

# Профессиональное здоровье учителя





**Профессиональное здоровье**  
– определенный **уровень**  
характеристик **здоровья**  
специалистов, **отвечающий**  
требованиям профессиональной  
**деятельности** и обеспечивающий  
ее высокую эффективность.  
(Маклаков А.Г.)

# Статистические данные

- ◆ 54% педагогов имеют нарушения массы тела,
- ◆ 70% – нарушения опорно-двигательного аппарата.
- ◆ Нарушения в нервно-психическом здоровье имеют:
  - после 10-ти лет работы более 35%;
  - после 15-ти лет стажа – 40 %;
  - после 20-ти лет – более 50 % педагогов.

# Мониторинговые исследования здоровья

- ◆ 70% опрошенных не считают себя здоровыми;
- ◆ 64% часто сталкиваются со стрессовыми ситуациями не только на работе, но дома

# Анализ листков нетрудоспособности

- ◆ практически каждый педагог в течение учебного года переболел простудными заболеваниями (некоторые педагоги и не один раз);
- ◆ 43% листков нетрудоспособности в результате обострения хронических заболеваний



# **«Здоровый учитель – здоровые дети»**

# Оценка риска формирования синдрома профессионального «выгорания»:

(варианты ответов: «да», «нет», «трудно сказать»)

1. Вы считаете себя высококвалифицированным специалистом?
2. Вы занимаете нынешнюю должность дольше двух, но не более пяти лет?
3. Вы живете один?
4. У вас нет никакого хобби?
5. Когда вы поступили на эту работу, она вам очень нравилась?
6. Вы никогда не думали о перемене специальности?
7. Вы почти или полностью удовлетворены своим уровнем доходов?
8. В вашем окружении нет людей, являющихся для вас хорошей эмоциональной поддержкой?

## Оценка полученного результата:

начислите себе по **2 балла** за каждый ответ «да»  
и по **1 баллу** за ответ «трудно сказать».

Если в сумме набрали **более 10 баллов**, то у вас достаточно **высок риск в ближайшие годы начать «выгорать»**.