

Юхновец, Т.И. Представления о психологическом здоровье студентов-психологов/ Т.И. Юхновец, Е.И. Анискевич // Психология – наука будущего. Материалы III международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» 5-7 ноября 2009 г., Москва/ Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 528 с. – 25-27.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Представления о психологическом здоровье студентов-психологов

Т.И. Юхновец, старший преподаватель
кафедры педагогики и психологии
инклюзивного образования
учреждения образования Институт
инклюзивного образования
«Белорусский государственный
педагогический университет имени
Максима Танка»

Психологическое здоровье является одним из условий становления профессионального самосознания, эффективной профессиональной деятельности человека. Оно составляет главную, относительно неспецифическую динамическую основу продуктивности всех аспектов труда и общего благополучия человека, обуславливает гармоничное развитие личности и достижение профессионализма. Психологическое здоровье - это состояние равновесия между личностью и средой, адекватной регуляции поведения и деятельности человека, способности противостоять трудностям без отрицательных последствий для здоровья. Более того, психолог-специалист, активно воздействующий своей личностью на обращающихся за психологической помощью людей с целью гармонизации их психологического состояния.

Проводившееся в 2007-2008 учебном году исследование было направлено на изучение представлений студентов-психологов о психологическом здоровье/нездоровье, отраженных в структуре профессионального самосознания. В нем принимали участие студенты- третьекурсники (41 человек) факультета психологии БГПУ. С целью изучения особенностей представлений студентов о психологическом здоровье им было предложено сочинение на тему «Как я понимаю психологическое здоровье»; для выявления представлений испытуемых о самих себе, своем социальном статусе, модели профессионала, профессиональной самооценки, в контексте психологического здоровья - методика ЛД Ч. Осгуда, где в качестве объектов измерения выступали образы «Я – реальное», «Я – студент», «Я – психолог», образ психологически здорового и психологически нездорового человека.

Результаты контент-анализа сочинений показали, что 37 человек (90% студентов) занимают пассивную позицию по отношению к собственному психологическому здоровью. Позиция, направленная на саморазвитие вообще отсутствует. Категория «креативность» по отношению к собственной жизни в сочинениях встретила единожды. Это указывает на то, что испытуемые мало внимания уделяют своему психологическому здоровью, не придают ему большого значения либо считают, что об этом говорить не принято. 27 человек (66% испытуемых) связывают психологическое здоровье с эмоциональным состоянием человека, совладанием с негативными эмоциями, со способностью

свободно и естественно проявлять свои чувства и эмоции. Только 23 человека (56% выборки) относят к характеристике психологически здорового человека позитивное отношение к себе. Широкий социальный контекст психологического здоровья обозначили 20 человек (49% испытуемых), понимая под ним гармонию между потребностями человека и общества. Для 16 человек (39% испытуемых) понимание психологического здоровья основано на физическом аспекте. Студенты дифференцируют понятия «психологического» и «психического здоровья» 7 человек (17% выборки). Следует отметить, что 17 третьекурсников (41% студентов) при описании психологического здоровья показали низкий уровень научных знаний, использовали небольшое количество профессиональной терминологии; 21 человек (51% испытуемых) показали средний уровень и лишь 3 человека (7% испытуемых) – продемонстрировали высокий уровень обобщения знаний о психологическом здоровье. Психологически здоровый человек, по мнению студентов, полноценно развивается, выполняет свои жизненные задачи при сохранении своего внутреннего равновесия, обладает хорошим физическим здоровьем. Однакостораживают пассивная репродуктивная позиция и неглубокие знания будущих специалистов.

Корреляционный анализ результатов, полученных по методике «Семантический дифференциал» показал наличие 42 взаимосвязей между переменными. Наиболее значимо то, что третьекурсники в целом считают себя психологически здоровыми людьми (взаимосвязь показателей по шкалам «Оценка Я» и «Оценка психологически здорового человека» (0,53; $p < 0,01$); «Сила психологически здорового человека» (0,51; $p < 0,01$); «Активность психологически здорового человека» (0,55; $p < 0,01$)). Наряду с пониманием значимости процессов саморегуляции в оценку своего психологического здоровья этот аспект включен не был. Взаимодействие между отдельными переменными свидетельствует о том, что с повышением самооценки, самоуважения, экстравертированности, активности личности испытуемого, уменьшается степень принятия им носителя отклоняющихся признаков психологически нездорового человека.

Представления третьекурсников о психологическом здоровье/нездоровье тесно связаны и диаметрально противоположны. Портрет психологически нездоровой личности прямо противоположен их представлениям о себе. Студенты - будущие психологи считают себя здоровыми людьми, при этом не все из них и не всегда адекватно оценивают собственную саморегуляцию. Понимая значимость психологического здоровья в своей будущей профессии, они либо не умеют, либо не осознают, либо стесняются демонстрировать способы поддержания своего физического и психологического здоровья.