лекции у преподавателей регистрируются разнообразные изменения биоэлектрической активности головного мозга, среди них так называемая реакция десинхронизации (угнетение альфа-ритма, нередко сопровождающееся усилением быстрых колебаний), которая свидетельствует об эмоциональном напряжении; после лекции на электроэнцефалограмме наблюдается тенденция к усилению «выраженности» медленных волн, что является признаком утомления;

- на электрокардиограмме, записанной в период, предшествующий лекции, отмечается укорочение продолжительности кардиоциклов и соответственно интервалов P-Q и Q-T, что свидетельствует об изменении функционального состояния аппарата регуляции сердечной деятельности;

- под влиянием чтения лекции наблюдаются изменения фазовой структуры сердечной деятельности в виде укорочения длительности периодов напряжения и изгнания крови возрастает упругость артериальных сосудов, повышается артериальное давление, увеличивается объем циркулирующей крови;

- у преподавателей с малым стажем лекторской работы содержание 17-ОКС в часовой порции мочи возрастает после лекции более чем в 2 раза, а у более опытных преподавателей – в среднем в 1,5 раза, при этом у менее опытных лекторов количество экскретуемых с мочой гормонов значимо ( $p < 0,01$ ) больше, чем у лиц с солидным стажем преподавания [7].

Таким образом, исследование показало, что: а) изменения физиологических функций организма преподавателя проявляются уже в предрабочем периоде (а не только во время лекции), в котором находит отражение эмоциональное напряжение; б) менее опытные лекторы испытывают гораздо большее психоэмоциональное напряжение.

Кроме того, поскольку преподаватель ведёт один или два предмета, наблюдается 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 одних и тех же нервных центров является установлен-

ным фактом. Хотя 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 обучение по новым программам [5].

Трудности обучения при переходе к новым программам усугубляются формированием стойких динамических стереотипов. Их ломка становится одним из факторов профессионального стресса, симптомы которого отмечаются в разных сферах.

Появляются признаки, свидетельствующие о нарушении *когнитивных процессов*: наблюдаются изменение показателей долговременной и кратковременной памяти, увеличение времени и ошибок сенсомоторных реакций, невозможность сосредоточить внимание на работе, нечеткость выражения мыслей, формулировок, нарушение критичности мышления, «вязкость» мышления и др.

В *эмоциональной* сфере отмечаются: чрезмерно сильные и быстрые смены настроения, беспочвенная раздражительность и конфликтность, вызванные не внешними обстоятельствами, а внутренним состоянием, подавленное настроение (вплоть до депрессии), немотивированное беспокойство и тревога, чувство усталости, неспособность чувствовать симпатию к другим людям и др.

Наблюдаются изменения в *поведенческой* сфере: изменение характерных особенностей мимики, пантомимики, артикуляции, интонации, нарушение координации и точности движений, непроизвольное напряжение мышц, закрепощенность поведения или немотивированная активность и суетливость, ухудшение качественных и количественных показателей работы, уклонение от ответственности, склонность к несчастным случаям, злоупотребление курением, увеличение потребления алкоголя, зависимость от лекарственных средств.

Возникают одна за другой жалобы на нарушения *соматического* здоровья: изменение характера сна (бессонница или сонливость), переедание или потеря аппетита, повышение артериального давления, головные боли, боли в области шеи и нижней части спины, в области живота, затруднение дыхания, субфебрилитет, увеличение потоотделения, изменение цвета кожи лица (покраснение, побледнение), разнообразные сексуальные проблемы.

В силу постоянной нагрузки на голосовой аппарат преподаватели в большинстве своем жалуются на охриплость или периодическую потерю голоса, его быструю утомляемость, состояние «дискомфорта» при фонации, парестезии и спазмы в области мускулатуры шеи, сухость, першение в горле.

Одна из особенностей жизнедеятельности преподавателя – ограничение физической активности как в трудовой, так и в бытовой сфере. Отсутствие физического компонента в работе вызывает гиподинамию, выключаящую конечное звено стрессовой реакции – движение. Это ведет к напряжению центральной нервной системы, что в условиях высоких информационный и социальных перегрузок закономерно приводит к формированию неврозов и психосоматических заболеваний, ограничивающих двигательную активность.

