

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Петрищева Любовь Петровна¹,

кандидат химических наук, доцент,

кафедры педагогики и психологии

Социально-педагогического института

ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ, г. Мичуринск, Россия

rip-mgau@yandex.ru

Манузина Екатерина Николаевна,

обучающийся 2 курса Социально-педагогического института

ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ, г. Мичуринск, Россия.

rip-mgau@yandex.ru

Аннотация: В статье раскрывается понятие психологического здоровья личности, под которым понимается состояние здоровья человека в целом, и, в частности, его физического, психического, социального и нравственного компонентов.

Ключевые слова: здоровая личность; психологическое здоровье личности; представления родителей о психологическом здоровье детей; психолого-педагогическое сопровождение сохранения психологического здоровья личности.

¹ Петрищева Л.П., Манузина Е.Н. rip-mgau@yandex.ru

Для определения теоретических предпосылок формирования представлений родителей о психологическом здоровье детей дошкольного возраста необходимо: выявить сущность и уточнить содержание понятий "психологическое здоровье ребенка дошкольного возраста", "представления родителей о психологическом здоровье ребенка", конкретизировать педагогический смысл формирования представлений родителей о психологическом здоровье детей в пространстве современного дошкольного образовательного учреждения; теоретически осмыслить и обосновать модель психолого-педагогического сопровождения процесса формирования представлений родителей о психологическом здоровье детей.

В этой связи нами определена общая траектория теоретического анализа проблемы исследования, что позволило провести целенаправленный отбор теоретического материала и систематизировать научные знания в соответствии с целью и задачами исследования и реализовать их в экспериментальной работе. Теоретический материал главы разделен на следующие структурные компоненты анализа:

– понятийный – цель которого выявить сущность и уточнить содержание понятий "психологическое здоровье ребенка дошкольного возраста", "представления родителей о психологическом здоровье ребенка дошкольного возраста", конкретизировать педагогический смысл формирования представлений родителей о психологическом здоровье детей в пространстве современного дошкольного образовательного учреждения;

– стратегический – предполагает осмысление и обоснование психолого-педагогических условий и проектирование модели психолого-педагогического сопровождения процесса формирования представлений родителей о психологическом здоровье детей в процессе экспериментальной работы.

Психологическое здоровье детей является сложной полифункциональной категорией, используемой целым рядом наук и отраслей естественнонаучного и гуманитарного знания. В этой связи необходимо уточнить определение и сущность понятия "психологическое здоровье детей", выявить специфику

психологического здоровья личности в дошкольном возрасте и охарактеризовать факторы, обуславливающие сохранение и укрепление психологического здоровья детей дошкольного возраста. Отдельной задачей данного параграфа является анализ нормативно-правовой документации деятельности дошкольного образовательного учреждения, с целью определения основных направлений работы по формированию у родителей представлений о психологическом здоровье детей как условия его сохранения и укрепления.

Психологическое здоровье личности становится предметом изучения в трудах представителей гуманитарного знания сравнительно недавно. Для уточнения содержания данного понятия необходимо обратиться к анализу такой категории как "здоровье".

Представления о здоровье, здоровой личности, приходят в психологическую науку из медицинского знания. На сегодняшний день не существует единого понимания данного состояния. В практике здравоохранения под здоровьем принято понимать "состояние полного физического, социального и эмоционального благополучия" [7]. В этом определении акцент делается на отсутствие болезней, дефектов, особенно подчеркивается в качестве необходимого условия достижения состояния здоровья – установление баланса, гармонии между его компонентами. Данное определение здоровья за последние годы приобретает широкую известность, однако, как отмечают специалисты, несмотря на стремление к универсализации, не отражает сущности и многоаспектности изучаемого явления. На сегодняшний день существует множество попыток определения понятия "здоровье". С одной стороны, анализу подвергаются количественные и качественные аспекты здоровья. Здоровье человека рассматривается в контексте его эффективного социального функционирования, выполнения учебной и профессионально-трудовой деятельности, социальных ролей, реализации прав и обязанностей гражданина современного общества.

Так, например, в Большой медицинской энциклопедии данная категория определяется как "состояние организма человека, когда функции всех его

органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения". Однако особое внимание уделяется систематическому нарушению баланса во взаимодействии человека и среды, в этой связи авторы отмечают, что "живой организм – система неравновесная и все время на протяжении своего развития меняет формы взаимодействия с условиями окружающей среды, при этом меняется не столько среда, сколько сам организм" [2].

Лисицин Ю.П. при определении понятия "здоровье" обращает внимание на биосоциальную сущность человека и рассматривает здоровье как "гармоничное единство биологических и социальных качеств, обусловленных врожденными и приобретенными механизмами" [5].

