

ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА В ОТЕЧЕСТВЕННЫХ И ЗАРУБЕЖНЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Е.В. Карпович (БГПУ, Минск)

Научный руководитель – Е.П. Чеснокова

Психологическое здоровье – необходимое условие успешной и счастливой жизни человека. На сегодняшний день с увеличением темпа жизни и стрессовых ситуаций достаточно остро встает вопрос об охране и укреплении психологического здоровья.

Понятие «психологическое здоровье» является относительно новым, его появление связано с развитием гуманистической психологии. И.В. Дубровина термин «психологическое здоровье» относит к личности в целом, к высшим проявлениям человеческого духа [2, 153]. Психологическое здоровье рассматривается многими авторами, с одной стороны, как важнейшее условие, составляющая, а, с другой стороны, как наивысший уровень психического здоровья.

В.М. Бехтерев впервые поднял вопрос о психологии здоровья. Он говорил, что борьба за свободу личности есть борьба за ее здоровое развитие. Общество, которое строится на принципах самоуправления, должно, прежде всего, побеспокоиться о создании здоровых условий для жизнедеятельности личности. Среди всех оздоровительных мероприятий важнейшее значение В.М. Бехтерев придавал 3 китам: психогигиене, психопрофилактике и воспитанию [1, 97-131].

Обладающего психологическим здоровьем человека А. Маслоу характеризовал как счастливого человека, живущего в гармонии с самим собой, имеющего здоровую направленность на общечеловеческие ценности. Такому человеку свойственны такие качества, как принятие других, автономия, чувствительность к прекрасному и ужасному, чувство юмора, альтруизм и креативность. Особое внимание ученый уделял стремлению человека «быть всем, чем он может» [3]. Нельзя не согласиться с мнением А. Маслоу. Действительно, отсутствие страха перед возможной неудачей в неизведанном позволяет открывать человеку новые горизонты, приобретать новые знания и умения, расширять свой кругозор и обогащать внутренний мир, что в целом ведет к внутренней гармонии и счастливой жизни, а, соответственно, и психологическому здоровью. Именно психологическое здоровье делает личность самодостаточной, а самодостаточность делает личность психологически здоровой.

Широкое распространение получило понимание психологического здоровья в рамках адаптационного подхода (О.В. Хухлаева, Г.С. Никифоров). В соответствии с данной позицией, здоровый человек – это успешно адаптирующийся человек, имеющий гармоничные отношения с окружающими. Исходя из того, что психологическое здоровье понимается как наличие динамического равновесия между индивидом и средой, следует считать

критерием психологического здоровья ребёнка гармонию во взаимоотношениях между ребёнком и социумом [5, 43].

Наиболее важным и благоприятным периодом в формировании психологического здоровья личности является раннее и дошкольное детство. Оно является фундаментом, на котором строится вся дальнейшая жизнь человека. Однако необходимо учитывать, что психологическое здоровье ребенка и взрослого имеет некоторые отличия в структурных компонентах. Так, здоровье взрослого включает в себя развитую рефлексивность, осознанную потребность в духовном развитии. У ребенка выражены только предпосылки данной потребности [4].

Ученые указывают и на наличие других специфических характеристик психологического здоровья дошкольника. Важной составляющей психологического здоровья детей раннего и дошкольного возраста является чувство защищенности, базовое доверие к миру [4]. Психологи отмечают и выраженность такой непосредственно связанной с психологическим здоровьем особенности, как высокая самооценка и позитивное восприятие себя и других людей, свойственные детям данного возраста.

Условиями формирования психологического здоровья дошкольника являются: любовь к ребенку (как со стороны родителей и других членов семьи, так и со стороны педагогов), содействие реализации его основных потребностей, наличие возможностей для самовыражения в игре, для проявления творчества в разных видах деятельности и т.д..

В работе по формированию психологического здоровья детей необходимо учитывать возрастную специфику структуры данного образования. Важно создавать условия для формирования у ребенка вышеуказанных качеств, что обеспечит надежную основу становления его психологического здоровья.

Список литературы

1. Бехтерев, В.М. Проблемы развития и воспитания человека / В.М. Бехтерев. – Москва-Воронеж, 1997. – С.97-131.
2. Дубровина, И.В. Психологическое здоровье детей и подростков / И.В. Дубровина. – М.: Академия, 2000.
3. Маслоу, А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу; перевод. с англ. Татлыбаевой А.М. – СПб.: Евразия, 1999.
4. Психологическое здоровье ребенка и педагога: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Е.М. Семенова, Е.П. Чеснокова; под ред. проф. Е.А. Панько. – Мозырь: Белый Ветер, 2010. – 174 с.
5. Хухлаева, О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2003.