



Обучение, ориентированное на психологическое здоровье личности

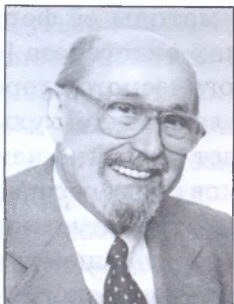
Я.Л. Коломинский, А.А. Селезнёв

В статье рассмотрены пути оптимизации педагогического процесса, способствующие взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья личности; основные принципы обучения, направленного на развитие психологического здоровья учащейся молодёжи. Решение данной проблемы способствует утверждению в психологии новой области научного знания – педагогической психологии здоровья, формирующейся на стыке педагогической психологии и психологии здоровья.

Психологическое здоровье учащейся молодёжи является актуальной проблемой в контексте методологии и стратегии профессионального образования. Значительные финансовые затраты государства на подготовку высококлассных специалистов могут окупиться только при условии их успешной и многолетней профессиональной деятельности. Актуальность здоровьесоздающего обучения молодых людей определяется социально-экономическими изменениями, происходящими в обществе и оказывающими влияние на человека, его жизнь и психологическое благополучие, а также высокими требованиями, предъявляемыми к будущим специалистам, необходимостью совершенствования качества их психологической подготовки. Психологическая культура через житейские и научные психологические знания о человеке обеспечивает развитие личности на основе самопознания и самовоспитания, является важным условием психологического здоровья будущего специалиста. Создание условий и средств обеспечения взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья учащейся молодёжи является актуальным для построения системы здоровьесберегающей образовательной практики и включения показателей психологической культуры и психологического здоровья личности в оценку результатов образования.

Очевидно, что создание универсальной модели психологического здоровья личности на современном этапе развития науки не представляется возможным. Культурное многообразие приводит к более глубокому пониманию различий самовыражения и представлений о здоровье у разных индивидов. Популярная в середине XX века тема самоактуализации в контексте гуманистической психологии и определяемая ею идеология уместны не во всякой культуре. По мнению К.Г. Юнга, «...нельзя, так сказать, захотеть быть духовным» [1, с. 328–329]. Человек появляется на свет со сложной, бессознательной по своей природе, духовной предрасположенностью,

которая представляет собой гигантское духовное наследие, возрождённое в индивидуальной структуре мозга, и играет неоднозначную роль в формировании автономных установок личности. Э. Фромм пишет, что человек может адаптироваться почти к любой культурной системе, но если эта система противоречит его природе, у него развиваются ментальные и эмоциональные нарушения, так как он не может изменить свою природу: «Человек – не чистый лист бумаги, на котором культура может писать свой текст» [2, с. 37–38]. Существует огромное количество мотиваторов, предшествующих и передающих психологических факторов, тесно взаимосвязанных с различ-



Яков Львович Коломинский,
доктор психологических наук,
профессор Белорусского
государственного педагогического
университета имени М. Танка



Александр Алексеевич Селезнёв,
преподаватель Барановичского
государственного университета

В теоретической модели психологического здоровья должны быть содержательно взаимоопределены интраиндивидуальные и интериндивидуальные структуры личности, обеспечивающие интеграцию противоположно направленных элементов личности в единое целое, самоактуализацию целостного потенциала личности. *Интраиндивидуальный уровень* психологического здоровья будущего специалиста включает следующие психические процессы: поиск своего истинного Я, целостное видение себя как будущего профессионала, стремление развивать профессиональные умения и навыки, внутренний поиск профессионального контроля (поиск причин успеха и неуспеха в себе самом), осознание в полном объёме качеств профессионала, развитое профессиональное сознание, становление валеоустановок, самокомпенсацию недостающих качеств и др. *Интериндивидуальный уровень* охватывает всю совокупность межличностных отношений, социальных ролей: социальную, в том числе профессиональную, адаптацию, функционирование субъекта как полноценного члена общества, коммуникативность, успешность межличностного взаимодействия, поиск социальной и профессиональной поддержки и др.

