

**УДК 37.013****Философские и педагогические основания здоровьесберегающих технологий социально-культурной деятельности****Генова Нина Михайловна**

Доктор культурологии, кандидат философских наук,  
член-корреспондент Академии менеджмента в образовании и культуре,  
завкафедрой театрального искусства и социокультурных процессов,  
Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского,  
644077, Российская Федерация, Омск, проспект Мира, 55-А;  
e-mail: GenovaNM@omsu.ru

**Захарова Ирина Евгеньевна**

Аспирант,  
Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского,  
644077, Российская Федерация, Омск, проспект Мира, 55-А;  
e-mail: ZakharovaIE@omsu.ru

**Аннотация**

В статье утверждается необходимость применения здоровьесберегающих технологий в условиях повышения интенсивности трудовой деятельности населения, синдрома «выгорания» современного человека. Авторы исходят из концептуальных положений теории А. Тойнби «вызов – ответ», других известных философов и педагогов о самопознании и создании необходимых педагогических условий для воспитания «человека-культуры». Предлагается с помощью технологий социально-культурной деятельности создание модели организационно-педагогических условий для приобщения человека к культуре и сохранения его здоровья. В заключении показано, что с точки зрения педагогического подхода, предложенная модель будет включать «виртуального помощника» для воспитания «человека-культуры», который будет реализован с использованием всех возможностей здоровьесберегающих технологий. Применение этой модели взрослым населением поможет улучшить процесс воспитательной работы. В результате, возникающая потребность в продолжении взаимодействия с приложением может способствовать интересу к культурному самообразованию и постоянному самосовершенствованию личности.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Генова Н.М., Захарова И.Е. Философские и педагогические основания здоровьесберегающих технологий социально-культурной деятельности // Педагогический журнал. 2024. Т. 14. № 7А. С. 47-54.

**Ключевые слова**

Население, синдром «выгорания», здоровьесберегающие технологии, культура, педагогика, философские основания, воспитание, самопознание.

## Введение

Современный ритм жизни кардинально изменился по сравнению с последними десятилетиями XX века. Перемены в политической и общественной жизни, культуре, медицине, технике способствовали изменению образа жизни, привычек, ценностей самого человека. Интенсификация ежедневных рабочих процессов в различных сферах трудовой деятельности, ужесточение требований к повышению уровня профессионализма современного работающего человека, труд в условиях ненормированного рабочего времени, высокой концентрации внимания, ответственности, с одновременным повышением скорости выполнения поставленных задач, ожидаемо отражаются на выносливости организма. Как следствие, сокращается и время организации досуга, совершенствования дальнейшего развития творческих способностей человека. Таким образом, порой, сложившаяся жизненная ситуация становится «вызовом» для личности, который требует от нее ответа, а точнее выбора варианта решения.

В контексте концептуальных положений теории Арнольда Тойнби «вызов-ответ», современный человек должен осознать личностные вызовы и найти ресурсы для гармонизации своей личности. Некоторые личности становятся жертвами этих вызовов, другие же, реализуют успешный ответ, благодаря творческому движению «ухода-и-возврата». По мнению автора, «уход дает возможность личности реализовать находящиеся внутри нее силы, которые остались незадействованными, если бы она не была на время избавлена от опутавших ее социальных сетей и неводоов. Уход – это возможность, а быть может, и необходимое условие для преобразования личности». [Тойнби, 2009]

## Основное содержание

Локальным примером травмирующего влияния вызова на человека без его адекватного ответа, в том числе посредством творческого движения «уход-возврат», становится потеря качества жизни и развитие эмоционального выгорания у работающего населения, в том числе, нарастающего эмоционального истощения, которое проявляется полной или частичной эмоциональной глухотой в ответ на психотравмирующие факторы.

Обратимся к работам ученых философов, освещающих значение воспитания для становления личности. Н. А. Бердяев рассматривает проблему самопознания, как процесс созидания своей личности путем познания себя, «так как жизнь есть прежде всего движение, то основная проблема жизни есть проблема изменения, изменения собственного и изменения окружающих». [Бердяев, 2023], [Бердяев, 2002] Действительно, в рамках воспитания личности и индивидуальности многие философы видели самосовершенствование, как единственно возможное средство достижения счастья и обретение смысла жизни. Так, И. Кант считал, что становление личности, ее воспитание происходит в процессе собственного развития, личностного роста и самосовершенствования, и этот процесс должен быть всесторонним. [Кант, 1994] Позднее, И.Г. Фихте переработал идеи И. Канта в педагогическую систему самостоятельности учащегося и акцентировал внимание на его внутреннем развитии – формирование индивидуальности и креативности.

