

УДК 37.015.32

**Ф. В. ПОВШЕДНАЯ**, доктор педагогических наук, профессор кафедры общей и социальной педагогики, НГПУ им. К.Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, e-mail: [lebedeva-oksana.nn@yandex.ru](mailto:lebedeva-oksana.nn@yandex.ru)

**О. В. ЛЕБЕДЕВА**, кандидат психологических наук, доцент кафедры классической и практической психологии, НГПУ им. К.Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, e-mail: [lebedeva-oksana.nn@yandex.ru](mailto:lebedeva-oksana.nn@yandex.ru)

## **ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ФЕНОМЕНА «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ» СТУДЕНТАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА**

**F.V. Povchednaia, O.V. Lebedeva**

### **PECULIARITIES OF PEDAGOGICAL HIGH SCHOOL STUDENTS' COMPREHENSION OF "PSYCHOLOGICAL HEALTH" PHENOMENON**

Данная статья является фрагментом исследовательского проекта, который посвящен изучению возможностей образовательно-воспитательной среды педагогического вуза в сохранении и формировании у студентов – будущих педагогов основных компонентов психологического здоровья. В статье рассматривается понятие «психологическое здоровье» в современной психологической литературе, а также представлены результаты изучения восприятия феномена «психологическое здоровье» студентами 1-6 курсов, обучающимися по разным специальностям в педагогическом вузе. В частности, проведенное исследование затронуло следующие аспекты: особенности восприятия и содержательного наполнения обучающимися термина «психологическое здоровье»; особенности представления изучаемого феномена в контексте выделения его основных компонентов; осознания возможностей педагогического вуза в создании условий, способствующих сохранению и укреплению психологического здоровья студентов. В статье представлена авторская разработка, направленная на изучение исследуемого феномена, а также количественный и качественный анализ полученных в процессе изучения исследуемых параметров результатов.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, профессиональная компетенция, безопасность образовательно-воспитательной среды

This article is part of a research project that explores educational environment of pedagogical universities in the preservation and formation of students - future teachers of the basic components of psychological health. The article discusses the concept of " psychological health" in the modern psychological literature, and presents the results of studying the perception of the phenomenon of "psychological health" of students 1-6 courses, students in different specialties in a pedagogical University. In particular, the study addressed the following aspects: the characteristics of perception and the content of trainees of the term " psychological health"; features submission of the studied phenomenon in the context of the allocation of its major components; understanding of the possibilities of pedagogical University in creating the conditions conducive to the preservation and enhancement of the mental health of students. The article presents the author's research aimed at the study of the phenomenon being studied, as well as quantitative and qualitative analysis obtained in the process of learning the parameters studied results.

**Keywords:** psychological health, professional competence, safety of educational environment.

Динамичные тенденции развития современной образовательной ситуации в нашей стране обуславливают актуальность рассматриваемой проблемы системного анализа феномена психологическое здоровье, выяснению его роли в системе высшего образования в контексте компетентностного подхода. Актуальность проблемы сохранения, укрепления и

развития психологического здоровья человека подчеркивается отечественными и зарубежными исследователями (Дж. Бьюдженталь, Б.С. Братусь, И.В. Дубровина, А.И. Захаров, А. Маслоу, Р. Мэй, В.Э. Пахальян, К. Роджерс, В.И. Слободчиков, Д.И. Фельдштейн, В. Франкл, О.В. Хухлаева и др.). Вместе с тем научных исследований в области изучения особенностей формирования профессиональной культуры будущего педагога с учетом индивидуальных вариантов его психологического здоровья недостаточно.

В течение жизни человека психологическое здоровье постоянно изменяется через взаимодействие внешних и внутренних факторов, оно, как подчеркивает И.В. Дубровина, зарождается и укрепляется в недрах таких социальных институтов как детский сад, семья, учреждения дополнительного образования, школа, вуз. «Психологическое здоровье является результатом глубинного взаимодействия развития, обучения и воспитания детей и школьников и обусловлено, с одной стороны, характером их психического здоровья, с другой стороны, определенным уровнем их психологической грамотности и психологической культуры развивающейся личности» [5; с. 139]. Так, для здоровья ребенка важно не только то, что в школе удовлетворяются его познавательные потребности, но и социальные потребности в общении, психологические потребности в уважении к своему человеческому достоинству, к его чувствам и переживаниям, интересам и способностям (не только в учебной деятельности).