Обучение, ориентированное на психологическое здоровье, предусматривает формирование самоактуализационных характеристик и здоровьесберегающих установок личности на основе психологических знаний и умений. Психологическое здоровье – интегративная характеристика личности, основными структурными и динамическими составляющими которой являются самоактуализация как стремление будущего специалиста к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей, и ценностно-смысловая установка «быть здоровым» (сформированность представлений о здоровье и болезни, позитивной эмоциональной оценки себя и других, своей учебно-профессиональной деятельности; осознание своего потенциала здоровья и стратегии активного поведения по укреплению здоровья). Важно научить будущих специалистов защищать себя от негативного воздействия нервно-психического напряжения в условиях различных профессиональных стрессов, не допускать развития синдрома эмоционального выгорания, дости-

ными факторами физической, химической и биологической природы, социальной среды, которые оказывают влияние на формирование психологического здоровья человека [3].

Модель психологического здоровья личности должна демонстрировать соотношение основных характеристик социокультурных эталонов здоровья со структурой и динамикой личности. Психологическое здоровье нельзя рассматривать как устоявшееся соотношение структурных компонентов психики. Процессы психической саморегуляции, социальной адаптации и самореализации, отражённые в различных социокультурных эталонах здоровья, описывают динамические процессы зрелой личности. Необходимо интегрировать структурный и динамический подходы в единой модели психологического здоровья будущего специалиста. Таким образом, основными взаимодополняющими характеристиками психологического здоровья личности выступают структурная согласованность и согласование её динамических составляющих.

гать согласованности процессов психической саморегуляции, социальной адаптации и самореализации, способных обеспечить профессиональную мобильность.

Взаимосвязь психологической культуры и психологического здоровья личности проявляется в двух пространствах существования человека – межличностном и внутрличностном, которые направлены на обеспечение психической саморегуляции, эмоционального благополучия, социализации и самореализации. Структурно-динамическая модель взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья личности представлена на рисунке.

Методологической основой здоровьесозидающего обучения являются культурно-историческая концепция развития высших психических функций (Л.С. Выготский), деятельностный подход в психологии (А.Н. Леонтьев), концепция психологической культурологии, которая включает систему понятий, описывающих основные виды и уровни психологической культуры личности, а также

содержание и методы её формирования на основных этапах онтогенеза [4; 5; 6]. Улучшение психологического здоровья на основе развития психологической культуры личности предусматривает усвоение психологических знаний и приёмов психологического обеспечения здоровья, а также актуализацию и оптимизацию здоровьесозидающей деятельности.

Особенность юношеского возраста заключается в активном формировании системы ценностных ориентаций и социальных установок, нравственных взглядов и убеждений. Создаются предпосылки для реализации индивидуального выбора жизненного пути, личностного и профессионального самоопределения. Развиваясь как субъект деятельности, молодой человек становится более универсальным в выборе целей и способов их достижения, вступает в новую социальную ситуацию развития, которая представляет собой исходный момент для новых динамических изменений, связанных с гармоничным развитием личности. Формулируя общий генетический закон культурного развития,



Рисунок – Структурно-динамическая модель взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья будущего специалиста

Л.С. Выготский утверждает, что всякая функция в культурном развитии появляется на сцену дважды, в двух планах, сперва – в социальном, потом – психологическом, сперва – как категория интерпсихическая, затем – как категория интрапсихическая. Интериоризация должна выступать в качестве механизма развития, обеспечивая усвоение общественно-исторического культурного опыта. Результатом развития является качественное изменение субъекта, преодолевающего свою несвободу. Это значит, что новообразования должны быть представлены как снятие ограничений в видах и способах деятельности. По мнению А.Н. Леонтьева, реальным базисом личности человека является совокупность его общественных отношений к миру, которые реализуются совокупностью его многообразных деятельностей. Таким образом, деятельность не только осуществляет связь субъективного мира с внешней реальностью, но и является важнейшей характеристикой психики, основанием зрелой личности.

В системе обучения, ориентированного на психологическое здоровье личности, заложены следующие основные принципы:

- *принцип проблематизации обучения*, направленный на осмысление взаимосвязи изучаемого материала с жизнедеятельностью молодых людей, их будущей профессиональной деятельностью, систематизацию новых знаний. Проблемное обучение – это исследовательский тип обучения с большим развивающим потенциалом. Чрезмерное увлечение научными знаниями, носящими абстрактный характер, игнорирование практического значения учебного материала, отсутствие проблемности при его изложении и изучении приводят к развитию когнитивной беспомощности будущего специалиста. А недостаток здоровья, по мнению А. Маслоу, – это не только отвратительное самочувствие, но и род когнитивной патологии наряду с моральной и эмоциональной ущербностью [7, с. 31]. Научные психологические знания и умения должны обеспечивать развитие личности и безопасность жизнедеятельности человека. Постановка сложных теоретических и практических вопросов, требующих изучения и разрешения, ответы на которые позволяют найти выход из противоречивых ситуаций, даёт внутренний импульс, способствует психическому

