

## Список цитируемых источников

1. Физическая культура и здоровье учащихся: пособие для учителей физ. культуры : в 3 ч. / М. Е. Кобринский [и др.] ; под общ. ред. М. Е. Кобринского и А. Г. Фурманова. — Минск : МЕТ, 2011. — Ч. 1. — 342 с.
2. Физическая культура : курс лекций / В. А. Коледа [и др.] ; под ред. В. М. Киселёва. — Минск : БГУ, 2007. — 195 с.

Материал поступил в редакцию 18.02.2014 г

УДК 616-084(075.8)

*А. И. Берташ, А. А. Селезнёв*

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УСЛОВИЕ УЛУЧШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

**Введение.** Социально-экономические изменения в жизни общества предъявляют высокие требования к формированию психологической культуры, улучшению психологического здоровья будущих специалистов, что должно обеспечивать долговременную и успешную профессиональную деятельность, профилактику синдрома эмоционального выгорания. Особенность юношеского возраста заключается в активном формировании системы ценностных ориентаций и социальных установок, нравственных взглядов и убеждений. Учащаяся молодёжь вступает в период личностного и профессионального самоопределения. Создаются предпосылки для реализации индивидуального выбора жизненного пути. Развиваясь как субъект деятельности, обучающийся становится более универсальным в выборе целей жизненных планов и способов их достижения. Юноши и девушки вступают в новую социальную ситуацию развития, которая представляет собой исходный момент для новых динамических изменений, связанных с гармоничным развитием личности. Стремление познать себя, поиск своего места в жизни, самоопределение, овладение профессией, становление самосознания, стремление к самостоятельности и другие особенности юношеского возраста должны учитываться при осуществлении психологической подготовки будущих специалистов. Учебные программы необходимо создавать специально, используя метод психолого-педагогического проектирования, через построение образовательных процессов в рамках опреде-

лённого возрастного интервала, создающих условия для становления каждого учащегося субъектом собственной жизни и будущей профессиональной деятельности.

Развитие психологической культуры учащейся молодёжи предусматривает создание условий и средств, обеспечивающих собственную активность, субъектную позицию молодёжи, получающей профессиональное образование, в целях возникновения явления так называемого «педагогического резонанса» (Ю. К. Бабанский) [1, с. 20]. Важно организовать сознательную и целенаправленную работу обучающегося по формированию у него положительных и устранению отрицательных качеств. Огромное значение имеет гармоничное развитие личности, исключение появления таких качеств, как конформность, зависимость, робость, неуверенность, а также негативизм, агрессивность, подозрительность. Студента необходимо научить самостоятельно отслеживать цель, процесс и результаты своей деятельности по присвоению психологической культуры, осознавать те внутренние изменения, которые происходят, а также себя — как изменяющуюся личность, субъекта деятельности и отношений. Следствием данного подхода является не только приобретение определённых психологических знаний и умений, но и изменение характеристик самой личности, определяющих поведение человека. Данный процесс по мере своего развития превращает образование в самообразование, т. е. образование самого себя. Реальные результаты образования, по мнению М. М. Поташника, следует рассматривать в таком случае с двух сторон: как самооценку результатов образования самими обучающимися и как внешнюю (экспертную) оценку результатов образования педагогами, психологами, врачами и другими социальными заказчиками [1].

**Основная часть.** Анализ психологической литературы позволяет выделить следующие условия, способствующие развитию психологической культуры обучаемых [2—5]:

– рефлексивно-деятельностное обучение, организация познавательной деятельности, формирование психологических знаний и умений учащейся молодёжи. Психологические знания и приёмы психологического обеспечения здоровья являются важной составной частью психологической культуры, обладают значительным воспитательным потенциалом, призванным актуализировать и оптимизировать здоровьесозидающую деятельность обучающегося;

– деятельность педагогов и психологов, направленная на обеспечение эмоциональной поддержки, обстановки доверия, адаптации студентов к новым условиям жизнедеятельности в социальной среде, на формирование разносторонне развитой личности;

– деятельность студента, направленная на самопознание и самовоспитание, самосовершенствование, обеспечение полноценной социализации и самореализации личностных возможностей;

– опыт осознания учащимся себя и собственной деятельности, перспектив собственного личностного роста, составление программы саморазвития; самоконтроль и самооценка эффективности проведённой работы;

– соответствие содержания учебных программ личностным потребностям, интересам обучающихся;

– осуществление взаимодействия преподавателей, психологов и студентов, характеризующегося наличием единой цели и общей мотивации, коллективным обсуждением проблем, отсутствием жестких статусно-ролевых предписаний;

– применение активных методов обучения, способствующих не только усвоению обучающимися психологических знаний, но и развитию умений применять их в жизнедеятельности.

Необходима также разработка и использование автоматизированных рабочих мест специалистов для построения системы мониторинга здоровьесберегающей образовательной практики, оценки тенденции показателей психологической культуры и психологического здоровья личности.