О.В. Хухлаева считает, что «ключевым» словом для описания психологического здоровья человека является слово «гармония» или «баланс» между различными составляющими самого человека: эмоциональными и интеллектуальными, телесными и психическими. «Психологическое здоровье представляет собой динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи» [20].

Современная школа, в том числе и высшая школа, может быть рассмотрена как объект высокого риска, так как выпускает «сверхсложный продукт» – психологически здоровую личность, требующий для своего создания индивидуальных технологий. И.С. Кон подчеркивает, что 18-23-летний человек является взрослым как в биологическом, так и в социальном отношении. Общество видит в нём уже не столько объект социализации, хотя продолжает его воспитывать, сколько ответственного субъекта общественно-производственной деятельности, оценивая её результаты по «взрослым» стандартам. Ведущей сферой деятельности становится теперь труд с вытекающей отсюда дифференциацией профессиональных ролей [7; с.45].

Студенчество отличается наиболее высоким образовательным уровнем, наиболее активным потреблением культуры и высоким уровнем познавательной мотивации. В то же время студенчество – социальная общность, характеризующаяся наивысшей социальной активностью и достаточно гармоничным сочетанием интеллектуальной и социальной зрелости. Учет этой особенности студенчества лежит в основе отношения преподавателя к каждому студенту как партнеру педагогического общения, интересной для преподавателя личности.

Взрослеющему человеку необходима помощь в овладении средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира. А.Ф. Лосев писал: «Личность есть такая единственность и неповторимость, которая является не только носителем сознания, мышления, чувствования и так далее, но вообще субъектом, который сам же себя соотносит с собою и сам же соотносит со своим окружением» [8].

Актуальным становится вопрос о психологической безопасности или «культуре психологической безопасности» (И.А. Баева, В.В. Семикин) во взаимодействии участников

образовательной среды, в системе отношений «человек-человек», то есть субъект-субъектных отношений.

Цель нашего исследования заключалась в том, чтобы проанализировать особенности восприятия феномена «психологическое здоровье» студентами педагогического вуза, обучающимися по следующим специальностям «Дошкольная педагогика и психология», «Психология», «Олигофренопедагогика», «Филология», «Филология с дополнительной специальностью педагогика и психология». В исследовании приняли участие 180 человек. Выборку испытуемых составили обучающиеся с 1-го по 6-й курс в возрасте 17–23 лет (в количестве 30 человек с каждого курса).

В соответствии с поставленной целью исследования нами была разработана анкета, включающая в себя три основных параметра: особенности восприятия и содержательного наполнения обучающимися термина «психологическое здоровье»; особенности представления изучаемого феномена в контексте выделения его основных компонентов; осознания возможностей педагогического вуза в создании условий, способствующих сохранению и укреплению психологического здоровья студентов.

Анализ полученных результатов показал, что студенты 1, 2 курсов не имеют четкого представления об изучаемом феномене, идентифицируя понятия «психологическое здоровье» и «полноценное развитие личности» (86,67% и 96,67% соответственно). В связи с необходимостью адаптироваться к условиям вуза испытуемые 1 курса (73,33%) подчеркивают значимость навыков социального взаимодействия. Похожая картина наблюдается и на 1 курсе магистратуры (83,33%). Эмоциональное благополучие большинством испытуемых выделяется как значимый показатель психологического здоровья (от 50% на 1 курсе до 93,33% на последнем). Студенты 4 курса связывают с понятием «психологическое здоровье» физическое здоровье (76,67%) и отсутствие хронических заболеваний (80%), что, возможно, связано с началом профессиональной деятельности на старших курсах бакалавриата и необходимостью сочетать учебу с работой. Взаимосвязь психического и психологического здоровья отмечают студенты 1 и 2 курсов магистратуры (90% и 93,33% соответственно). В связи с четким самоопределением в профессии они имеют представление о благополучии в нервно-психической сфере (66,67% и 56,67% соответственно), о синдроме эмоционального выгорания (86,67% и 90% соответственно) как наиболее значимых показателях психологического здоровья.

