

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПЕДАГОГА В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННОЙ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ СИТУАЦИИ**

*ЛЕГАНЬКОВА О.В. (МИНСК)*

Труд педагога один из самых тяжёлых и на протяжении истории являлся одним из самых уважаемых. Однако трансформационные процессы, наблюдающиеся в современном обществе, снизили его социальный престиж и материальную обеспеченность. При внешнем снижении статуса профессии, в то же время возросла нагрузка ответственности на кадры системы образования за подготовку будущего поколения к вступлению в самостоятельную взрослую жизнь, что не могло не сказаться на характеристиках психологического портрета современного педагога.

Динамика современной социокультурной ситуации предъявляет всё новые требования к человеку как личности. Глобальное расширение информационного пространства, а также альтернатив выбора стратегий и способов осуществления собственного жизненного пути, предоставляя возможности, облагает нас бременем ответственности за принятые решения. В таком контексте, формирование психологического здоровья человека как динамической совокупности его психических свойств, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, является одним из актуальных направлений исследований современной науки [8; 10; 12].

Термин «психологическое здоровье» в психолого-педагогическом лексиконе расширяет и конкретизирует традиционное представление о гармонично развитой личности. Анализ теоретических и экспериментальных исследований структуры данного феномена позволяет описать психологическое здоровье как систему, включающую три взаимосвязанных, находящихся в постоянном динамическом взаимодействии компонента: аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный [12, 11]. Аксиологический компонент представляется как безусловное принятие человеком самого себя и других людей при достаточно полном знании объектов. Инструментальному компоненту соответствует умение понимать и описывать собственные эмоциональные состояния и переживания других, осознавать причины и последствия межличностных взаимодействий, а потому свободно выражать свои чувства, не травмируя окружающих. Потребностно-мотивационный компонент психологического здоровья определяется личной ответственностью человека, прежде всего в отношении собственного развития, а также наличием потребности способствовать развитию других людей.

Проблема психологического здоровья личности уже достаточно прочно обосновалась в психологической науке и практике, в качестве отдельных направлений исследования (И.В. Вачков, И.В. Дубровина, Я.Л. Коломинский, С.В. Кривцова, Е.А. Панько., О.В. Хухлаева и др.), однако, их результаты ещё недостаточно востребованы социальной образовательной практикой. Несмотря на то, что главной задачей психологической службы образования выступает

сохранение психологического здоровья ребёнка (Н.И.Гуткина, И.В.Дубровина, А.М.Прихожан, Н.Н.Толстых и др.) отсутствует преемственность между теоретическими и практическими исследованиями, не выработаны единые основания для образовательных и коррекционно-развивающих программ. Психологическое здоровье педагога чаще рассматривается в контексте работы по коррекции неблагоприятных функциональных состояний, чем организации профилактической работы.

На взаимосвязь показателей психологического здоровья и психологической культуры личности указывает всё большее количество современных исследователей данных феноменов (И.В. Дубровина, Е.А. Панько., Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова, О.В. Хухлаева и др.). Данная связь присутствует в описании сущностных характеристик понятий, их функциональных особенностей, а также выделенных структурных компонентах и направлениях коррекции.

Становление психологической культуры человека, понимаемой как уровень самопознания и саморегуляции человека в различных сферах жизнедеятельности и рассматриваемой в качестве показателя успешности процессов социализации и индивидуализации, является актуальной задачей формирования личности в контексте инновационной стратегии организации образования. Всё чаще приобщение к психологической культуре рассматривается как «важное условие сохранения и укрепления психологического здоровья» как ребёнка, так и взрослого [10, 55]. Я.Л.Коломинский выделяет два основных блока в структуре психологической культуры личности: теоретико-концептуальный, подразумевающий системные теоретические знания по психологии, а также практический, связанный с их реализацией в практической деятельности [4]. Колмогорова Л.С. расширяет их состав через раскрытие функциональной стороны каждого компонента: 1. психологическая грамотность; 2. психологическая компетентность; 3. ценностно-смысловой компонент; 4. рефлексивно-оценочный компонент; 5. культуротворческий компонент [3].

