УДК 159.9:378
ББК Ю94:Ч48

Светлана Дабаевна Цыдыпова,
старший преподаватель,
Забайкальский государственный университет
(672039, Россия, г. Чита, ул. Александро-Заводская, 30)
e-mail: sveda05@mail.ru

Особенности становления профессионального здоровья будущих психологов образования

В статье рассмотрены особенности становления профессионального здоровья будущего психолога образования. Выявлена и обоснована необходимость определения профессионального здоровья и его становления в период обучения в вузе, чтобы результат деятельности был продуктивным, эффективным для профессионального саморазвития. Исследованы основные условия становления профессионального здоровья будущего психолога образования.

Автор представляет модель становления профессионального здоровья будущего психолога образования через соорганизацию основных 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 профессионального здоровья. В модели выделяются этапы и уровни становления профессионального здоровья будущего психолога образования. Автор исследовал компоненты профессионального здоровья будущих психологов образования: базовые составляющие – отражают качество продуктивной самооценки, необходимые для успешного решения задач; личностные составляющие – субъективно обусловленные мотивационно-ценностные ориентиры; деятельностные составляющие профессионального здоровья – профессиональные умения и действия как результирующие показатели его качества.

Результаты эмпирического исследования позволяют сделать выводы, что профессиональное здоровье будущего психолога образования нуждается в регуляции становления его компонентов. Будущему специалисту необходимо активизировать психофизические потенции, объединяя их в единый функциональный орган, способствующий становлению активной позиции при решении системы профессиональных задач.

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

Svetlana Dabaevna Tsydypova,
Senior Teacher,
Transbaikal State University
(30 Aleksandro-Zavodskaya St., Chita, Russia, 672039)
e-mail: sveda05@mail.ru

The Features of Future Teacher-Psychologists' Professional Health Formation

In the article the features of future teacher-psychologists' professional health formation were studied. The necessity of the professional health definition and its formation in the time of a high school studying were revealed and proved that the work result to be productive, effective for the professional self-development. The main conditions of a future teacher-psychologist's professional health formation were investigated.The author presents the future psychologist's professional health formation through co-organization of main factors and mechanisms of his work. 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 activity into professional ones. The reorientation's mechanism is the activation of its subject-reflexive position with the author system's formation of the professional self-development.

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

© С. Д. Цыдыпова, 2014

В условиях современной социальной нестабильности и ухудшения экологической обстановки, неопределённости ориентиров развития образовательных систем усиливается значение здоровья субъектов образования. Сегодня образовательным системам нужны такие профессионалы, которые могут эффективно справляться со своими задачами, способны действовать успешно и с минимальными затратами своего психофизиологического ресурса.

Проблема становления профессионального здоровья субъектов образования, в том числе и будущих психологов образования, в осложнённой социальной ситуации развития детей становится всё более актуальной. Существующие современные исследования данной проблемы свидетельствуют о крайне низких показателях психического, физического и социального здоровья специалистов, включённых в образовательные системы. Эти показатели снижаются 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 кризы», «педагогическое истощение»[3].

В науке отсутствует общее мнение по поводу содержания и этапов становления профессионального здоровья будущих психологов образования. Базовые параметры здоровья специалистов-психологов, сопровождающих образовательный процесс, определяются возможностью решения тех задач, которые обусловлены требованиями ФГОС для всех образовательных ступеней. По нашему мнению, профессиональное здоровье будущих психологов образования – это совокупность характеристик здоровья, отвечающих требованиям профессиональной деятельности и обеспечивающих её высокую эффективность.

Психолог образования содействует психическому, психофизическому, личностному развитию и познавательному саморазвитию детей. На наш взгляд, профессиональное здоровье является результатом усилий профессионала по согласованию параметров собственного здоровья с требованиями профессии. Профессиональное здоровье – это сложная категория, включающая все уровни регуляции решения профессиональных задач. Соответственно, можем выделить следующие составляющие профессионального здоровья:

1. Базовые составляющие – отражают качество продуктивной самооценки, необходимые для успешного решения задач;

2. Личностные составляющие – субъективно обусловленные мотивационно-ценностные ориентиры;

3. Деятельностные составляющие профессионального здоровья – профессиональные умения и действия как результирующие показатели его качества.

Основы становления профессионального здоровья будущего психолога образования закладываются в период обучения в вузе. Здесь все более и более задействуются защитные механизмы профессионального здоровья студентов с постепенным снижением его компенсаторных возможностей. Одновременно формируются умения максимально полного самовосстановления творческого потенциала, обеспечивающего самокоррекцию профессионального здоровья. Так, высокий уровень самосознания студентов, на наш взгляд, выражается, прежде всего, в продуктивной самооценке своего труда. Только в этом случае студенты смогут правильно определить инструменты корректировки своей работы для её качественного улучшения, что позволит поддерживать максимальную эффективность учебной деятельности будущих психологов образования.

