

Педагогическая психология
Pedagogical psychology

УДК 378
ББК 448

Нина Иннокентьевна Виноградова,
доктор психологических наук, профессор,
Забайкальский государственный университет
(Чита, Россия), e-mail: vin57@list.ru

Светлана Дабаевна Цыдыпова,
старший преподаватель кафедры психологии образования,
Забайкальский государственный университет
(Чита, Россия), e-mail: sveda05@mail.ru

Становление профессионального здоровья будущего психолога образования

Рассмотрена проблема становления профессионального здоровья будущего педагога-психолога в акмеологических условиях. Проанализированы теоретические подходы к пониманию структуры профессионального здоровья. Выявлена и обоснована необходимость определения профессионального здоровья и его становления в период обучения в вузе, чтобы результат деятельности был продуктивным, эффективным для профессионального саморазвития. Методологическим основанием анализа выбран акмеологический подход. Предметом исследования являются акмеологические условия становления профессионального здоровья будущего педагога-психолога.

Автор проектирует модель становления профессионального здоровья будущего педагога-психолога через соорганизацию основных акмеологических факторов и механизмов его деятельности. Анализ и систематизация принципов соорганизации компонентов становления профессионального здоровья позволили автору выделить смысловое содержание переориентации учебно-познавательной деятельности студента в учебно-профессиональную. Механизмом переориентации выступает активизация его субъектно-рефлексивной позиции при становлении авторской системы профессионального саморазвития.

Ключевые слова: профессиональное здоровье, самооценка, становление, продуктивная самооценка, профессиональное саморазвитие, акмеологические условия.

Nina Innokentyevna Vinogradova,
Doctor of Psychology, Professor,
Transbaikal State University
(Chita, Russia), e-mail: vin57@list.ru

Svetlana Dabayevna Tsydyпова,
Senior Teacher, Department of Educational Psychology,
Transbaikal State University
(Chita, Russia), e-mail: sveda05@mail.ru

The Professional Health Formation of Future Education Psychologist

The authors consider the problem of the professional health formation of future psychologist of education in acmeological conditions. They analyze theoretical approaches to understanding the professional health structure. They identify and justify the necessity of defining the professional health and its formation during the study in high school, to make the result productive, effective for professional self-development. The acmeological approach is chosen as a methodological basis of the analysis. The subject of the study is the acmeological conditions of professional health formation of future psychologist of education.

The authors project a model of a professional health formation of future psychologist of education through the co-organization of main acmeological factors and the mechanisms of its activity. Analysis and systematization of the co-organization principles of the professional health formation's components allowed the author to identify the semantic content of the reorientation of the student's educational-cognitive activity into vocational training. The reorientation mechanism is the activating of its subject-reflexive position on author system's formation of the professional self-development.

Keywords: professional health, self-esteem, formation, productive self-esteem, professional self-development, acmeological conditions.

Здоровье всегда считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни человека. В условиях социальной нестабильности, усиления динамики жизни, ухудшения экологической обстановки, неопределённых ориентиров развития образовательных систем роль многообразных проявлений здоровья субъектов образования значительно возрастает. Образовательным системам необходимы такие профессионалы, которые способны действовать стабильно, быстро, с оптимальными затратами своего психофизиологического ресурса, т. е. эффективно справляться с профессиональными задачами.

Вопрос обеспечения высоких показателей профессионального здоровья психологов образования в осложнённых условиях социальной ситуации развития детей становится всё более важным. Вместе с тем современные исследования указывают на крайне низкие показатели психического, физического и социального здоровья специалистов, включённые в образовательные системы, снижающиеся по мере увеличения стажа работы в школе. По данным Л. М. Митиной, Е. С. Асмаковец (1998), для специалистов данной сферы со стажем работы 15–20 лет характерны «педагогические кризисы», «педагогическое истощение» [3]. Осложнённая профессиональная и жизненная среда «давит» на эффективность и продуктивность труда психолога образования.

Практический психолог образования призван содействовать психическому и личностному развитию детей разных возрастных групп в образовательных системах различного профиля. Такое содействие должно обеспечить возможность познавательного саморазвития каждого ребёнка.