развитию молодых людей в том случае, если проблема формулируется на основе потребностей общества, существующей жизненной проблемы, запросов науки и практики;

- *принцип ведущей роли психологической культуры личности в формировании психологического здоровья будущего специалиста*. Эффективная методика психологического образования должна строиться с учётом психологической преобразованности, которая реализуется в двух активных перцептивно-рефлексивных процессах: интроспективном проецировании и психотерапевтическом ожидании [5, с. 32–36].

Психологическая преобразованность – это совокупность житейских психологических понятий и представлений, способов и умений психологического самопознания, самовоспитания и саморегуляции, приёмов межличностного взаимодействия, которые человек приобретает на основе жизненного опыта и усвоения несистематизированных психологических знаний. *Интроспективное проецирование* – это рефлексивный процесс соотнесения своих индивидуально-личностных, эмоционально-волевых особенностей и характеристик собственной познавательно-практической деятельности, иными словами, всех проблем собственной психологии с эталонно-нормативными описаниями и объяснениями, которые излагаются в учебной книге. В результате такого самопознания появляется соревновательное стремление к самосовершенствованию, самовоспитанию. *Психотерапевтические ожидания* – это стремление юношей и девушек получить в процессе изучения психологии ответы на вопросы, которые находятся в её компетенции, и конкретную психологическую помощь в сложных жизненных ситуациях. Педагог-психолог выступает не только в роли знатока-теоретика, сообщающего определённые знания, но и в роли профессионала-консультанта и психотерапевта.

Психологические знания и умения формируют не только психологическую грамотность, но и психологическую компетентность, а также собственно психологическую культуру как развитый механизм личностной саморегуляции. Будущий специалист должен научиться действовать как бы в двух пространствах своего существования – внутрличностном и межлич-

ностном. Внутриличностное пространство – это внутренний мир человека, мир его помыслов и переживаний. Необходимо научить будущего специалиста пристально всматриваться в своё профессиональное Я, отдавать себе отчёт в собственных достоинствах и недостатках, во взаимоотношениях с окружающими. В целях интенсификации этого процесса, обогащения содержания профессионального самосознания важна аутодиагностика характеристик психологической культуры и психологического здоровья, которая предполагает постепенное углубление профессионально-личностной рефлексии. Обучение должно строиться как концептуализация психологического опыта субъектов. Психологическая культура выполняет роль личностного когнитивно-мотивационного средства становления психологического здоровья. Познавательные процессы выступают в качестве внутренних пусковых механизмов и основного регулируемого компонента эмоциональных проявлений и поведения, позволяют индивиду ощущать независимость от автоматизмов душевного аппарата, обусловленных психофизиологическими процессами;

- *принцип активизации здоровьесберегающей деятельности на основе применения активных методов формирования психологической культуры личности.* Активные методы обучения (проблемный, экспонирующий, практический, интерактивный, управляемая самостоятельная работа) предполагают высокий уровень активности учащейся молодёжи. Важно обеспечить рефлексивную самоорганизацию учебно-познавательной, творческой деятельности, самостоятельность молодых людей на протяжении всего процесса обучения. Недопустима личностная отвлечённость, проявляющаяся в «конспектной» зависимости преподавателя и будущего специалиста. Опыт экспериментального обучения доказывает необходимость активно использовать эвокативные (вызывающие чувства и воспоминания) техники и силу личности преподавателя. Эмоциональному выражению отводится роль средства передачи опыта и реализации личности. Таким образом, качество актуальных переживаний представляет собой не только критерий психологического здоровья, но и фокус психологического вмешательства. Психология по своей внутренней сути – такой предмет, который нельзя «проходить». Её необходимо пережить в живом

общении с преподавателем [5, с.35]. «Конспектная» зависимость способствует «зомбированию» молодых людей, их когнитивной беспомощности, препятствует созданию индивидуального плана ближайшего саморазвития.