Формирование психологической культуры на любом этапе онтогенеза связано с овладением теоретическими и практическими знаниями и методами построения взаимодействия и общения с людьми в различных условиях их жизнедеятельности, освоения способов регуляции поведения и действия, которые могут быть направлены двусторонне — на себя и на других людей. Всё чаще в качестве основной цели психологического образования выступает формирование психологической культуры личности. При этом обучение психологии должно быть «направлено не только на овладение способами понимания и преобразования условий, определяющих образ мыслей и образ действий других людей, но и на само преобразование условий собственной жизнедеятельности и сознания. Сложность достижения цели освоения психологии — в этой особой сращенности способов познания и преобразования, познавательного отношения и личностно-преобразующего отношения» [6, 31].

Неисчерпаемость предмета психологического познания, слияние субъекта и предмета познавательной деятельности обуславливают трудности, которые возникают в процессе изучения как житейской, так и научной психологии. Всё более ускоряющийся темп жизни, необходимость координации собственных действий при огромном количестве вариантов собственного развития в современной социальной ситуации порождают потребность растущего человека в психологических знаниях и навыках «психологического самообслуживания». Отсутствие базового школьного образования в области психологии, не смотря на наличие программ и учебников по данной дисциплине [1; 3; 6; 8; 11], однообразие собственного жизненного не может быть полноценно восполнено на последующих возрастных этапах порождает определённые трудности в процессе её дальнейшего изучения.

Особенно важной, с нашей точки зрения, является необходимость проследить данную взаимосвязь, в контексте подходов к организации современного педагогического образования, начиная от самых истоков (дошкольного и школьного образования) и заканчивая подготовкой педагогов как трансляторов современного уровня культуры личности будущему поколению.

Прежде чем приступить к непосредственному к анализу проведённого эмпирического исследования, хотелось бы дать небольшую характеристику отдельных субъектов образования на современном этапе развития общества, в контексте изучаемой проблемы.

Дошкольный возраст без сомнений является основополагающим в качестве закладки базовых составляющих психологического здоровья взрослой личности. Тем не менее, статистика в этой сфере является отнюдь не утешительной. По данным А.И Захарова, в возрасте одного-трёх лет заметные отклонения в психологическом здоровье имеет каждый четвёртый ребёнок, без особых различий по полу. А в дошкольном возрасте – каждый третий мальчик и четвёртая девочка. Нарушения эти проявляются в повышенной, заметной внешне возбудимости и раздражительности, двигательном беспокойстве, неустойчивости настроения, вспыльчивости, замкнутости и т.д.[2]. При этом, исходя из личного опыта общения с дошкольниками, могу заметить, что, уже начиная со среднего дошкольного возраста, детей, как правило, расстраивает факт наличия у них таких психических проявлений. Это замечательно иллюстрирует известный американский психолог М. Селигман, приводя беседу со своей пятилетней дочерью. В ответ на грубое замечания отца девочка сказала следующее: «Ты помнишь, какой плаксой я была до пяти лет? Хныкала каждый день. А когда мне исполнилось пять лет, я решила, что больше не буду плакать. Мне было очень тяжело, но я справилась. А если я смогла перестать плакать, то и ты сумеешь не ворчать» [9, 47].