В науке ещё не сложилось общего мнения о содержании и этапах становления профессионального здоровья психологов, сопровождающих образовательный процесс. Его базовые параметры задаются возможностью эффективного решения задач, определённых в ФГОС

для определённых образовательных ступеней. Профессиональное здоровье психолога образования – это интегральная совокупность его характеристик, обеспечивающая высокую эффективность труда.

Мы рассматриваем профессиональное здоровье практического психолога в образовательных системах как результат его усилий по согласованию параметров собственного здоровья с требованиями ФГОС. Таким образом, профессиональное здоровье – это сложная многоуровневая система, регулирующая качество решения профессиональных задач. Выделим элементы профессионального здоровья: 1) базовые составляющие, интегрирующиеся в продуктивную самооценку результативности конкретных профессиональных действий; 2) личностные составляющие, выступающие как субъективно обусловленные мотивационно-ценностные ориентиры выбора наиболее эффективного действия; 3) деятельностные составляющие профессионального здоровья отражают наиболее эффективный вариант профессиональных действий, обеспечивающий максимальную продуктивность результата. Таким образом, деятельностные составляющие профессионального здоровья могут быть рассмотрены как результирующие показатели его качества. Они отражают его предметную сторону.

В современных переходных условиях функционирования системы подготовки будущих психологов образования всё более и более задействуются защитные механизмы, препятствующие развитию профессионального здоровья студентов, с постепенным снижением его компенсаторных возможностей. Поэтому необходимо выделение таких средств, которые бы обеспечивали сохранность возможности самокоррекции профессионального здоровья. Высокий уровень профессионального здоровья студентов выражается, прежде всего, в продуктивной самооценке показателей своей готовности к труду психолога. Это позволяет оператив-

но находить инструменты коррективы своей подготовки, обозначения индивидуального образовательного маршрута.

Анализ становления профессионального здоровья студента в призме выделения базовых, личностных и деятельностных детерминант, позволяющих непрерывно профессионально совершенствоваться, требует привлечения оснований акмеологического подхода. В соответствии с ним профессиональная подготовка предполагает поэтапную диагностику, проектирование и апробирование каждым студентом наиболее эффективных для него форм мотивационно-ценностных, рефлексивных, содержательных и динамических составляющих своего профессионального развития в контексте целостной жизнедеятельности. Критериями эффективности данного процесса выступают:

- уровень согласования разнообразных технологий подготовки студентов, реализуемых преподавателями, направлений их научных изысканий с психофизиологическими возможностями и личностными потребностями самих студентов;

- уровень самостоятельности и «свободы» студентов в выборе необходимых и достаточных средств само- и взаимоконтроля;

- качество становления у студентов созидательной профессиональной позиции, а также собственного «здоровьесберегающего» ритма самосовершенствования;

- качество преобразования студентом содержания образовательных программ в ориентир моделирования собственной системы профессиональной деятельности;

- активность внедрения средств самомониторинга, контроля, микроаттестаций качества подготовки, побуждающих студентов к профессиональному саморазвитию.

Выявление объективно и субъективно обусловленных условий и факторов развития разных сторон, сфер, «пластов» личности и деятельности будущего психолога образования, обуславливающих повышение продуктивности его труда, требует привлечения научного аппарата акмеологии. Её предметом выступают закономерности, условия, механизмы продуктивности субъекта деятельности, содействующие прогрессивным профессиональным достижениям и развитию личности.

Таким образом, механизм становления профессионального здоровья раскроется нам при

анализе акмеологических условий, механизмов и факторов организации его компонентов в «функциональные органы», обеспечивающих высокий уровень содействия студентам в профессиональном саморазвитии. Продуктивный переход студента от деятельности учения к овладению специфически ориентированной профессиональной деятельностью обеспечивается эффективностью учебно-профессионального взаимодействия студентов и преподавателей факультета, реализующих совместную деятельность.

В соответствии с принятыми методологическими позициями мы выделяем акмеологические условия становления профессионального здоровья студента. Они интегрируют внутренне обусловленные механизмы профессионализации и внешне задаваемые условия, содействующие становлению будущего профессионала.

