

Ю.Н.Нарицына - кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors:

A.D Perminova* – student

V.V. Raznitsina – student

V.I. Adrianovskiy - Associate Professor

Yu. N. Naritsyna - Candidate of Sciences (Medicine), Associate Professor

***Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):**

npd2121@mail.ru

УДК 613.6

**УСЛОВИЯ ТРУДА УЧИТЕЛЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ**

Ольга Олеговна Плетнева, Мэхрибан Абилфатовна Данилова

Кафедра гигиены и экологии

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения РФ

Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. Во время рабочего процесса на здоровье педагогических работников влияет ряд профессиональных факторов, каждый из которых может иметь неблагоприятное влияние на здоровье учителей. **Цель исследования** – оценка условий труда учителей общеобразовательных организаций. **Материал и методы.** Методом санитарно-гигиенического обследования и измерения физических факторов оценены требования к воздушно-тепловому и световому режимам согласно существующей нормативной документации, а также требования к организации рабочего места учителя; составлены эпюры рабочей позы на соответствие гониометрическим показателям; методом гигиенической оценки условий труда оценена напряженность труда педагогов с установлением класса условий труда. Методом анкетного опроса изучена удовлетворенность условиями труда, уровень эмоционального выгорания. **Результаты.** Выявлено, что труд педагога является напряженным, имеются нарушения в организации рабочего места и светового режима в кабинетах общеобразовательного учреждения; режим труда и отдыха не соответствует гигиеническим требованиям; рабочие позы педагогов имеют отклонения по гониометрическим показателям. В ходе опроса по методике В.В. Бойко выявлено, что у 33% респондентов имеется начинающее «выгорание». **Выводы.** Выявлены нарушения светового режима, режима дня и отдыха, а также отклонения рабочих поз от нормы. Необходимо проводить мероприятия среди педагогов по вопросам состояния здоровья и укрепления психоэмоционального здоровья, а также привести в соответствие с гигиеническими требованиями выявленные нарушения санитарного законодательства.

Ключевые слова: педагог, условия труда, трудовая деятельность, состояние здоровья.

WORKING CONDITIONS OF TEACHERS IN GENERAL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Olga O. Pletneva, Mehriban A. Danilova

Department of Hygiene and Ecology

Ural state medical university

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. During the work process, the health of teachers is affected by a number of occupational factors, each of which can have an adverse effect on the health of teachers. **The purpose of the study** is to assess the working conditions of teachers in general education organizations. **Material and methods.** The method of sanitary-hygienic examination and measurement of physical factors assessed the requirements for air-thermal and light regimes in accordance with the existing regulatory documentation, as well as the requirements for the organization of the teacher's workplace; diagrams of the working posture were compiled for compliance with goniometric indicators; the method of hygienic assessment of working conditions was used to assess the intensity of work of teachers with the establishment of a class of working conditions. Satisfaction with working conditions, the level of emotional burnout were studied by the method of questionnaire survey. **Results.** It was revealed that the work of the teacher is intense, there are violations in the organization of the workplace and the light regime in the classrooms of the educational institution; the mode of work and rest does not meet hygienic requirements; working postures of teachers have deviations in goniometric indicators. During the survey according to the method of V.V. Boyko it was revealed that 33% of respondents have a beginning "burnout". **Conclusions.** Violations of the light regime, the regime of the day and rest, as well as deviations of working postures from the norm were revealed. It is necessary to carry out activities among teachers on the issues of health status and strengthening of psycho-emotional health, as well as to bring the identified violations of sanitary legislation into line with hygiene requirements.

Keywords: teacher, working conditions, labor activity, state of health.

ВВЕДЕНИЕ

Профессия педагога отличается крайне низкими показателями физического и психического здоровья. И эти показатели снижаются по мере увеличения стажа работы в школе. Сегодня профессия учителя реально может быть отнесена к группе профессий «повышенного риска» по частоте невротических расстройств, заболеваний органов дыхания и кровообращения [1].

Тема синдрома эмоционального выгорания у педагогов в настоящее время очень актуальна, так как эмоциональное состояние учителя влияет на обучение и психоэмоциональное состояние учеников. Специалисты МГПУ считают, что одним из факторов, формирующих профессиональную идентичность, является образ учителя в обществе [2].

Многообразии преподавательской деятельности, высокие требования к учителю современной школы, значимость оценки условий труда педагога, нашли отражение в многочисленных исследованиях отечественных ученых с использованием психометрических методов. Это позволило изучить особенности интеллектуальной, эмоциональной и физической нагрузок [3].