Распределение полученных выборов по изучаемому параметру между группами испытуемых в процентном соотношении представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Распределение испытуемых по параметру восприятия термина «психологическое здоровье»

Испытуемые  Показатели	Процентное соотношение, в %					
	бакалавры				магистры	
	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	1 курс	2 курс
полноценное развитие личности	86,67	96,67	73,33	93,33	80,0	86,67
физическое здоровье	23,33	20,0	23,33	76,67	36,67	50,0
психическое здоровье	6,67	16,67	53,33	56,67	90,0	93,33
развитие познавательных процессов	3,33	-	3,33	33,33	46,67	36,67

соматическое здоровье	<b>6,67</b>	-	<b>6,67</b>	<b>50,0</b>	<b>46,67</b>	<b>76,67</b>
благополучие в нервно-психической сфере	<b>26,67</b>	<b>33,33</b>	<b>50,0</b>	<b>46,67</b>	<b>66,67</b>	<b>56,67</b>
отсутствие хронических заболеваний	-	<b>3,33</b>	<b>30,0</b>	<b>80,0</b>	<b>86,67</b>	<b>83,33</b>
эмоциональное благополучие	<b>50,0</b>	<b>53,33</b>	<b>56,67</b>	<b>80,0</b>	<b>93,33</b>	<b>93,33</b>
социализация	-	-	<b>46,67</b>	<b>30,0</b>	<b>66,67</b>	<b>63,33</b>
отсутствие синдрома эмоционального выгорания	<b>13,33</b>	<b>6,67</b>	<b>23,33</b>	<b>56,67</b>	<b>86,67</b>	<b>90,0</b>
навыки социального взаимодействия	<b>73,33</b>	<b>23,33</b>	<b>23,33</b>	<b>86,67</b>	<b>83,33</b>	<b>76,67</b>

Анализ полученных результатов позволяет сделать некоторые выводы. В частности, психологическая грамотность (от 53,33% на первом курсе до 83,33% на последнем) и педагогическая культура (66,67% на первом курсе до 100% на последнем) выделяются в качестве компонентов психологического здоровья всеми испытуемыми. Саморегуляция выступает значимым компонентом для студентов 1 и 2 курса (66,67% и 76,67% соответственно) в связи с новыми для первокурсников нормами и требованиями социального окружения, такими как умение управлять своими эмоциями, чувствами, организовывать собственную учебно-познавательную деятельность и т.п. Студенты 3 курса в качестве основного компонента психологического здоровья называют самооценку (76,67%). Знания, умения, навыки (90%) и профессиональное самоопределение (93,33) выделяют студенты 4 курса, возможно, в связи с необходимостью решения вопроса о продолжении своего обучения. Студенты 1 и 2 курсов магистратуры подчеркивают значимость профессиональной компетентности (100%), самоотношения (80% и 76,67% соответственно), самоактуализации (93,33% и 90% соответственно) как основных компонентов психологического здоровья.

В беседе со студентами выяснилось, что большинство испытуемых имеют четкое представление об изучаемом явлении. Профессиональная компетентность как «интегративное понятие, определяющее своеобразие личности учителя» (Т.М. Сорокина) является «...показателем образованности (наличия профессионального образования), которая выражается в готовности и способности к успешному осуществлению профессиональной деятельности, является характеристикой требований к специалисту в определенной профессиональной области и включает в себя, помимо профессионально важных знаний и умений, личностный и мотивационно-ценностный компоненты, осознание социальной значимости и ответственное отношение к делу» [14; с. 15].

Распределение полученных выборов по изучаемому параметру между группами испытуемых в процентном соотношении представлено в таблице 2.