Существует два вида показателей измерения профессионального здоровья: объективные (оценка преподавателями работы студента) и субъективные (личностные и деятельностные компоненты профессионального здоровья студента).

Изучение становления профессионального здоровья будущих специалистов, оценка его базовых, личностных и деятельностных детерминант позволяет непрерывно совершенствовать процесс обучения и добиваться положительных результатов. 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. Так, основными условиями, содействующими успешности данного процесса, являются:

– уровень согласования различных технологий подготовки будущих психологов образования, реализуемых преподавателями, направлений их научных изысканий с психофизиологическими возможностями и личностными потребностями студентов;

– уровень самостоятельности студентов и возможности выбора важных и необходимых средств само- и взаимоконтроля;

– уровень становления созидательной профессиональной позиции студентов, а также, собственного «здоровьесберегающего» ритма самосовершенствования;

– качество перевода студентом содержания образовательных программ в ориентиры моделирования собственной системы профессиональной деятельности;

– активность в введении средств самомониторинга, контроля, микроаттестаций качества подготовки, побуждающих студентов к профессиональному саморазвитию.

Механизм становления профессионального здоровья, на наш взгляд, определяется при анализе основных условий, механизмов и факторов соорганизации его компонентов в «функциональные органы», обеспечивающие высокий уровень содействия студентам в профессиональном саморазвитии. Успешный переход студента от деятельности учения к овладению специфически ориентированной профессиональной деятельностью обеспечивается эффективностью учебно-профессионального взаимодействия студентов и преподавателей, реализующих совместную деятельность.

Основы становления профессионального здоровья интегрируют внутренние механизмы и внешние факторы обучения в вузе. Необходимо отслеживать 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, что гарантирует достижение высокопродуктивных результатов в соответствии с критериями, отражающими специфику труда психолога образования.

Основными условиями становления профессионального здоровья будущего психолога образования являются:

1. Организация учебного процесса в соответствии с мотивационно-ценностной сферой будущего психолога образования (это позволяет развивать его профессиональное здоровье);

2. Создание здоровьесберегающей среды для развития продуктивной самооценки студентом своего состояния (способствует активной познавательной деятельности);

3. Развитие содействующей роли преподавателя, направленной на приобретение студентом профессиональных умений и действий.

Сам процесс становления профессионального здоровья будущего психолога образования включает три этапа. Первый этап – проблематизация, осмысление сущности становления профессионального здоровья, осознание соответствия внутренних структурных элементов личности профессиональным требованиям. Второй этап – адаптация студентами своего личностного потенциала для успешной деятельности. Данный этап предполагает построение образа продуктивных конструктивных и организационных профессиональных действий.

Третий этап – индивидуализация профессионального здоровья. На этом этапе происходит упорядочение, синхронизация связей между компонентами профессионального здоровья будущего психолога образования. Отмечается ускорение темпов саморазвития.

Значимое влияние на становление профессионального здоровья студентов на каждом этапе обучения оказывают разные условия и факторы. На первом этапе – развитие продуктивной самооценки валеологических показателей профессионального здоровья и соизмерение с ними собственных мотивационно-ценностных ориентаций и 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.

Продуктивная самооценка активизирует и интегрирует витальные (психофизические), бессознательные потенции студента в единый комплекс, способствующий становлению активной позиции в учебных ситуациях. Известно, что биологическая энергетика здорового организма насыщает, усиливает динамику прогрессивных превращений отдельных психических свойств, операций, действий в сложные профессиональные умения. Продуктивная самооценка показателей психофизического здоровья стимулирует студента на активное генерирование идей, открытость к общению, активизирует интерес к профессиональной деятельности.

В состав продуктивной самооценки входит такое отношение к валеологическим составляющим профессионального здоровья, которое стимулирует к коррекции системы

профессионального саморазвития в зависимости от конкретной ситуации. 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.

Для уточнения структуры и механизма регуляции профессионального здоровья, обеспечивающего профессиональное долголетие, мы разработали диагностическую программу исследования субъективных (личностных компонентов профессионального здоровья) и объективных показателей (оценки преподавателями деятельности студентов). В качестве испытуемых выступили 60 студентов (с первого по четвертый курсы) психолого-педагогического факультета Забайкальского государственного гуманитарно-педагогического университета им. Н. Г. Чернышевского.

Личностные и деятельностные показатели профессионального здоровья будущего психолога образования представлены в табл. 1, 2.