Реализация совместной деятельности преподавателей, психологов и учащихся должна учитывать существующий уровень психологической культуры, показатели психологического здоровья, индивидуальные особенности, личностные потребности будущих специалистов.

Эмпирическое исследование взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья учащейся молодёжи в ходе реализации учебной программы «Психологическая культура и психологическое здоровье» осуществлено нами на базе Барановичского технологического колледжа Белкоопсоюза. Были определены экспериментальная и контрольная группы по 100 учащихся I курса (по 4 учебные группы в каждой) специальностей 2-910101 «производство продукции и организация общественного питания», 2-490131 «технология пищевых производств», 2-360901 «машины и аппараты пищевых производств». Необходимо отметить, что даже при наличии в Образовательных стандартах специальностей дисциплины «Психология и этика деловых отношений» проблеме взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья учащегося среднее специальное образование уделяет недостаточно внимания.

На этапе экспериментального обучения были внедрены в учебно-воспитательный процесс и практику работы с учащимися экспериментальной группы программа совместных действий педагогов, психолога и учащихся, учебная программа «Психологическая культура и психологическое здоровье», социально-медико-психологический мониторинг, аутомониторинг здоровья как средства адаптации учащейся молодёжи к новым условиям жизнедеятельности и развития здоровьесберегающей деятельности будущих специалистов.

Цель программы «Психологическая культура и психологическое здоровье» – улучшение психологического здоровья учащихся на основе развития психологической культуры личности. Задачи программы – усвоение учащимися психологических знаний и приёмов психологического обеспечения здоровья; актуализация

и оптимизация деятельности учащихся, направленной на улучшение психологического здоровья личности [8, с. 58–116].

На мотивационном этапе реализации программы учащиеся были ознакомлены с целью, общими задачами, содержанием учебной программы, условиями, предполагаемыми результатами совместной деятельности. Результатом мотивационного этапа явилось формирование представления о необходимости развития своей психологической культуры. Структурирование учебной программы проводилось на основе планируемой деятельности, ценностных ориентаций с опорой на личностные потребности учащихся. Основанием для проектирования содержания учебной программы выступили практический психолого-педагогический опыт работы таких организаций г. Барановичи, как «Диалог», Институт позитивного поведения, служба семейного консультирования, работа которых проходила под эгидой городского управления социальной помощи молодёжи, а также теоретические основы и общие подходы к психологии профессионального здоровья [9]. В процессе моделирования учебной программы психологические знания и умения использовались как средство выполнения различных видов деятельности, создания индивидуальных планов действий учащихся. Изучение и корректировка учебной программы сопровождались обеспечением междисциплинарных связей в плане актуализации её профессионально-психологической направленности, использованием активных методов обучения. Рефлексия, экспертиза и обобщение результатов деятельности позволили корректировать учебную программу в целом и её отдельные разделы.

Основными направлениями деятельности учащихся экспериментальных групп являлись: учебная деятельность, направленная на овладение научными психологическими знаниями и умениями обеспечения здоровья; постепенное углубление профессионально-личностной рефлексии; внеучебная творческая управляемая самостоятельная деятельность – самореализация в процессе сотворчества, содеятельности в ходе выполнения групповых заданий, участия в постановках молодёжного театра миниатюр, принятия различных ролей (ведущего «конкурсов зна-

токов», музыкально-поэтических «вечеров здоровья», участника, исполнителя музыкальных, поэтических композиций и др.); усвоение в ходе социализации ценностей, смыслов, отношений, социальных установок зрелой личности. Изучение психологической культуры и психологического здоровья учащихся, а также их взаимосвязи проводилось с помощью методики оценки уровня развития психологической культуры (на основе концептуальной модели психологической культуры В.В. Семикина), самоактуализационного теста (САТ) (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская), анкеты «Психологические представления» (А.А. Селезнёв), шкалы личностной значимости черт (социального интереса) Дж. Кренделла, теста «Эгоцентрические ассоциации» Т. Шустровой.