Цель исследования – оценка условий труда учителей общеобразовательных организаций.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Объектом исследования являются педагоги разного возраста общего начального и среднего образования общеобразовательной организации города Сургута. Методом санитарно-гигиенического обследования оценена организация рабочего места педагога, воздушно-теплого и светового режимов, а также измерены параметры микроклимата, естественного и искусственного освещения в 5 рабочих кабинетах на соответствие требованиям СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». Методом хронометража изучены виды деятельности педагога в течение дня, методом гигиенической оценки условий труда оценена напряженность труда с определением класса условий труда согласно Р 2.2.2006-05 «Руководство по гигиенической оценке факторов рабочей среды и трудового процесса. Критерии и классификация условий труда». Методом составления эпюра рабочей позы исследованы рабочие позы педагогов (сидя, стоя). Методом анкетного опроса с помощью Google-формы изучались вопросы удовлетворенности условиями труда, самооценка состояния здоровья, уровень эмоционального выгорания по методике В.В. Бойко. В опросе приняли участие 38 педагогов, большинство из которых женщины от 20 до 60 лет со стажем работы от 5 года до 30 лет. Первый блок анкетного опроса включал в себя 20 вопросов по удовлетворенности условиями труда и самооценке состояния здоровья, составлен на основании учебного пособия «Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний» Москва, 2012 по редакцией Н.Д. Ющука, И.В.Маевой, К.Г. Гуревича. Второй блок опросника состоял из 35 утверждений по методике В.В. Бойко.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Здание общеобразовательной организации трёхэтажное, в нем находится 36 учебных классов. Рабочее место педагога оборудовано: компьютерным креслом; двумя столами, на одном из которых стоит компьютер; тумбочкой с двумя выдвижными ящиками.

Естественная вентиляция в кабинетах обеспечивается за счет окон с откидными форточками. Искусственная вентиляция обеспечивается за счет централизованной приточно-вытяжной системы. Отопление кабинетов осуществляется с помощью водяных батарей. Значения микроклимата в исследуемых кабинетах на рабочих местах педагогов соответствуют требованиям СанПиН 1.2.3685-21.

Естественное освещение в аудиториях боковое, одностороннее. Тип инсоляционного режима – умеренный. Коэффициент естественной

освещенности в исследуемых учебных классах на рабочих местах соответствует требованиям СанПиН 1.2.3685-21. Источники искусственного света в кабинете представлены люминесцентными лампами. Техническое состояние осветительных приборов удовлетворительное, при этом потолочный пластик, который закрывает лампы пожелтел, произошло снижение светового потока люминесцентных ламп. Очистка самих светильников не проводится. В кабинетах № 4, № 5 искусственная освещенность не соответствует требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в среднем на 10 Люкс. Коэффициент пульсации в исследуемых учебных классах на рабочих местах соответствует нормативу.

В ходе исследования хронометража работы педагога начального общего образования было выявлено, что время, которое учитель тратит на все виды трудовой деятельности составляет в среднем 13,5 часов в сутки. Процент времени, который педагог затрачивает на подготовку к урокам - 33,3%, на проведение занятий – 36,2%, на заполнение электронного журнала и работу с родителями - 8,3%, на проверку тетрадей, тестов, проверочных работ – 22,2%.

При оценке напряженности трудового процесса установлено, что 4 показателя относятся к классу 3.1: содержание работы; длительность сосредоточенного наблюдения; плотность сигналов (световых, звуковых) и сообщений в среднем за 1 час работы; наличие регламентированных перерывов и их продолжительность. К классу 3.2 относятся 6 показателей: распределение функций по степени сложности задания; характер выполняемой работы; число объектов одновременного наблюдения; наблюдение за экранами видеотерминалов (часов в смену); нагрузка на голосовой аппарат (суммарное количество часов, наговариваемое в неделю); фактическая продолжительность рабочего дня. Анализ показал, что изученные интеллектуальные, сенсорные, эмоциональные нагрузки, а также режим работы по отдельным показателям соответствуют классу 3.2 (напряженный труд).

Анализ эшюров рабочих поз педагогов в положении сидя и стоя показал, что уровень наклона лучезапястного, локтевого, коленного и голеностопного суставов, а также положение тела во время работы не соответствует гониометрическим показателям (Таблица 1).

Таблица 1

Гониометрические показатели

Наименование (суставов)	углов	Оптимальные пределы (в град.) сидя/стоя	Измеренные пределы (в град.) сидя/стоя
Лучезапястный		170-190/170-190	180/162
Локтевой		80-110/80-100	83/154
Тазобедренный		85-100/165-180	100/170
Коленный		95-120/180	70/172
Голеностопный		85-95/90-100	74/72
Отклонение вертикали	шеи от	10-25/10-25	43/22
Отклонение вертикали	плеча от	15-35/0-15	26/60

Отклонение туловища от вертикали	15-25/0-15	5/2
----------------------------------	------------	-----

В ходе опроса было выявлено, что есть учителя, которые не удовлетворены освещенностью (28,9%) и шумом (15,8%). При оценке стола и стула на рабочем месте, учителя отмечают минусы мебели на их рабочем месте – нет регулировки высоты поясничной опоры (44,7%). У 32% опрошенных отсутствует регулировка сопротивления спинки и глубины сидения стула.