Таблица 1

Количество студентов (в %) с разноуровневыми показателями профессионального здоровья (личностный компонент)

Уровни профессионального здоровья	Этапы становления профессионального здоровья		
	1 этап (1 курс) Проблематизации	2 этап (2,3 курсы) Адаптации	3 этап (4 курс) Индивидуализации
Высокий	3,3	5,0	6,7
Средний	88,3	87,0	88,3
Низкий	8,3	8,3	5,0

Таблица 2

Количество студентов (в %) с разноуровневыми показателями профессионального здоровья (деятельностный компонент)

Уровни профессионального здоровья	Этапы становления профессионального здоровья		
	1 этап (1 курс) Проблематизации	2 этап (2,3 курсы) Адаптации	3 этап (4 курс) Индивидуализации
Высокий	8,3	8,3	13,3
Средний	81,7	85,0	85,0
Низкий	10,0	6,7	1,6

В целом от курса к курсу наблюдается тенденция повышения уровня профессионального здоровья при адекватных условиях его становления.

Субъективные показатели измерялись на основании самооценки студентами компонентов профессионального здоровья. Оценивалось функциональное состояние организма испытуемых, душевное равновесие, социальное здоровье, уровень субъективного контроля, мотивация к успеху и др. личностные компоненты, определяющие уровень профессионального здоровья, определялись ценностные ориентации.

Как показывает анализ деятельности будущих специалистов, высокий уровень её продуктивности стимулирует проявление оптимально повышенной самооценки. Именно она способна мобилизовать психофизиологический ресурс профессионального здоровья. Продуктивная самооценка понимается как рефлексивная способность активизировать, регулировать, согласовывать показатели компонентов профессионального здоровья.

Снижение показателей продуктивной самооценки отражается на качестве профессионального здоровья. Пониженный тонус психоэмоциональных реакций не обеспечивает развитие продуктивных психических состояний студента, активизирующих самообразование. 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 подчиняется общим онтогенетическим закономерностям становления индивидо-обусловленных показателей. Известно, что как таковой возрастной показатель не выступает системообразующим для профессионального здоровья, однако возраст 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» [6, с. 15].

Результаты эмпирического исследования позволяют заключить, что профессиональное здоровье будущего психолога образования характеризуется низкими показателями, нуждается в регуляции становления его компонентов. У студентов недостаточно развита продуктивная самооценка как регулятор становления профессионального здоровья. Будущему специалисту недостаточно только оценивать своё профессиональное здоровье, необходимо активизировать психофизические потенции, объединяя их в единый функциональный орган, способствующий становлению активной позиции при решении системы профессиональных задач.

Список литературы

1. Анисимов О. С. Принятие управленческих решений: методология и технология. М.: ФГОУ Рос. АКО АПК, 2002. 645 с.

2. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональных систем. М.: Наука, 1980. 320 с.

3. Альбуханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 234 с.

4. Бодалев 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: монография. М.: Исследовательский центр проблем качеств подготовки специалистов, 2001. 144 с.

6. Виноградова Н. И. Факторы становления профессионального здоровья педагога высшей школы // Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды: материалы Всероссийской науч.-практ. конф. (18–19 ноября 2010 г.) // Забайкал. гос. гум.-пед. ун-т. Чита: Читинская типография, 2011. 360 с.

7. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология человека. М.: Пресс, 1995. 384 с.

8. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. Томск: Изд-во Том. ун-та, М.: Барс, 1997. 392 с.

References

1. Anisimov O. S. Prinjatie upravlencheskih reshenij: metodologija i tehnologija. M.: FGOU Ros. AKO APK, 2002. 645 s.

2. Anohin P. K. Uzlovye voprosy teorii funkcional'nyh sistem. M.: Nauka, 1980. 320 s.

3. Al'buhanova-Slavskaja K. A. Strategija zhizni. M.: Mysl', 1991. 234 s.

4. Bodalev 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: monografija. M.: Issledovatel'skij centr problem kachestv 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 oslozhnennyh uslovijah zhiznennoj sredy: materialy Vserossijskoj nauch.-prakt. konf. (18–19 nojabrja 2010 g.) // Zabajkal. gos. gum.-ped. un-t. Chita: Chitinskaja tipografija, 2011. 360 s.

7. Slobodchikov V. I., Isaev E. I. Psihologija cheloveka. M.: Press, 1995. 384 s.

8. Holodnaja M. A. Psihologija intellekta: paradoksy issledovanija. Tomsk: Izd-vo Tom.un-ta, M.: Bars, 1997. 392 s.

Статья поступила в редакцию 19.09.2014