По результатам исследования в условиях целенаправленного усвоения учебной программы показатели высокого и среднего уровней психологической культуры учащихся экспериментальной группы оказались существенно выше. В этой группе значительно уменьшился также показатель низкого уровня психологической культуры, что подтверждает позитивное влияние полученных учащимися психологических знаний и умений. Члены экспериментальной группы имеют также более высокие показатели по следующим компонентам: волевой – $p_{ЭГ}=19\%$, $p_{КГ}=6\%$ ($P<0,01$); коммуникативный – $p_{ЭГ}=21\%$, $p_{КГ}=9\%$ ($P<0,02$); компонент социального опыта – $p_{ЭГ}=33\%$, $p_{КГ}=13\%$ ($P<0,001$); ценностно-смысловой – $p_{ЭГ}=27\%$, $p_{КГ}=13\%$ ($P<0,02$). В отличие от контрольной группы в экспериментальной отмечается наличие положительной динамики развития психологической культуры учащихся. Выявленные различия статистически достоверны ($\chi^2=64,27$; $P<0,001$). Последовательное усвоение научных психологических знаний и умений, социальных норм взаимодействия, а также построение своего поведения в соответствии с ними формируют активную позицию, направленную на развитие волевых качеств, социализацию и самореализацию, самосовершенствование профессиональных знаний и навыков, которая проявляет себя в процессе занятий, жизненных ситуаций, при решении психологических проблем, выполнении самостоятельной работы.

Установлено также, что учащиеся экспериментальной группы имеют более высокие средние значения характеристик психологического здоровья по шкалам самоактуализационных тестов: «Ориентация во времени» – $p_{эГ}=52,37$, $p_{кГ}=47,84$; «Поддержка» – $p_{эГ}=54,31$, $p_{кГ}=49,18$; «Ценностные ориентации» – $p_{эГ}=51,21$, $p_{кГ}=47,18$; «Гибкость поведения» – $p_{эГ}=52,53$, $p_{кГ}=47,30$ ($P<0,001$) и др. Отмечена существенная позитивная динамика средних значений индивидуальных «профилей» учащихся по шкалам САТ, что также характеризует процесс и результат успешного усвоения и активного воспроизводства учащимися в общении и деятельности социального опыта, а также развитие их личностных, профессионально важных качеств. В целом уровень самоактуализации учащихся экспериментальной группы существенно выше, чем контрольный ($p_{эГ}=54\%$, $p_{кГ}=18\%$, $P<0,001$). В экспериментальной группе ниже удельный вес параметров индивидуальных «профилей» учащихся в диапазоне психических нарушений ($p_{эГ}=11\%$, $p_{кГ}=29\%$, $P<0,01$). Достоверность выявленных различий подтверждена статистически ($\chi^2=39,42$; $P<0,001$). Существенно выражен показатель низкого уровня самоактуализации у девушек ($p=14,49\%$) по сравнению с аналогичным уровнем у юношей ($p=3,23\%$), что может быть обусловлено более негативным влиянием всего социального контекста на формирование у девушек уверенности в себе, самооценки в условиях рыночной экономики, ускорения темпов жизни. Более высокие показатели имеют юноши по сравнению с девушками по шкалам «Ориентация во времени» (соответственно 55,00 и 51,19), «Ценностные ориентации» (53,32 и 50,26), «Представления о природе человека» (55,71 и 53,33), «Контактность» (55,74 и 53,33) ($P<0,05$). Юноши в большей степени, чем девушки, эмоционально переживают настоящий момент своей жизни, разделяют ценности, присущие самоактуализирующейся личности, у них более чётко выражены коммуникативные качества.

В экспериментальной группе нами выявлены положительные корреляционные связи между показателями психологической культуры учащихся по данным методики оценки уровня развития психологической культуры (по В.В. Семикину) и психологического здо-

ровья по результатам САТ. Так, развитие рефлексии и перцепции учащихся способствует адекватному восприятию и познанию себя и других людей, ощущению целостности своей жизни и окружающего мира, неразрывности прошлого, настоящего и будущего ($r_{xy}=0,57$ со шкалой САТ «Ориентация во времени»), усилению внутреннего локуса контроля, независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне ($r_{xy}=0,73$ со шкалой «Поддержка»), успешному социальному взаимодействию; расширяет знания об окружающем мире; играет важную роль в формировании творческой направленности личности ($r_{xy}=0,68$ со шкалой «Познавательные потребности»; $r_{xy}=0,69$ со шкалой «Креативность») ($P<0,001$). В целом психологическое здоровье учащихся прямо взаимосвязано с рефлексивно-перцептивным, когнитивным компонентами психологической культуры личности ($r_{xy}=0,70$), а также с ценностно-смысловым компонентом ($r_{xy}=0,71$) ($P<0,05$). Выявлена также средняя прямая взаимосвязь психологического здоровья учащихся с волевым ($r_{xy}=0,59$), аффективным ($r_{xy}=0,30$), коммуникативным ($r_{xy}=0,36$) компонентами психологической культуры личности ($P<0,05$).