По мнению И.Ю. Кулагиной и В.Н. Колюцкого подавляющее большинство детей (90%) завершают дошкольный возраст со значительными отклонениями от оптимальной линии онтогенеза жизненного мира, теряется его целостность и непосредственность удовлетворения потребностей содержанием

главных сторон жизни [5, 231]. Д.И. Фельдштейн выделяет увеличение негативных тенденций в психическом развитии современного ребёнка (в когнитивной, произвольной, эмоциональной, мотивационной и других сферах) [11]. Продолжая характеристику современного детства, а также подросткового этапов развития, согласно последним данным отмечают, что в целом для них характерно: снижение энергичности детей, желания активно действовать; рост эмоционального дискомфорта; недостаточная социальная компетентность; чувство незащищённости, эмоциональной изоляции; негативная динамика культурных и общественных ценностных ориентаций детей. При этом, классические учебники по детской психологии избегают обсуждения этой проблемы. Практики преимущественно выделяют три группы факторов её обуславливающих (неблагоприятные семейные обстоятельства, характеристики образовательной среды и индивидуально-личностные особенности) [1; 4; 8; 9; 10; 12], подробнее останавливаясь на каком-либо одном из них. На наш взгляд, современная социокультурная ситуация настоятельно требует интеграции всех выше названных подходов, комплексных мер по психолого-педагогическому сопровождению всех субъектов образовательного процесса.

Отмеченные нарушения психологического здоровья современных детей требуют особенного внимания со стороны воспитывающих и обучающих взрослых, требуют разработки особого подхода к организации процесса образования. Однако, имеющаяся система подготовки педагогических кадров, по-видимому, с данной миссией не справляется, что и является причиной не совсем благоприятной оценки психологических характеристик современных педагогов.

Изучение синдрома эмоционального выгорания (как одного из проявлений нарушения психологического здоровья) среди работников дошкольного образования в Беларуси показало, что наиболее подвержены этому процессу воспитатели (44% выборки - вторая стадия развития процесса выгорания, 27% - третья или хроническая). Общей характеристикой процесса жизнедеятельности при этом (согласно опросу у 80%) является ухудшение физического и психического самочувствия, нарушения сна, усталость, недомогания. С точки зрения снижения эффективности педагогического взаимодействия для них становится характерным: неадекватное эмоциональное реагирование, редуция профессиональных обязанностей. Относительно педагогов средней школы, подобные данные приводит В.Б. Ольшанский. По данным российского института социологии «лишь у одного учителя из десяти развиты такие профессиональные важные качества, как пристальное и постоянное внимание к личности другого человека, глубокое её понимание, уважение к ней, искренность в выражении своих чувств и переживаний в межличностном общении». В связи с этим не вызывает удивления и тот факт, что по результатам другого психологического исследования «большинство учителей расценивают своё поведение как благожелательное в отношении к ученикам, в то время как больше половины учеников воспринимают его как несправедливое» [7].

Таким образом, назрела существенная необходимость в изучении проблемы психологического здоровья всех субъектов образовательного процесса и оптимизации нравственно-психологических аспектов образовательной практики и подготовки педагогических кадров с точки зрения формирования их психологической культуры.

В контексте имеющихся тенденций нам показалось важным изучить представления современных педагогов о содержании понятий «психологическое здоровье» и «психологическая культура» личности, а также выявить уровень наличия данных личностных характеристик (на основании самооценивания), их тенденции к взаимосвязи между собой и другими характеристиками респондентов.

Эмпирическое исследование было проведено в сентябре 2010 года и включало проведение опроса студентов (факультет дошкольного образования, заочная сокращённая форма получения образования, после педагогического колледжа) и слушателей (факультет переподготовки, заочная форма получения образования, на базе имеющегося высшего образования) Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (г.Минск), получающих специальность «Дошкольное образование». Всего в опросе приняло участие 58 респондентов (пол женский, возраст от 20 до 47 лет, стаж работы в области дошкольного образования от 1 месяца до 26 лет).