Принцип самостоятельности получил свое развитие в работах русского педагога П.Ф. Каптерева, который утверждает главенство самообразования и саморазвития перед воспитанием, выступающим, по его мнению, вспомогательным механизмом. [Каптерев, 1982]

Представляется актуальным и принцип культуросообразности – воспитание человека в условиях культурных особенностей среды, в которой он находится, был также предложен немецким педагогом А. Дистервергом. [Дистервег, 2010]

Один из ключевых аспектов в педагогике это также развитие личности через социокультурную деятельность.

Согласно теории С.Г. Вершловского о саморазвитии личности [Вершловский, 2003], в процессе развития человека необходимо особое внимание уделить созданию благоприятных условий для саморазвития каждой отдельной личности. В работах Л.С. Выгодского получила свое развитие мысль о значении игры, как главного элемента социокультурного развития личности. Автор полагал, что игра является механизмом саморазвития и призывал использовать ее потенциал для достижения воспитательных целей.

Анализируя концепцию социального плана развития личности по Л. С. Выгодскому, московский ученый Н. Н. Ярошенко приходит также к выводу о неприемлемости рассмотрения культурного воздействия среды вне воспитательного контекста, ориентированного на развитие личности как ведущей роли педагогической работы. Вместе с тем, автор признает наличие определенных проблем, мешающих полноценному включению в культурную деятельность населения. По мнению ученого, в процессе создания развивающей социально-культурной среды, мы обязаны учитывать особенности того отношения к этой среде, которое человек формирует самостоятельно, а любой акт проектирования социально-культурной среды – это действие, направленное на помощь личности в осознании, ценностной оценке и эмоциональном отношении к миру. [Ярошенко, 2013]

Безусловно, педагогические основания социокультурной деятельности тесно связаны с теорией саморазвития личности и требуют комплексного решения к формированию гармонично развивающейся индивидуальности. На наш взгляд, заслуживает внимания современная теория образования личностно-культурологического подхода Е. В. Бондаревской.

В основе концепции Е. В. Бондаревской лежит принцип культуросообразности. Автором введены понятия «человек культуры» - свободная, творческая, созидаящая личность, способная к самостоятельному выбору в мире культуры, и «индивидуально-личностный подход», суть которого заключается в развитии индивидуальности личности и ее творческого потенциала. Личностно-культурологический подход существует по правилу трех составляющих, взаимосвязанных друг другом: человек культуры – предмет воспитания, где сама культура – это среда, помогающая развитию личности, а творчество выступает в роли способа развития личности в культуре. [Бондаревская, 2000] Вместе с тем, возникновение существующих педагогических концепций и их развитие, происходило в ответ на актуальные запросы школьного и вузовского образования, а педагогические разработки образования и взрослых, в первую очередь, отвечают на вопросы профессионального образования и переподготовки кадров и почти не затрагивают вопросов воспитания.

В недавней публикации [Генова, Захарова, 2023] мы делились своими наблюдениями, полученными в ходе проведения исследования «Свободное время врачей» (анкетирование 115 врачей поликлинического звена г. Омска), позднее, нам удалось увеличить число респондентов до 292 человек (в возрасте от 25 до 60 лет и старше). В нашем исследовании, на примере медицинских работников, мы подробно описали текущую ситуацию отношения к досугу и культурным предпочтениям работающего населения. Обобщенные данные показали, что 53 % (152) опрошенных за 12 месяцев не посетили никаких культурных мероприятий учреждений культуры. Так, за названный год в музеях не побывало 59 % (172) опрошенных, в театрах – 43

% (122) респондентов, не посетили концерты 56,21% (163) опрошенных медицинских работников. Около 38% объяснили отсутствие интереса к досуговой деятельности отсутствием свободного времени и достаточного бюджета.