На основе анализа психолого-педагогической литературы в качестве организационных психолого-педагогических средств, направленных на развитие психологической культуры обучающихся, нами предлагаются [5]: психологический мониторинг в профессиональном образовании, предполагающий диагностику формирования и развития психологических характеристик учащейся молодёжи в новых условиях жизнедеятельности; аутомониторинг здоровья как средство изучения адаптации студентов первого года обучения и актуализации здоровьесозидающей деятельности учащейся молодёжи; здоровьесберегающие педагогические технологии; учебные программы, ориентированные на развитие психологической культуры личности.

Таким образом, развитие психологической культуры студентов в ходе реализации учебной программы требует проведения психологического мониторинга формирования и развития психологических характеристик обучающихся, аутомониторинга здоровья учащейся молодёжи, применения здоровьесберегающих педагогических технологий. Создание дополнительных учебных, воспитательных подпрограмм является результатом учёта индивидуальных особенностей, личностных потребностей, интересов обучающихся.

Для внедрения в практику работы учреждений высшего образования здоровьесберегающего подхода, предусматривающего включение показателей психологической культуры и психологического здоровья студентов в оценку качества психологического обучения, необходимо в дальнейшей

работе: 1) определить здоровьесберегающие приоритеты в оценке качества профессионального образования; 2) перейти к программно-целевому планированию здоровьесберегающей психолого-педагогической деятельности; 3) усовершенствовать систему управления с использованием моделей конечных результатов, контроля качества профилактической психолого-педагогической работы; 4) обеспечить изучение реализации представлений студентов о своём «Я» в деятельности самовоспитания, в развитии отношений и общения с другими; 5) создать автоматизированные рабочие места специалистов и руководителей учреждений высшего образования, обеспечить междисциплинарный синтез знаний, повысить квалификацию специалистов профессионального образования.

**Заключение.** Осуществление вышесказанного обеспечит научно-обоснованное управление педагогическими системами, направленное на создание здоровьесберегающих психолого-педагогических условий деятельности учреждений высшего образования, способных к реформированию в зависимости от меняющихся условий на региональном уровне. Здоровьесберегающий подход к оценке качества образования должен стать одним из приоритетных. Необходимо исходить из понимания здоровьесберегающего обучения как системы отраслевых и внеотраслевых технологий (социальной политики, воспитания, образования, профилактики и т. д.). Управление развитием педагогических систем может осуществляться на тактическом и стратегическом уровнях. В первом случае речь идёт о реконструкции системы в смысле оптимизации организационных структур, во втором — мы имеем дело с реформированием, т. е. с изменением научно-нормативной и экономико-технической базы управления.

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 психологическое здоровье личности в условиях образовательного процесса. Педагогическая психология здоровья должна решать задачи разработки теоретико-методологических подходов к развитию психологической культуры и улучшения психологического здоровья учащейся молодёжи, исследования взаимосвязи общей и профессиональной психологической культуры и психологического здоровья личности, характеристик психологической культуры, психологического здоровья молодежи, определения природы и сущности становления психологического здоровья личности в условиях образовательного процесса, обоснования психологических основ диагностики 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 и др.

### Список цитируемых источников

1. Управление качеством образования : практико-ориентированная моногр. и метод. пособие / М. М. Поташник [и др.] ; под ред. М. М. Поташника. — М. : Педагог. о-во России, 2004. — 448 с.
2. Колмогорова, Л. С. Возрастные возможности и особенности становления психологической культуры учащихся : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / Л. С. Колмогорова. — М., 2001. — 471 л.
3. Психология педагогического взаимодействия : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.] ; под ред. Я. Л. Коломинского. — СПб. : Речь, 2007. — 240 с.
4. Семикин, В. В. Психологическая культура в педагогическом взаимодействии : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / В. В. Семикин. — СПб, 2004. — 379 л.
5. Селезнёв, А. А. Педагогическая психология здоровья в системе профессионального образования : моногр. / А. А. Селезнёв. — Барановичи : БарГУ, 2008. — 158 с.

Материал поступил в редакцию 26.03.2014 г.

УДК 796/799

*Э. А. Моисейчик, А. И. Софенко, Г. Н. Зинкевич*

Учреждение образования «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», Брест

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ

**Введение.** Неблагоприятная тенденция в динамике здоровья детей и молодёжи диктует необходимость поиска различных путей, направленных на улучшение физического состояния организма человека. По данным медиков, за время учёбы в учреждении высшего образования 7—8% студентов приобретают кишечно-желудочные заболевания, 12—13% — нервно-психические, у 26—28% отмечается сердечно-сосудистая недостаточность. К окончанию учёбы у 60—65% студентов ухудшается физическое состояние [1; 2].

Программа Всемирной организации здравоохранения предусматривает решение вопросов оздоровления населения, в частности студенческой