Образуется своего рода порочный круг. К сожалению, преподаватели по причине своей профессиональной занятости (которая приводит к тому, что функции скелетных мышц в результате умственной работы снижаются), а также отсутствия потребности в двигательной активности (из-за возрастных особенностей организма, физической лениности) зачастую полностью исключают физкультуру из собственного образа жизни.

Сами преподаватели считают, что для сохранения профессионального здоровья администрация вуза должна не только обращать внимание на совершенствование режима труда и отдыха ППС (в том числе предоставлять возможность качественно и недорого обедать), но и организовывать медицинские осмотры и консультации на базе образовательного учреждения, группы здоровья, осуществлять выезды на природу и спортивные мероприятия. Должен быть решён вопрос о доступности бесплатных путёвок в санатории-профилактории. По мнению преподавателей, необходимы обучающие семинары по снятию стресса и методам народной медицины, а функционирование массажного кабинета рассматривается как одно из необходимых структурных подразделений образовательной организации.

Мы убеждены, что даже при оптимальном выполнении всех требований ППС к управленческим структурам по сохранению профессионального здоровья главным организатором здоровой жизнедеятельности является сам преподаватель, следующий принципам здорового образа жизни.

Поскольку в современных исследованиях индивидуальное здоровье рассматривается с позиций холистического подхода (единство телесного, душевного и духовного в человеке), содержательно здоровый образ жизни должен включать определенные навыки и умения по сохранению и развитию всех трёх компонентов здоровья [3, 5].

В медико-биологических исследованиях здоровый образ жизни решает задачи сохранения и развития телесного здоровья. Современные авторы пишут о здоровом стиле поведения, который включает в себя умения и навыки человека:

- выстраивать стратегию отношения к своему здоровью с учетом генетической предрасположенности членов семьи к различным заболеваниям и самооценки функционального состояния систем своего организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и т. д.);
- строить свою жизнь в соответствии с биологическим возрастом, биоритмологическими, морфофункциональными характеристиками, соизмерять свое поведение с возможностями организма;
- организовывать: а) полноценное питание; б) целесообразный режим двигательной активности с целью поддержания и совершенствования своих физических качеств и уровня тренированности; в) быт с учетом оздоровительного влияния естественных факторов среды; г) рабочее место согласно гигиеническим требованиям;
- избегать и преодолевать вредные привычки;
- осуществлять профилактику заболеваний и оказывать доврачебную помощь и др.

Специалисты, рассматривающие ЗОЖ с психологических позиций, определяют следующие умения и навыки человека сохранять душевное здоровье:

- ценностно относиться к индивидуальному здоровью;
- эффективно, бесконфликтно обращаться с окружающими;
- поддерживать межличностные контакты, уважая права и мнения других;
- выражать свои эмоции адекватно ситуации;
- избегать стрессов и владеть умениями снятия их последствий;
- вырабатывать качества, характеризующие психическую устойчивость личности (выдержка, тактичность, вежливость, учтивость, обходительность, доброжелательность и др.).

Учитывая особый социальный статус преподавателей, они должны владеть умениями и навыками сохранения и развития *духовного здоровья*, которые заключаются в: 1) достижении достаточной зрелости личности в целях преодоления в определенных моменты жизни примитивных инстинктов и влечений; 2) признании привата духовно-нравственных ценностей, традиционных для российской культуры; 3) отказе от эгоизма и эгоцентризма, принятии альтруизма как философии жизни.

Таким образом, укрепление профессионального здоровья сотрудников – одно из необходимых направлений деятельности администрации образовательной организации по формированию позитивной корпоративной культуры.

Предлагаемый преподавателями широкий круг диагностических, психопрофилактических, санаторно-просветительских и рекреационно-оздоровительных мер требует от администрации вуза разработки специальной программы «Профессиональное здоровье преподавателя».