Акмеологические условия отражают существенные связи между уровнями продуктивности деятельности и проявлениями профессионального здоровья. Анализ таких связей позволяет объяснить механизмы продуктивных способов действий, предсказать направления созидательного развития профессионализма будущих и состоявшихся специалистов, гарантирующее достижение высокопродуктивных результатов в соответствии с критериями, отражающими специфику труда практического психолога образования. Обозначим акмеологические условия становления профессионального здоровья будущего педагога-психолога:

1. Организация учебного процесса в соответствии с мотивационно-ценностной сферой будущего психолога образования, позволяющая ему совершенствовать показатели профессионального здоровья.

2. Усиление содействующей функции преподавателя вуза в приобретении студентом навыка самокоррекции показателей профессионального здоровья.

3. Индивидуальное раскрытие здоровьесберегающей среды для развития продуктивной самооценки студентом качества своего профессионального здоровья.

Мы выделяем три ключевых этапа становления профессионального здоровья будущего практического психолога образования:

- 1-й этап – проблематизации, осмысления объёмности, многомерности, вариативности

поисковой сущности становления своего профессионального здоровья, осознания соответствия внутренних структурных элементов личности с профессиональными требованиями;

2-й этап – адаптации студентом личностно обусловленного потенциала профессионального здоровья к многообразным трудностям решения профессиональных задач. Данный этап предполагает выстраивание образа продуктивных конструктивных и организационных профессиональных действий;

3-й этап – индивидуализации показателей профессионального здоровья. На этом этапе происходит упорядочивание, синхронизация связей между компонентами профессионального здоровья будущего педагога-психолога. Отмечаются тенденции ускорения темпов саморазвития за счёт гармоничного проявления компонентов профессионального здоровья в общую смысловую жизнедеятельность будущего профессионала.

В качестве базовой основы акмеологических механизмов профессионального здоровья мы выделяем продуктивную самооценку. В силу своей объективно-субъективной природы она может быть проанализирована как значимое обстоятельство развития профессионального здоровья.

В определении признаков данного компонента мы исходили из их обусловленности внутренним развитием, в составе:

- первичных – рефлексии состояния собственного здоровья;
- вторичных, включающих рефлексивные действия организма, а также возможность регуляции в соответствии с учебными задачами;
- третичных, представляющих собой интеграцию первичных и вторичных факторов в форме получения успешного результата деятельности.

Модель становления профессионального здоровья студента предполагает последовательную аккумуляцию взаимосвязанных акмеологических факторов и механизмов в комплексы, обеспечивающие саморазвитие его профессионального здоровья. Такие комплексы согласно теории функциональных систем представляют собой операционную архитектуру любой функциональной системы (П. К. Анохин, Н. А. Бернштейн, С. Г. Геллерштейн, И. М. Сеченов и др.).

Результаты обследования группы будущих педагогов психологов в области подготовки

показали, что наиболее значимое влияние на становление профессионального здоровья на каждом этапе обучения оказывают:

– на первом этапе: развитие продуктивной самооценки валеологических показателей профессионального здоровья, построенной на анализе воздействия акмеологических факторов в виде содействия и организации здоровьесберегающей среды и соизмерении с ними собственных мотивационно-ценностных ориентаций профессиональных возможностей;

– на втором этапе: оптимальный уровень рефлексивных действий, обеспечивающий устойчивый интерес к будущей профессии и развитие профессиональных умений;

– на третьем этапе: рефлексия профессионального здоровья на основе успешного решения поставленных задач.

Внутренним основанием усложнения взаимосвязей между компонентами профессионального здоровья исследователи рассматривают: качество решения профессионально-педагогических задач [5]; возрастание степени рефлексивности [1]; проявление умения мобилизовать себя на преодоление трудностей объективного характера [4]; возрастание качества аутопсихической компетентности [6] и т. д.

Продуктивная самооценка активизирует и интегрирует витальные (психофизические), иррациональные и бессознательные потенциалы студента в единый комплекс, способствующий становлению активной позиции в учебных ситуациях. Известно, что биологическая энергетика здорового организма насыщает, «электролизует», усиливает динамику прогрессивных превращений отдельных психических свойств, операций, действий в структуре сложных профессиональных умений. Продуктивная самооценка показателей психофизического здоровья стимулирует студента на активное генерирование идей, «заражений» будущих специалистов, открытость к общению, появление интереса к профессиональной деятельности.