Таблица 2 – Распределение испытуемых по параметру выделения компонентов психологического здоровья будущего педагога

Испытуемые  Показатели	Процентное соотношение, в %					
	Бакалавры				магистры	
	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	1 курс	2 курс
психологическая грамотность	53,33	76,67	90,0	73,33	86,67	83,33
саморегуляция	66,67	76,67	80,0	80,0	93,33	83,33
самоактуализация	-	-	23,33	66,67	93,33	90,0
самоотношение	-	3,33	33,33	76,67	80,0	76,67
самоопределение в профессии	-	10,0	16,67	93,33	83,33	76,67
педагогическая культура	66,67	46,67	73,33	73,33	90,0	100,0
знания, умения, навыки	-	-	53,33	90,0	66,67	43,33
самооценка	3,33	10,0	76,67	53,33	53,33	56,67
нервно-психическое здоровье	-	13,33	80,0	56,67	76,67	83,33
профессиональная компетентность	-	6,67	50,0	96,67	100,0	100,0
эмоциональный комфорт	23,33	23,33	36,67	63,33	63,33	36,67

Психологическая характеристика образовательно-воспитательной среды вуза будет неполной, если не будет определено, каковы должны быть условия, чтобы внутренние потенциальные возможности будущего педагога раскрылись в процессе овладения основами профессиональной деятельности. Анализ полученных результатов позволяет сделать следующие выводы. Несмотря на то что в вузе постоянно увеличивается количество часов, отведенных на самостоятельную работу студентов, большинство испытуемых, независимо от года обучения в вузе, выделяют в качестве основного условия развития психологического здоровья совместную деятельность преподавателя и студента (63,33% на первом курсе и 93,33% на последнем). Компетентность преподавателей также является, по мнению большинства испытуемых, особенно на старших курсах (100%), условием развития психологического здоровья. Студенты 1 и 2 курсов магистратуры в качестве условий формирования психологического здоровья выделяют психологическое просвещение (63,33% и 66,67% соответственно), научно-исследовательскую деятельность (83,33% и 80% соответственно), построение учебных курсов (73,33%) и даже рейтинговую систему (53,33% и 56,67% соответственно). Воспитательная работа (50% и 46,67% соответственно), технические средства обучения (66,67% и 56,67% соответственно), проектная деятельность (23,33% и 26,67%) являются важными для студентов 1 и 2 курсов бакалавриата.

Интересным является тот факт, что больше половины испытуемых (от 43,33% на первом курсе до 80% на последнем) рассматривают психологическую безопасность образовательной среды как условие сохранения психологического здоровья. Однако в процессе беседы с испытуемыми выяснилось, что большинство студентов определяют изучаемое понятие с позиции ОБЖ современного человека. Только некоторые студенты 1 и 2 курсов магистратуры верно истолковывают данное понятие. Под психологической безопасностью И.А. Баева понимает состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников [1].

Распределение полученных выборов по изучаемому параметру между группами испытуемых в процентном соотношении представлено в таблице 3.

Таблица 3 – Распределение испытуемых по параметру определения условий сохранения и укрепления психологического здоровья будущего педагога

Испытуемые  Показатели	Процентное соотношение, в %					
	Бакалавры				магистры	
	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	1 курс	2 курс
психологическое просвещение	3,33	10,0	43,33	50,0	63,33	66,67
безопасность образовательно-воспитательной среды	43,33	23,33	36,67	80,0	66,67	80,0
компетентность преподавателей	50,0	43,33	73,33	100,0	96,67	100,0
построение учебных курсов	-	-	16,67	23,33	73,33	73,33
воспитательная работа	50,0	46,67	3,33	10,0	-	3,33
технические средства обучения	66,67	56,67	80,0	23,33	33,33	33,33
научно-исследовательская деятельность	3,33	-	46,67	93,33	83,33	80,0
проектная деятельность	23,33	26,67	46,67	93,33	80,0	73,33
инновации в образовании	-	-	6,67	-	3,33	13,33
совместная деятельность студентов и преподавателей	63,33	26,67	66,67	80,0	93,33	93,33
рейтинговая система обучения	-	-	-	-	53,33	66,67

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать вывод о необходимости работы по психологическому просвещению будущих педагогов. Это связано с тем, что студенты педагогического вуза имеют достаточно поверхностные знания об изучаемом феномене, условиях его сохранения и развития. И.В. Дубровина пишет о том, что происходит какой-то порочный круг общего и психологического бескультурья, который становится все более опасным для психологического здоровья последующих поколений, так как «некомпетентность, эгоизм, равнодушие, безответственность, нечестность, проявляемые

в любой профессии, всегда приносят несчастье людям» [5; с.385].