В нашем исследовании из 152 медицинских работников, не посещающих в свое свободное время культурные мероприятия, 67 человек прошли тестирование, с целью диагностики эмоционального выгорания. Трактовка данных велась путем подсчета баллов по шкалам эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личных достижений (опросник К. Маслач и С. Джексона «Эмоциональное выгорание» в адаптации Н. Е. Водопьяновой). [Водопьянова, 2024]

Эмоциональное истощение, проявляющееся в снижении эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, равнодушием, неспособностью испытывать сильные эмоции, как положительные, так и отрицательные, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущении «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью, в целом, было обнаружено у 73% (49) тестируемых медицинских работников. Высокий уровень выраженности был у 48 % тестируемых (32), средний уровень – у 25 % (17).

Деперсонализация, проявляющаяся в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях – в раздражительности, негативизме и циничном отношении к коллегам и пациентам был выявлен у 61% (41), в том числе, высокий уровень – 31% (21) и средний уровень – 30 % (20).

Редукция личных достижений, проявляющаяся в негативном оценивании себя, результатов своего труда и возможностей для профессионального развития проявилась у 45% (32) тестируемых, в том числе, высокого уровня – 23% (17) и 22% (15).

Полученные данные подтверждают прямую связь между социальной дезадаптацией работающего населения (эмоциональное выгорание, стресс), и недостаточностью не только самопознания и самосовершенствования, но и социально-культурных реабилитационных мероприятий, в частности, воспитания культуры здоровья, в том числе, правильной организации трудового, досугового времени и культуры отдыха. Мы намеренно обращаем внимание на резервы культуры, как на один из факторов здоровья, поскольку, культура выражает степень обращенности человека к самому себе. С одной стороны, степень вовлеченности человека в самопознание, самосохранение и саморазвитие прямо пропорциональны уровню культуры здоровья человека. С другой стороны, культура может стать той мотивационной силой, которая помогает найти новые смыслы и мобилизовать внутренние силы организма в ответ на приходящие «вызовы». Иными словами, культурный человек заинтересован в своем здоровье, и в этом реализуется прочная связь культуры и здоровья.

В этой связи, нами также был проведен выборочный опрос среди тех, кто прошел тестирование (47 человек), и согласившихся поделиться своими трудностями и пожеланиями по изменению текущей ситуации. По данным опроса 50 % опрошенных не находят времени для последовательного регулярного подбора культурных мероприятий в рамках своего досуга, и этим объясняют отсутствие досуговой активности. По данным опроса, у половины респондентов (51%) выбор мероприятий обычно происходит спонтанно, вторая половина вдумчиво подходит к выбору мероприятий и тратит на это от 2-х до 4-х часов, но это не всегда отражается на увеличении частоты посещений культурных мероприятий. Вместе с тем, 80% респондентов отметили потребность в необходимости онлайн приложения, которое помогало

бы вести подбор культурных мероприятий в индивидуальном порядке с учетом территориальной доступности, культурных предпочтений, экономической оправданности, рекомендуемой частоты, что по мнению респондентов, позволило бы увеличить частоту досуговой активности до 1-2 раз в месяц 51%, до 3-5 раз в месяц 14%, более 5 раз в месяц до 10 % опрошенных. На этом этапе завершился констатирующий эксперимент нашего исследования.

Используя элементы наметившегося подхода, включающего философские и педагогические основания и подтверждающие необходимость включения технологий социально-культурной деятельности, мы пришли к необходимости разработки и внедрения модели организационно-педагогических условий для населения на основе методов здоровьесберегающей технологии социально-культурной деятельности.

В своей работе по воспитанию «человека культуры», а именно, новых культурных привычек, правильной организации трудового, досугового времени и культуры отдыха, мы применили метод педагогического моделирования, включающего все его этапы: анализ педагогических моделей обучения и воспитания, формулирование гипотезы о необходимости внедрения здоровьесберегающих технологий социально-культурной деятельности, как необходимой части профилактики стресса и эмоционального выгорания, в конечном итоге улучшения качества жизни. Разработанные организационно-педагогические условия могли бы стать моделью организации саморазвития личности в системе «работа-досуг». Этому способствует процесс воспитания новых культурных привычек населения, направленных на реализацию здоровьесбережения в рамках профилактики развития стресса на работе и эмоционального выгорания и воспитания «человека культуры».