В состав продуктивной самооценки входит также такое самоотношение к валеологическим составляющим профессионального здоровья, которое стимулирует к коррекции системы профессионального саморазвития в зависимости от конкретной ситуации.

Продуктивная самооценка активизирует иррациональные и бессознательные потенциалы в единый функциональный орган, способствующий становлению активной позиции при решении системы задач.

Важно учитывать, что показатели физического здоровья только в период ранней зрелости (20–40 лет) сопутствуют развитию профессионального здоровья. В дальнейшем они преобразуются в условие, тормозящее его рост.

Валеологическая составляющая их профессионального здоровья поддерживается на высоком уровне благодаря связи интеллекта и аффекта и благодаря положительным эмоциональным переживаниям успехов, одобрениям со стороны самих студентов и педагогов.

Всё вышеизложенное определило объект, предмет, цель и задачи исследования. Объектом нашего исследования является процесс профессиональной подготовки будущих психологов образования, а предметом – акмеологические условия становления профессионального здоровья будущего психолога образования.

Целью исследования является определение структуры и механизма регуляции профессионального здоровья, обеспечивающего профессиональное долголетие.

Мы разработали диагностическую программу по исследованию субъективных (личностных компонентов профессионального здоровья) и объективных показателей (оценка преподавателями деятельности студентов).

Для решения поставленных задач и проверки исходных предположений используется целостная акмеологически ориентированная технология, объединившая, в соответствии с методологией познания закономерностей, теоретико-методологические и диагностические методы оценки. Для этого был проведён комплекс экспериментальных исследований (изучение профессионального здоровья) с участием в качестве испытуемых 120 студентов ЗабГГПУ им. Н. Г. Чернышевского с первого по четвёртый курсы психолого-педагогического факультета.

В процессе диагностического исследования мы получили личностные и деятельностные показатели профессионального здоровья будущего педагога-психолога (табл. 1, 2).

Таблица 1

Группа, количество	Уровни продуктивности	Этапы становления профессионального здоровья		
		І этап (1-й курс) Проблематизации	ІІ этап (2-й, 3-й курсы) Адаптации	ІІІ этап (4-й курс) Индивидуализации
		Личностный уровень профессионального здоровья		
Группа, 120	Высокий	3 %	5 %	8,7 %
	Средний	88 %	90 %	88,3 %
	Малопродуктивный	9 %	5 %	3 %

Таблица 2

Группа, количество	Уровни продуктивности	Этапы становления профессионального здоровья		
		І этап (1-й курс) Проблематизации	ІІ этап (2-й, 3-й курсы) Адаптации	ІІІ этап (4-й курс) Индивидуализации
		Деятельностный уровень профессионального здоровья		
Группа, 120	Высокий	7 %	8,3 %	13,3 %
	Средний	81 %	85 %	85 %
	Малопродуктивный	12 %	6,7 %	1,6 %

На основании ряда исследований нами получены следующие результаты показателей профессионального здоровья студентов вуза. В целом наблюдается тенденция повышения уровней профессионального здоровья при акмеологических условиях его становления. Субъективные показатели измерялись на основании самооценки студентов компонентов профессионального здоровья. Исследования

включали изучение оценки функционального состояния организма испытуемых, определение душевного равновесия, социального здоровья, исследование уровня субъективного контроля, изучение мотивации к успеху и др. личностные компоненты, определяющие уровень профессионального здоровья, а также определение ценностных ориентаций. Анализ деятельности будущих специалистов показы-

вает, что высокий уровень их продуктивности стимулирует проявление оптимально повышенной самооценки. Именно она способна мобилизовать психофизиологический ресурс профессионального здоровья на поиск педагогических средств, воздействующих, прежде всего, на мотивационные и волевые структуры готовности студентов к труду в сфере образования. Таким образом, оптимальная продуктивная самооценка, понимаемая как рефлексивная способность активизировать, регулировать, согласовывать действия компонентов профессионального здоровья. Повышенный интерес «стимулирует развитие самоконтроля в момент приёма и переработки информации с целью компенсации собственной неуверенности в правильности принимаемых решений». В то же время она выступает как причина, облегчающая вербализацию, в процессе которой происходит не только идентификация преподавателем многообразных форм профессионального саморазвития студентов, но и их причинное истолкование.