Казначеев В.П. определяет здоровье человека как "процесс сохранения и развития его биологических, физиологических и психологических возможностей, оптимальной социальной активности при максимальной продолжительности жизни". Особое внимание автор уделяет анализу факторов и условий, которые, наряду с сохранением здоровья, решают задачи оптимального всестороннего развития человека [4].

Баевский Р.М. в своем определении здоровья вводит понятие адаптации и дает следующее определение "здоровье – возможность организма человека адаптироваться к изменениям окружающей среды, взаимодействуя с ней свободно, на основе биологической, психологической и социальной сущности человека" [1].

Слабой стороной рассмотренных определений, с нашей точки зрения, является отсутствие в них четких критериев, показателей проявления и функционирования здоровья. В этой связи могут возникать сложности при оценке актуального состояния здоровья человека.

В трудах Е.А. Овчарова представлена модель здоровья, которая представляет собой попытку систематизировать отдельные представления о здоровье человека и определить сущностную и функциональную характеристику его компонентов.

С точки зрения Е.А. Овчарова, здоровье человека может быть рассмотрено на следующих уровнях: медицинский, биомедицинский, биосоциальный, ценностно-социальный и интегрированный [6].

Так, на медицинском уровне происходит осмысление здоровья человека через медицинские критерии и характеристики, основным признаком здоровья в данном контексте считается отсутствие болезней и их симптомов. Биомедицинское понимание сущности здоровья отталкивается от определения его в качестве биологически нормального функционирования организма. С биомедицинской точки зрения необходимо анализировать как медицинские, так и биологические параметры, при доминирующем значении последних в жизнедеятельности человека и его здоровье.

Биосоциальный уровень предполагает рассмотрение состояния здоровья в единстве биологических и социальных признаков. Однако в качестве приоритетных определены социальные. На данном уровне здоровье человека представляет собой результат функционирования биологических и социальных систем, выступающих в качестве факторов, детерминирующих успешное биологическое и социальное функционирование организма.

На ценностно-социальном уровне здоровье человека определяется в качестве базовой ценности, необходимой предпосылки для полноценности жизни человека, удовлетворения его материальных потребностей, участия в труде, социальной жизни, в экономической, культурной и др. видах деятельности.

Интегрированный уровень предполагает осмысление и анализ характеристик и параметров нескольких аспектов: медицинского, биологического, психологического, социального. В качестве факторов, обуславливающих достижение состояния здоровья выступают природные, функциональные, а также социальные условия [6]. С нашей точки зрения, подход Е.А. Овчарова позволяет, с одной стороны, более конкретизировано, с другой стороны, целостно, осмыслить понятие "здоровье" и отдельные его

параметры, характеристики, а также анализировать факторы и условия сохранения и укрепления здоровья.

В своих исследованиях А.Г. Щедрина в контексте системного подхода предлагает следующее определение: "Здоровье – это целостное многомерное динамическое состояние (включая его позитивные и негативные показатели) в процессе генома в условиях конкретной социальной и экологической среды, позволяющие человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции" [8]. А.Г. Щедрина выделяет основные параметры состояния здоровья, позволяющие получить целостную картину развития и функционирования человека: "уровень и гармоничность физического развития; резервные возможности основных физиологических систем; уровень иммунной защиты и неспецифической резистентности организма; наличие (или отсутствие) хронического заболевания, дефекта развития; уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок, отражающих духовное и социальное здоровье личности" [8].

Каждый из параметров предполагает качественный анализ своих компонентов, который может быть представлен количественно. Как отдельные критерии, так и параметры могут положительно или отрицательно влиять на здоровье человека в целом. В этой связи общая оценка здоровья человека предполагает наряду с изучением особенностей организма человека и его функциональных систем, исследование личностных и социальных характеристик человека. Данный подход с нашей точки зрения, позволяет за счет расширения критериев анализа, выявить и сделать акцент на уникальности каждой рассматриваемой ситуации развития и функционирования человека. Так, например, характер проявления каждого из названных показателей здоровья не может зависеть от личностных качеств человека, осознанности поведения, приносящего или укрепление, или ущерб здоровью, степени активности в поддержании здорового образа жизни, морально-волевых и нравственных качеств.

Таким образом, здоровье человека – комплексный, многоаспектный феномен, включающий в себя медицинские, психологические, педагогические и социальные аспекты. Опираясь на определение, предлагаемое Всемирной организацией здравоохранения, современные исследователи выделяют следующие компоненты здоровья: физическое, психическое, социальное и нравственное здоровье [7]. Остановимся подробнее на анализе каждого из компонентов.