По данным самооценки состояния здоровья болевые ощущения или дискомфорт в области глаз испытывают 65,8% респондентов. Выявлено, что 39,5% учителей испытывают трудности в чтении газетного шрифта, 50% в повседневной деятельности, требующей достаточно четкого зрения. Со стороны опорно-двигательной системы респонденты сталкиваются с такими симптомами, как боль в суставах (57,9%); позвоночнике (60,5%); ногах, особенно в области стопы (42,1%). Также 44,7% респондентов считают, что работа в общеобразовательной организации является причиной возникновения их хронических заболеваний.

Наиболее частые ответы о факторах, которые оказывают влияние на ухудшение здоровья по мнению педагогов считаются – психоэмоциональное напряжение, связанное с большим объемом требований к профессиональной деятельности (78,9%), недостаток времени на отдых и восстановление (71,1%) и невозможность правильно питаться (47,4%).

При анализе уровня эмоционального выгорания установлено, что у 64% опрошенных отсутствует выгорание, начинающее «выгорание» прослеживается у 33% респондентов и только у 3% педагогов можно говорить об имеющемся «выгорании».

ОБСУЖДЕНИЕ

Оценка санитарно-гигиенического состояния кабинетов в общеобразовательной организации выявила нарушения светового режима и организации рабочего места. Недостаточный уровень искусственного освещения может приводить к ухудшению зрения. Это подтверждают жалобы педагогов на дискомфорт и болевые ощущения в области глаз по результатам анкетного опроса самооценки состояния здоровья. Выявленные отклонения по гониометрическим показателям рабочей позы педагога и невозможность регулировать рабочую мебель соотносится с жалобами сотрудников со стороны опорно-двигательной системы. По результатам опроса педагоги считают, что самый главный фактор, который оказывает влияние на ухудшение их здоровья – психоэмоциональное напряжение, связанное с большим объемом требований к профессиональной деятельности (78,9%). Исследования показывают, что существенную роль в развитии негативных психоэмоциональных состояний педагогов играет организационный стресс, значительную долю ответственности за который несет администрация образовательных учреждений [4]. В работе В.А. Панкова анализ сведений о состоянии здоровья педагогов показал, что при первичном осмотре у 40% работников выявляется патология, требующая амбулаторного обследования и

лечения, и практически 50% обследованных учителей необходимо диспансерное наблюдение. В структуре заболеваемости лидирующими являются заболевания глаза— 43,6% [5]. Общеобразовательной организации было рекомендовано привести в соответствие с гигиеническими требованиями световой режим, а также проведена беседа с педагогов по вопросам профилактики заболеваний опорно-двигательного, зрительного аппаратов и эмоционального выгорания.

ВЫВОДЫ

1. При оценке рабочих мест в учебных классах общеобразовательной организации выявлены нарушения светового режима.

2. При анализе хронометража рабочего дня педагога установлены нарушения режима дня и отдыха.

3. Класс условий труда педагогов 3.2 (напряженный труд), рабочие позы педагогов имеют отклонения по гониометрическим показателям.

4. В ходе опроса выявлена неудовлетворенность в организации рабочего места, по результатам самооценки состояния здоровья имеются симптомы со стороны опорно-двигательной системы и зрительного аппарата.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Митина, Л.М. Концепция профессионального развития и сохранения здоровья учителя как основа образовательной политики/ Л.М. Митина// Школа здоровья. 2000. - № 2. - С. 43-50

2. Жабина, Н.Г. Профессиональная идентичность начинающих учителей: обзор исследований/ Н.Г. Жабина // МГПУ, 2021.С. - 195-205.

3. Пчелинова, В.В. Многоярусная классификация профессий и специальностей как основание профориентирования/ В.В. Пчелинова // Практическая психология и социальная работа. Киев. – 2012. – Т. 1. – С. 40-48.

4. Багнетова, Е.А., Шарифуллина, Е.Р. Профессиональные риски педагогической среды / Е.А. Багнетова, Е.Р. Шарифуллина// Фундаментальные исследования. – 2013. – № 1-1. – С. 27-31.

5. Панков, В.А. Условия труда и состояние здоровья педагогов общеобразовательных организаций / В.А. Панков, Е.В. Катаманова, Н.В. Сливницына [и др.]// Гигиена и санитария. -2022 -101(8). - С. 940-946.

Сведения об авторах

О.О. Плетнева – студентка

М.А. Данилова – ассистент

Information about the authors

О.О. Pletneva – student

М.А. Danilova – assistant

Автор, ответственный за переписку (Corresponding author)

olga.pletneva2001@yandex.ru