Модель организационно-педагогических условий для населения на основе методов здоровьесберегающих технологий социально-культурной деятельности предлагается разработать на основе теоретической базы концепции культуросообразности Е. В. Бондаревской [Бондаревская, 2000] и технологии саморазвивающего воспитания Г. К. Селевко, и представить следующими компонентами:

- 1) Диагностика и анализ: диагностика и анализ психоэмоционального состояния работающего человека и существующих проблем организации трудового, досугового времени и текущего состояния культуры отдыха;
- 2) Организационно-педагогический компонент: составление программ воспитания культурных привычек, основанные на саморазвитии, саморегуляции и самосовершенствовании личности;
- 3) Функциональный компонент: реализация воспитательной, рекреативно-оздоровительной, здоровьесберегающей, творчески развивающей функций;
- 4) Результативный компонент: формирование новых культурных привычек личности, направленных на воспитание «человека культуры» и профилактику эмоционального выгорания на рабочем месте;
- 5) Игровой компонент: является дополнением для реализации мотивационной поддержки личности в процессе практической реализации модели (работы с виртуальным помощником) с целью формирования доминанты на самосовершенствование, элементы которого присутствуют во всех компонентах.

С позиции педагогической направленности, предлагаемая модель будет включать дополнительно «виртуального помощника» по воспитанию «человека- культуры», реализуемого через весь потенциал здоровьесберегающих технологий. Использование предлагаемой модели взрослым населением, позволит совершенствовать процесс

воспитательной деятельности. Таким образом, формирующаяся доминанта потребности в продолжении общения с приложением, может стимулировать потребность в культурном самообразовании и самосовершенствовании личности на постоянной основе.

### Заключение

Экспериментальная часть нашего исследования не завершена и будет дополнена данными анкетирования других профессиональных сообществ, что позволит получить более полные данные о степени распространенности синдрома эмоционального выгорания и режима жизни работающего населения в системе «работа-досуг». В дальнейшем, на этапе контрольного эксперимента мы ожидаем получение новых результатов, уже на базе разработанного виртуального помощника, о чем сообщим в следующих публикациях.

### Библиография

1. Тойнби, А.Дж. Исследование истории: Возникновение, рост и распад цивилизаций/ Арнольд Дж. Тойнби; пер. с англ. К.Я. Кожурина. - М.: АСГ: АСГМОСКВА, 2009. - 670 с.
2. Бердяев Н. А. Самопознание. – М.: Эксмо, 2023. – 544 с.
3. Бердяев Н.А. Смысл творчества / Н.А. Бердяев. М.: АСТ, 2002.– 772 с.
4. Кант И. Сборник сочинений в восьми томах (Т.1-8). Т.2 –М.: Чоро, 1994. – 429 с.
5. Каптерев П. Ф. Избранные педагогические сочинения / под ред. А. М. Арсеньева; сост. П. А. Лебедев; Акад. пед. наук СССР. — М. : Педагогика, 1982. — 703, [1] с. — (Педагогическая библиотека). — Библиогр.: с.682-698 и в примеч. — Указ. имен: с. 699-701
6. Дистервег Ф.А. Избранные педагогические сочинения. – М.: Учпедгиз. 1956г. Степин В. С. Действие // Новая философская энциклопедия: В 4 т. Т. 1 / Предс. науч.-ред. совета В. С. Степин. – 2-е изд., испр. и допол. – М.: Мысль, 2010. – с. 744)
7. Вершловский С.Г. Взрослый как субъект образования Педагогика. 2003. № 8. С.3-8
8. Ярошенко Н.Н. Развивающая среда и социально-культурная деятельность: контекст сущностного единения педагогики и культуры/ Труды Санкт-Петербургской государственного университета культуры и искусств/Социально-культурная деятельность в условиях модернизации России/Т.195, 2013, С. 41-46
9. Бондаревская Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования / Е. В. Бондаревская. - Ростов-на-Дону: Булат, 2000. - 351 с.
10. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 299 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08627-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539183> (дата обращения: 03.07.2024).