Физическое здоровье представляет собой состояние, при котором физиологические процессы, протекающие в организме человека, максимально сбалансированы и гармонизированы, что обеспечивает эффективную адаптацию к условиям внешней среды. Речь идет о полноценном развитии и функционировании тела, органов и систем организма. При этом показателями физического здоровья становятся физическая активность, выносливость, устойчивый иммунитет.

Психическое здоровье подразумевает состояние в котором личность способна адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители. Показателями психического здоровья являются психическая активность, психоэмоциональный комфорт и умение поддерживать баланс между эмоциональным состоянием и внешней средой, адекватное поведение в социуме, а также стремление к самопознанию, самосовершенствованию, саморазвитию, и, как следствие, адекватная самооценка.

Социальное здоровье является результатом взаимодействия человека и общества. Социальное здоровье может быть определено в качестве состояния, характеризующегося гармоничным деятельным отношением личности к социуму. При этом показателями социального здоровья личности являются следующие: социальная активность, адекватные межличностные и социальные отношения с представителями различных социальных групп, понимание и принятие норм, правил и ценностей общества, следование им в своем социальном поведении определение своего места в той или иной социальной группе, принятие и адекватное выполнение различных социальных ролей,

адекватный социальный статус, адекватная социальная самооценка, развитые социальные чувства, готовность к просоциальному поведению.

Нравственное здоровье – состояние личности, при котором она знает, понимает и разделяет общечеловеческие гуманистические нормы, ценности, установки, принятые в обществе. Показателями нравственного здоровья являются: стремление к воспроизведению в своем поведении и деятельности базовых моральных и этических норм, правил, ценностей, наличие гармонии между морально-этическими требованиями со стороны социума и нравственными представлениями и установками личности, развитые морально-нравственные чувства, позитивные межличностные и социальные отношения с людьми на основе нравственных и этических норм и представлений.

Современные исследования позволяют выделить следующие критерии и показатели здоровья человека: "специфическая (иммунная) и неспецифическая устойчивость к действию повреждающих факторов; показатели роста и развития; функциональное состояние и резервные возможности организма; наличие и уровень какого-либо заболевания или дефекта развития; уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок" [3].

Как говорилось выше, при оценке здоровья человека недостаточно ограничиться определением наличия или отсутствия нарушений и дефектов. Необходимо ориентироваться на широкий круг показателей, отражающих развитие как биологических, так и социальных функций организма. Так, интересна точка зрения Ю.А. Ермолаева, который предлагает ориентироваться на следующие признаки, определяющие здоровье:

- наличие или отсутствие у человека хронических заболеваний;
- уровень функционирования основных систем организма;
- степень сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям;
- уровень достигнутого физического и нервно-психического развития и степени его гармоничности" [3].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что психологическое здоровье личности, обусловлено состоянием здоровья человека в целом, и, в

частности, его физического, психического, социального и нравственного компонентов.

Список литературы:

1. Баевский Р.М. Концепция здоровья и космическая медицина / Р.М. Баевский. – М.: Слово, 2007. – 208 с.
2. Большая медицинская энциклопедия // [Электронный ресурс] . – Режим доступа: <http://bigmeden.ru/>
3. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология / Ю.А. Ермолаев. – М.: СпортАкадемПресс, 2001.– 444 с.
4. Казначеев В.П., Здоровье нации, просвещение, образование / В.П. Казначеев. – М.: Знание, 1996. – 366 с.
5. Общественное здоровье и здравоохранение / Лисицын Ю.П., Улумбекова Г.Э. 3-е изд., перераб. и доп. – М. : ТЦ Сфера, 2013. – 544 с.
6. Овчаров Е.А. Здоровье населения Российской Федерации: анализ и оценка / Е.А. Овчаров – Нижневартовск, 1996. – 220 с.
7. Устав Всемирной организации здравоохранения// [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.who.int/governance/eb/constitution/ru/>
8. Щедрина А.Г. Структура здоровья человека / А.Г. Щедрина. – М.: Просвещение, 1989. – 306 с.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL BASES OF RESEARCH OF THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF CHILDREN

Petrishcheva Lyubov Petrovna,

candidate of Khimicheskikh Sciences,

Associate Professor of Pedagogics and Psychology

of the Socio-Pedagogical Institute

Michurinsk State Agrarian University,

Michurinsk, Russia

pip-mgau@yandex.ru

Manuzina Ekaterina Nikolaevna,

second-year student

Social Pedagogical Institute

Michurinsk State Agrarian University,

Michurinsk, Russia

pip-mgau@yandex.ru

Summary: The article reveals the concept of the psychological health of an individual, by which is meant the state of human health in general, and, in particular, its physical, mental, social and moral components.

Key words: healthy personality; psychological health of the individual; parents' perceptions of children's psychological health; psychological and pedagogical support of the preservation of the psychological health of the individual.