В то же время в современной психологии накоплен достаточный объем знаний о психологическом здоровье человека, возможностях его функционирования и поддержания. Психологическое здоровье рассматривается как система, включающая аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты. При этом аксиологический компонент содержательно представлен ценностями собственного «Я» человека и ценностями «Я» других людей. Ему соответствует как абсолютное принятие самого себя при достаточно полном знании себя, так и принятие других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей. Инструментальный компонент предполагает владение человеком рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать свое сознание на себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими. Потребностно-мотивационный компонент психологического здоровья определяет наличие у человека потребности в саморазвитии как внутреннего источника активности, когда он становится субъектом своей жизнедеятельности и, по В.И. Слободчикову, «автором собственной жизни: в миропонимании, в стилях деятельности, в социальном поведении» (16; с. 357).

Тем более актуальным представляется изучение возможностей педагогического вуза в сохранении и укреплении психологического здоровья будущего педагога. Не случайно в национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» подчеркивается, что «новая школа – это новые учителя, открытые ко всему новому, понимающие детскую психологию и особенности развития школьников, хорошо знающие свой предмет, способные помочь ребятам найти себя в будущем, стать самостоятельными, творческими и уверенными в себе людьми. Чуткие, внимательные и восприимчивые к интересам школьников, открытые ко всему новому учителя – ключевая особенность современной школы» [11; с.3].

## ЛИТЕРАТУРА

1. Баева, И.А. Психологическая безопасность в образовании / И.А. Баева.- СПб.: «Речь», 2002.
2. Баева, И.А. и др. Технологии обеспечения психологической безопасности в социальном взаимодействии / И.А. Баева, Л.А. Гаязова, Е.Б. Лактионова.- СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2007.
3. Бьюдженталь, Дж. Искусство психотерапевта / Дж. Бьюдженталь.- СПб.: Питер, 2001.
4. Братусь, Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь.- М.: «Мысль», 1988.
5. Дубровина, И.В. Практическая психология в лабиринтах современного образования. Монография / И.В. Дубровина.- М.: «НОУ ВПО «МПСУ», 2014.
6. Захаров, А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков / А.И. Захаров.- М.: Медицина, 1982.
7. Кон, И.С. Психология юношеского возраста: (Проблемы формирования личности): учебное пособие / И.С. Кон.- М., 1979.
8. Лосев, А.Ф. История античной философии / А.Ф. Лосев.- М.: Наука, 1989.
9. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу.- М.: «Прогресс», 1971.
10. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Р. Мэй / Пер. с англ. М. Будыниной, Г. Пимочкиной.- М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
11. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа». Президент Российской Федерации Д. Медведев. – Пр. № 271 от 4 февраля 2010.
12. Пахальян В.Э., Забродин Ю.М. Психологическое консультирование / В.Э. Пахальян, Ю.М. Забродин.- М.: ЭКСМО, 2010.
13. Роджерс К. Консультирование и психотерапия / К.Р. Роджерс.- М.: ЭКСМО-Пресс, 1999.
14. Семидел М.С. Психологические условия развития профессиональной компетенции

будущего педагога средствами интегративного учебного содержания: Автореф. дис....канд. психол. наук.- Н. Новгород, 2012.

15. Семикин, В.В. Психологическая культура и образование / В.В. Семикин // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена. - СПб., 2002. - № 2(3): Психолого-педагогические науки (психология, педагогика, теория и методика обучения). - С.26-36.

16. Слободчиков, В.И., Исаев, Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности: Учеб. пособие / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев.- М.: Школа-Пресс, 1995.

17. Сорокина, Т.М. Развитие профессиональной компетенции будущих учителей начальной школы: Монография / Т.М. Сорокина.- Н. Новгород: НГПУ, 2002.

18. Фельдштейн, Д.И. Психолого-педагогическая наука как ресурс развития современного социума / Д.И. Фельдштейн // Психологическая наука и образование.- 2012.- №1.- С.18-32.

19. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл.- М.: «Прогресс», 1990.

20. Хухлаева, О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева.- М.: Изд. центр «Академия», 2001.

© Повshedная Ф.В., Лебедева О.В., 2015