По результатам анкетирования установлено, что 92% учащихся экспериментальной группы дают развёрнутую и логически структурированную характеристику психологической культуры личности. В её понятие 83% респондентов включают саморегулирование психической деятельности, связывают её также с творческим подходом к профессиональным обязанностям. В контрольной группе психологическая культура личности ассоциируется всеми учащимися в основном с культурой поведения в обществе. Члены экспериментальной группы отмечают, что благодаря учебной программе научились лучше понимать себя и других людей, узнали тонкости психологических отношений с окружающими и приобрели умения позитивного взаимодействия. Для управления стрессом наряду с активной физической деятельностью они уделяют большое внимание прогнозированию ситуаций, переоценке ценностей, творческой деятельности (75%). Наиболее распространёнными действиями учащихся контрольной группы с целью управления стрессом являются избегание стрессовых ситуаций, массаж,

употребление сладкого, шоколада и других вкусных продуктов (56%).

Анализ валеоустановок показал, что в контрольной группе 93% учащихся периодически употребляют алкоголь, что совпадает с данными констатирующего этапа исследования; в экспериментальной группе данный показатель снизился до 56%; позитивное отношение к курению – соответственно 72% и 33%. В экспериментальной группе 42% учащихся регулярно проводят аутомониторинг функциональных резервов здоровья, 15% – занимаются тренингом функциональных резервов здоровья по индивидуальным планам с применением различных систем оздоровления. В этой же группе отмечены существенно более высокие показатели предпочтения образования ($p_{эГ}=73\%$, $p_{кГ}=54\%$, $P<0,01$), творчества ($p_{эГ}=29\%$, $p_{кГ}=12\%$, $P<0,01$), богатства внутреннего мира ($p_{эГ}=78\%$, $p_{кГ}=53\%$, $P<0,001$) и профессионализма ($p_{эГ}=72\%$, $p_{кГ}=58\%$, $P<0,05$). Это связано с изменениями Я-концепции, способствующими приобретению чувства уверенности в себе и осознанию значимости выбранной профессии через мотивацию к высоким достижениям и формирование психологической компетентности.

В экспериментальной группе при сопоставлении индивидуальных «профилей» по данным САТ и показателей социального интереса по шкале личностной значимости черт Дж. Кренделла установлено, что наиболее высокий удельный вес индивидуальных показателей самоактуализации (49%) отмечен среди учащихся, имеющих средние показатели социального интереса, а наименьший (18%) – в группе с высоким уровнем социального интереса, что свидетельствует о необходимости сбалансированного формирования интер- и интраперсональных характеристик психологического здоровья личности. У девушек зафиксирован более высокий уровень социального интереса по сравнению с юношами (57,97% и 32,26%, $P<0,02$). Возможно, нарастающая конкуренция в условиях рыночной экономики заставляет девушек формировать более активные модели поведения и корректировать их по мере накопления и усвоения жизненного опыта.

По тесту «Эгоцентрические ассоциации» Т. Шустровой показатели степени центрации учащихся на себе в экспериментальной группе

распределились следующим образом: низкий уровень существенно не изменился; средний – вырос, высокий – существенно снизился, что констатирует снижение эгоцентрической позиции учащихся в отношениях с окружающими, понимание и учёт их интересов. Учащиеся контрольной группы имеют более высокие показатели степени центрации на себе, что свидетельствует о неумении занять позицию другого человека, выраженной тенденции действовать в направлении только собственных целей ($p_{эГ}=14\%$, $p_{кГ}=42\%$, $P<0,001$).

В системе обучения, ориентированного на психологическое здоровье личности, оцениваются результат здоровьесберегающей деятельности молодого человека, его внутренние изменения, характеристики личности субъекта деятельности и отношений. Будущие специалисты могут в совершенстве овладеть той или иной технологией психологического воздействия на других людей, но не все из них могут идти по пути развития психологического здоровья, раскрытия своего позитивного личностного потенциала. Психологическая культура должна способствовать развитию человека – актуализатора, а не манипулятора, занимающегося транзакционным «рэккетом», использующего психологические знания и умения с целью достижения своих корыстных целей.