#### ЛИТЕРАТУРА REFERENCES

1. Ветчанова О.В. Корпоративная культура организации // Справочник руководителя учреждения культуры. – 2012. – № 11.  
Vetchanova OV (2012). Corporate culture of the organization [Korporativnaja kul'tura organizacii]. *Spravochnik rukovoditelja uchrezhdenija kul'tury*, 11, 56-58.
2. Дыхан Л.Б. Культура здоровья и здорового образа жизни. – Ростов-на-Дону: Изд-во ЮФУ, 2014. – 59 с.  
Dy Khan LB (2014). Health and healthy living culture [Kul'tura zdorov'ja i zdorovogo obraza zhizni], 59.
3. Леван Т.Н., Маджуга А.Г., Малярчук Н.Н., Третьякова Н.В. Модель межрегионального координационного совета по вопросам здоровьесбережения в образовании // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия «Педагогика и психология». – 2014. – № 2 (28). – С. 8–20.

Levan TN, Madzhuga AG, Malyarchuk NN, Tretyakov NV (2014). Model of interregional coordination board on the problems of health protection in education [Model' mezhregional'nogo koordinacionnogo soveta po voprosam zdorov'esberezhenija v obrazovanii]. *Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. Serija "Pedagogika i psihologija"*, 2 (28), 8-20.

4. Малярчук Н.Н. Здоровьесозидающая деятельность педагогов // Педагогика. – 2009. – № 1. – С. 55–59.  
Malyarchuk NN (2009). Educators' health creation activity [Zdorov'ezozidajushhaja dejatel'nost' pedagogov]. *Pedagogika*, 1, 55-59.

5. Малярчук Н.Н. Факторы и культура здоровья педагогов // Народное образование. – 2013. – № 6. – С. 129–140.  
Malyarchuk NN (2013). Factors and educators' health culture [Fakторы i kul'tura zdorov'ja pedagogov]. *Narodnoe obrazovanie*, 6, 129-140.

6. Малярчук Н.Н., Цыбикова Е.Н. Сохранение и развитие здоровья школьников: функции систем здравоохранения и образования // Вестник БГУ. – 2013. – № 12. – С. 128–130.  
Malyarchuk NN, Tsybikova EN (2013). Preservation and development of schoolchildren's health: functions of health care and education system [Sohranenie i razvitie zdorov'ja shkol'nikov: funkcii sistem zdravooxranenija i obrazovanija]. *Vestnik BGU*, 12, 128-130.

7. Митина Л.М. Профессиональное здоровье учителя: стратегия и технология // Школа здоровья. – 1996. – Т. 3. – С. 56.  
Mitina LM (1996). Occupational health of a teacher: strategy and technology [Professional'noe zdorov'e uchitelja: strategija i tehnologija]. *Shkola zdorov'ja*, 3, 56.

8. Мозжухин А.С., Давиденко Д.Н. Влияние лекционной деятельности на состояние организма // Физиология человека. – 1979. – № 5, Т. 5. – С. 937.  
Mozzhukhin AS, Davydenko DN (1979). Influence of lecture activity on the state of an organism [Vlijanie lekcionnoj dejatel'nosti na sostojanie organizma]. *Fiziologija cheloveka*, 5, 937.

9. Поташник М.М. Сообщество педагогов школы: коллектив или команда? // Народное образование. – 2012. – № 5. – С. 170.  
Potashnik MM (2012). School-teachers community: staff or team? [Soobshhestvo pedagogov shkoly: kollektiv ili komanda?]. *Narodnoe obrazovanie*, 5, 170.

#### Сведения об авторах Information about the authors

**Малярчук Наталья Николаевна** – доктор педагогических наук, кандидат медицинских наук, профессор кафедры медико-биологических дисциплин и безопасности жизнедеятельности Тюменского государственного университета

**Malyarchuk Natalya Nikolaevna** – Doctor of Pedagogical Sciences, Candidate of Medical Sciences, Professor of the Department of Medical and Biological Disciplines and Emergency Management of Tyumen State University

**Цыбикова Елена Николаевна** – кандидат медицинских наук, старший преподаватель кафедры общественного здоровья и здравоохранения медицинского факультета Бурятского государственного университета (670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24; тел.: 8 (3012) 44-82-55; e-mail: etsybikova@mail.ru)

**Tsybikova Elena Nikolaevna** – Candidate of Medical Sciences, Senior Teacher of the Department of Public Health and Health Care of Medical Faculty of Buryat State University (Smolina str., 24, Ulan-Ude, Russia, 670000; tel.: +7 (3012) 44-82-55; e-mail: etsybikova@mail.ru)