## Philosophical and pedagogical foundations of health-saving technologies of socio-cultural activities

**Nina M. Genova**

Doctor of Cultural Studies, PhD in Philosophy,  
Corresponding Member of the Academy of Management  
in Education and Culture,  
Head of the Department of Theater Arts and Sociocultural Processes,  
Omsk State University,  
644077, 55-A, Mira ave., Omsk, Russian Federation;  
e-mail: [ninagenova@mail.ru](mailto:ninagenova@mail.ru)

**Irina E. Zakharova**

Postgraduate student,  
Omsk State University named after F.M. Dostoevsky  
644077, 55, Mira Avenue, Omsk, Russian Federation;  
e-mail: ZakharovaIE@omsu.ru

**Abstract**

This article is approved necessity of using health-saving technologies in conditions of high intensity of work activity of population, the burnout syndrome of modern people. Authors are coming out of conceptual provisions of the theory of A. Toynbee «Challenge and Response», another famous philosophers and tutors about self-cognition and creating the necessary pedagogical tools for nurture «cultural people». It's proposed to create a model of organizational and pedagogical conditions for introducing a person to culture and preserving his health with the help of technologies of socio-cultural activity. In conclusion, it is shown that from the point of view of the pedagogical approach, the proposed model will include a "virtual assistant" for the education of a "human-culture", which will be implemented using all the possibilities of health-saving technologies. The use of this model by the adult population will help improve the process of educational work. As a result, the emerging need for continued interaction with the application can contribute to interest in cultural self-education and continuous self-improvement of the individual.

**For citation**

Genova N.M., Zakharova I.E. (2024) Filosofskie i pedagogicheskie osnovaniya zdorov'esberegayushchikh tekhnologii sotsial'no-kul'turnoi deyatel'nosti [Philosophical and pedagogical foundations of health-saving technologies of socio-cultural activities]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 14 (7A), pp. 47-54.

**Keywords**

Population, burnout syndrome, health-saving technologies, culture, pedagogic, philosophical foundations, nurture, self-cognition.

**References**

1. Toynbee, A.J. A Study of History: The Rise, Growth, and Fall of Civilizations / Arnold J. Toynbee; trans. from English by K.Ya. Kozhurina. - M.: ASG: ASGMOSKVA, 2009. - 670 p.
2. Berdyaev, N.A. Self-knowledge. - M.: Eksmo, 2023. - 544 p.
3. Berdyaev, N.A. The Meaning of Creativity / N.A. Berdyaev. M.: AST, 2002. - 772 p.
4. Kant, I. Collected Works in Eight Volumes (Vol. 1-8). Vol. 2 - M.: Choro, 1994. - 429 p.
5. Kapterev P. F. Selected pedagogical works / ed. A. M. Arsenyeva; comp. P. A. Lebedev; Academician ped. Sciences of the USSR. - M.: Pedagogy, 1982. - 703, [1] p. — (Pedagogical library). — Bibliography: pp. 682-698 and in notes. - Decree. names: s. 699-701
6. Disterweg F.A. Selected pedagogical works. - M.: Uchpedgiz. 19561. Stepin V. S. Action // New philosophical encyclopedia: In 4 volumes. T. 1 / Pred. scientific-ed. Council V. S. Stepin. - 2nd ed., rev. and additional - M.: Mysl, 2010. - p. 744)
7. Vershlovsky S.G. Adult as a subject of education Pedagogy. 2003. No. 8. P.3-8
8. Yaroshenko N.N. Developing environment and socio-cultural activity: the context of the essential unity of pedagogy and culture / Works of the St. Petersburg State University of Culture and Arts / Socio-cultural activity in the context of modernization of Russia / T.195, 2013, P.41-46
9. Bondarevskaya E.V. Theory and practice of personality-oriented education / E. V. Bondarevskaya. - Rostov-on-Don:

Bulat, 2000. - 351 p.

10. Vodopyanova N.E. Burnout syndrome. Diagnostics and prevention: a practical guide / N. E. Vodopyanova, E. S. Starchenkova. — 3rd ed., corrected and enlarged. — Moscow: Yurait Publishing House, 2024. — 299 p. — (Professional Practice). — ISBN 978-5-534-08627-0. — Text: electronic // Yurait Educational Platform [website]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539183> (date of access: 03.07.2024).