Снижение показателей продуктивной самооценки также отражается на качестве профессионального здоровья. Пониженный тонус психоэмоциональных реакций не обеспечивает развитие продуктивного психического состояния студента, активизирующего студентов на совершение самообразовательных действий. При этом возможно снижение показателей готовности студентов, например, к ежегодному тестированию, к осуществлению ими учебно-исследовательской деятельности и т. д.

Возрастная динамика проявления личностных и деятельностных компонентов профессионального здоровья студентов и механизмы их саморегуляции подчиняются общим онтогенетическим закономерностям становления индивидуально-обусловленных показателей. Известно, что как таковой возрастной показатель не выступает системообразующим для профессионального здоровья, однако он является необходимым условием для накопления информационного багажа, определяющего сущность субъективного опыта. М. А. Холодная считает, что в основе становления перцептивно-рефлексивных способностей «лежат» медленные механизмы, связанные с изменением состава и строения ментального опыта человека [7]. Следовательно, развитие профессионального здоровья сопряжено «с длительным накоплением и дифференциацией полезного для данной области деятельности опыта». Онтогенетический процесс накопления, наращивания, обогащения, реорганизации профессионального опыта способствует более эффективному созреванию продуктивных вариантов становления профессионального здоровья от начала обучения до конца 4-го курса [6. С. 15].

Можно сделать вывод о том, что студенты нуждаются в развитии продуктивной самооценки, что регулирует становление профессионального здоровья. Профессиональное здоровье будущего педагога-психолога характеризуется низкими показателями и сложной структурой, нуждающимися в продуктивном регулировании и становлении в акмеологических условиях различных видов оздоровительных воздействий.

Список литературы

1. Анисимов О. С. Принятие управленческих решений: методология и технология. М., 2002. 645 с.
2. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональных систем. М., 1980. 320 с.
3. Альбуханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 234 с.
4. Бодалёв А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. М.: Флинта – Наука, 1998. 168 с.
5. Кузьмина (Головко-Гаршина) Н. В. Акмеологическая теория повышения качества подготовки специалистов образования. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2001. 144 с.
6. Виноградова Н. И. Факторы становления профессионального здоровья педагога высшей школы // Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложнённых условиях жизненной среды: материалы Всерос. науч.-практ. конф.; Забайкал. гос. гум.-пед. ун-т, 18–19 нояб. 2010 г. Чита: Читинская типография, 2011. 360 с.
7. Слободчиков В. И. Психология человека. М.: Пресс, 1995. 384 с.
8. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. Томск: Изд-во Томск. ун-та; М.: Барс, 1997. 392 с.

References

1. Anisimov O. S. Prinjatje upravlencheskih reshenij: metodologija i tehnologija. M., 2002. 645 s.
2. Anohin P. K. Uzlovyje voprosy teorii funkcional'nyh sistem. M., 1980. 320 s.
3. Al'buhanova-Slavskaja K. A. Strategija zhizni. M.: Mysl', 1991. 234 s.
4. Bodal'jov A. A. Vershina v razvitii vzroslogo cheloveka: harakteristiki i uslovija dostizhenija. M.: Flinta – Nauka, 1998. 168 s.
5. Kuz'mina (Golovko-Garshina) N. V. Akmeologicheskaja teorija povyshenija kachestva podgotovki specialistov obrazovanija. M.: Issledovatel'skij centr problem kachestva podgotovki specialistov, 2001. 144 s.
6. Vinogradova N. I. Faktory stanovlenija professional'nogo zdorov'ja pedagoga vysshej shkoly // Psihologicheskaja adaptacija i psihologicheskoe zdorov'e cheloveka v oslozhnjonyh uslovijah zhiznennoj sredy: materialy Vseros. nauch.-prakt. konf.; Zabajkal. gos. gum.-ped. un-t, 18–19 nojab. 2010 g. Chita: Chitinskaja tipografija, 2011. 360 s.
7. Slobodchikov V. I. Psihologija cheloveka. M.: Press, 1995. 384 s.
8. Holodnaja M. A. Psihologija intellekta: paradoksy issledovanija. Tomsk: Izd-vo Tomsk. un-ta; M.: Bars, 1997. 392 s.

Статья поступила в редакцию 26.09.2013 г.