Опыт экспериментального обучения доказывает необходимость длительной, настойчивой работы, сознательных усилий самих юношей и девушек, педагогического коллектива, направленных на создание учебно-профессиональной общности будущих специалистов и преподавателей, которая характеризуется наличием единой цели, общей мотивацией, коллективным обсуждением проблем, отсутствием жёстких статусно-ролевых предписаний. Всё это способствует развитию отношений, в результате которых раскрываются смыслы, ценности, цели будущей профессиональной деятельности. Разработчик концепции и практики психосинтеза Р. Ассаджолли также отмечает сложность развития психологического здоровья личности: «Живой человек – не здание, для которого сперва должен быть заложен фундамент, затем возведены стены и, наконец, положена крыша. Выполнение широкой внутренней программы психосинтеза можно начинать одновременно с разных точек, с разных сторон, а разные мето-

ды и действия можно, в зависимости от обстоятельств и внутреннего состояния, чередовать в течение более или менее продолжительных отрезков времени» [10, с. 23–24].

Для внедрения здоровьесберегающего подхода в практику работы учреждений образования необходимо определить приоритеты в оценке качества профессионального образования; перейти к программно-целевому планированию профилактической психолого-педагогической деятельности; усовершенствовать систему управления с использованием моделей конечных результатов, контроля качества профилактической психолого-педагогической работы; создать автоматизированные рабочие места специалистов и руководителей учреждений профессионального образования; обеспечить междисциплинарный синтез знаний; повысить квалификацию специалистов профессионального образования. Решение данной проблемы способствует утверждению в отечественной психологии новой области научного знания – педагогической психологии здоровья, формирующейся на стыке педагогической психологии и психологии здоровья.

Предметом педагогической психологии здоровья должны стать механизмы и закономерности влияния психологической культуры на формирование психологического здоровья личности в условиях образовательного процесса. Педагогическая психология здоровья призвана решать задачи разработки теоретико-методологических подходов к обеспечению взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья учащейся молодёжи, исследования соотношения общей и профессиональной психологической культуры и психологического здоровья, критериев психологической культуры и психологического здоровья, определения природы и сущности становления психологического здоровья личности в условиях образовательного процесса, обоснования психологических основ диагностики уровней психологической культуры и психологического здоровья, раскрытия механизмов и закономерностей формирования психологического здоровья обучаемого, изучения психологических основ здоровьесберегающей деятельности педагога, оценки эффективности организации и управления здоровьесберегающей психолого-педагогической деятельностью, разработки психологических здоровьесберегающих основ дальнейшего совершенствования образовательного процесса.

Образование должно способствовать формированию психологического здоровья личности на основе психологической культуры, так как от богатства внутренней структуры человека во многом зависят личностный рост и успех его профессиональной деятельности.

Список использованных источников

1. Юнг, К. Г. Дух в человеке, искусстве и литературе / К. Г. Юнг. – Минск : Харвест, 2003. – 384 с.
2. Фромм, Э. Человек для себя / Э. Фромм. – Минск : Харвест, 2003. – 352 с.
3. Психология здоровья : учебник для вузов / Г. С. Никифоров [и др.] ; под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2003. – 607 с.
4. Коломинский, Я. Л. Социальная психология школьного класса : науч.-метод. пособие для педагогов и психологов / Я. Л. Коломинский. – Минск : ООО «ФУАинформ», 2003. – 312 с.
5. Психология педагогического взаимодействия : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского. – СПб. : Речь, 2007. – 240 с.
6. Реан, А. А. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 416 с.
7. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2006. – 352 с.
8. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие / БарГУ ; А. А. Селезнёв ; под ред. Я. Л. Коломинского. – Барановичи, 2006. – 132 с.
9. Селезнёв, А. А. Педагогическая психология здоровья в системе профессионального образования : монография / А. А. Селезнёв ; науч. ред. Я. Л. Коломинский. – Барановичи : РИО БарГУ, 2008. – 158[2] с.
10. Ассаджоли, Р. Психосинтез : теория и практика / Р. Ассаджоли. – М. : REFL-book, 1994. – 314 с.

Материал поступил в редакцию 04.03.2009.