Предварительный анализ полученных данных показал, что большинство респондентов прослеживает связь между содержательными характеристиками психологического здоровья и психологической культуры. При этом при описании понятия психологическая культура чаще описывается знаниевый (когнитивный) компонент психического развития, а для анализа психологического здоровья – эмоционально-оценочный. При этом по результатам самооценивания («Оцените Ваш собственный уровень психологической культуры и психологического здоровья (в процентах)...») оказалось, что:

- диапазон показателей психологической культуры и психологического здоровья оказался одинаковым и составил от 20 до 100%, хотя индивидуальные показатели совпали лишь у 14 респондентов (24%) и разбежка между ними достигала 60 %.
- средние показатели по выборке для обеих названных характеристик личности оказались примерно одинаковыми: уровень психологической культуры 66,4% и психологического здоровья – 64,3% .
- согласно данным математической статистики существует прямая корреляционная связь между показателями уровней психологической культуры и психологического здоровья респондентов (коэффициент ранговой корреляции Спирмена 0,6 при  $p \leq 0,01$ ).

- при этом отсутствует корреляционная связь показателей уровней психологической культуры (и здоровья) с возрастом и продолжительность стажа в занимаемой должности респондентов.
- интерпретация полученных данных не однозначна и требует подробного анализа структуры изученной выборки. Однако уже сейчас можно утверждать, что уровень психологической культуры педагога опосредует характеристики его психологического здоровья.

Таким образом, можно считать, что собственно психологическая составляющая развития педагогической ментальности с точки зрения формирования ценностных аспектов образовательного процесса связана с введением в психологическую теорию и практику понятий психологического здоровья и психологической культуры личности. Лишь при условии сохранения психологического здоровья можно обеспечить не только благоприятное содержание межличностных взаимодействий педагога, но и в значительной степени полноценное раскрытие потенциала формирующейся индивидуальности. Комплексные характеристики психологического здоровья человека позволяют учитывать не имеющий аналогов в природе процесс присвоения человеком самого себя, своей сущности, и тем самым открывает возможности адекватной характеристики процесса социализации и индивидуализации личности. Психологически здоровая личность – личность психологически образованная, нравственная, способная к самореализации и полноценному функционированию в жизни общества. Организация практики формирования психологического здоровья будущих педагогов (непосредственно в процессе их профессионального обучения) должна опираться на повышение уровня психологической культуры личности. Только гармоничное развитие личности педагога будет залогом становления психологического здоровья детей как будущего каждой нации.

#### Литература:

1. Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности// Вестник практической психологии образования.– №3.– 2009. – С. 17-21.
2. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка. — СПб.: Союз, 2000. — 224 с.
3. Колмогорова Л.С. Становление психологической культуры личности как ориентир современного образования// Педагог.-№3.-Режим доступа: [http://sci.informika.ru/text/magaz/pedagog/pedagog\\_3/at14.html](http://sci.informika.ru/text/magaz/pedagog/pedagog_3/at14.html)
4. Коломинский, Я.Л Психология педагогического взаимодействия : учеб. пособие/ Я.Л. Коломинский, Н.М. Плескачёва , И.И. Заяц, О.А. Митрахович; под ред. Я.Л.Коломинского.– СПб.: Речь, 2007.– 240 с.
5. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебн. пособие. — М.: ТЦ «Сфера», 2001.- 464 с.

6. Ляудис, В.Я. Методика преподавания психологии: учеб. пособие/ В.Я.Ляудис.– 5-е изд.– М.: Лидер, 2007.– 192 с.
7. Ольшанский В.Б. Психология – практикам: учителям, родителям и руководителям. – М.: Тривола, 1996.– 264 с.
8. Практическая психология образования: Учебное пособие/ Под ред И.В. Дубровиной. — СПб.: Питер, 2006. — 592.
9. Селигман Мартин Э. П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни/ Перев. с англ.— М.: Издательство «София», 2006.— 368 с.
10. Семёнова ЕМ., Чеснокова Е.П. Психологическое здоровье ребёнка и педагога: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования. – Мозырь: Белый ветер, 2010. – 174 с.
11. Фельдштейн Д.И. Приоритетные направления психолого-педагогических исследований в условиях значимых изменений ребёнка и ситуации его развития// Мир психологии.- №2(62).- 2010. – С. 206-221.
12. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2001.— 208 с.