

УДК 371.132.037

МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Б.А. Артеменко, Г.В. Валеева, З.И. Тюмасева

Челябинский государственный педагогический университет

Рассмотрена авторская структурно-содержательная модель развития психологической готовности студентов педагогических вузов к здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях. Дано описание модели, которое позволяет охарактеризовать ее блоки – организационно-структурный, состоящий из четырех компонентов: психоэмоционального, когнитивного, психофизического и ценностно-мотивационного; диагностический; развивающий, который включает психолого-педагогические условия и методически обоснованную систему психокоррекционных и развивающих здоровьесберегающих технологий.

Ключевые слова: *психологическая готовность, модель, здоровьесберегающая деятельность, психолого-педагогические условия, субъект-субъектные отношения.*

Анализ состояния проблемы психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности показал, что в настоящее время сложились обоснованные теоретические предпосылки для ее решения. Вместе с тем следует отметить, что современные исследования традиционно ориентированы на изучение психологической готовности будущих педагогов к профессионально-ориентированным видам деятельности (О.С. Анисимов [1], А.А. Бодалев [2], А.А. Деркач [4], Н.В. Кузьмина, А.К. Маркова [6], Л.М. Митина [8], В.А. Слостенин [10], А.Ф. Шикун [12]), проблема психологической готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности в целом и в общеобразовательных организациях в частности в настоящее время не имеет исчерпывающего решения.

Моделирование развития психологической готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации не нашло отражения в психолого-педагогической теории и практике, что не создало условий для реализации здоровьесберегающей деятельности в образовательном процессе. Все вышеизложенное подтверждает необходимость обоснования теоретико-методологических подходов, конкретизации и уточнения основополагающего понятия с целью создания модели психологической готовности студентов

педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях как обобщенного образа сочетания научно-методической работы и психологического процесса, благодаря которой, а также посредством специально выстроенной системы возможно обеспечить развитие психологической готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности в образовательных организациях.

Мы считаем, что комплексное применение системного, личностно-деятельностного подхода, реализация основных принципов психологии, психосоциальных концепций возрастного развития личности позволят осуществить полипарадигмальное исследование процесса развития психологической готовности будущих педагогов к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях и построить эффективно функционирующую модель данного процесса.

Под моделированием мы понимаем теоретический метод познания.

В логике и методологии науки *под моделью* понимается аналог (схема, структура, знаковая система) определенного фрагмента природной или социальной реальности, порождения человеческой культуры, концептуально-теоретического образования [3, с. 53; 5, с. 13; 13, с. 132]. Поэтому психологический объект может считаться моделью другого психологического объекта (оригинала) в том случае, если он обладает следующими характерными чертами: 1) является системой; 2) находится в некотором отношении сходства с оригиналом. Соотнесенность модели и оригинала конкретизируется как соотнесенность некоторых свойств и отношений модели с непосредственно интересующими исследователя свойствами и отношениями оригинала.

В нашем эксперименте используется психологическая идеальная структурно-содержательная модель, позволяющая сохранить представление об изучаемом объекте как о целостном явлении, имитируя при этом внутреннюю организацию, способы поведения оригинала [13]. Теоретико-методологической основой модели развития психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации, стали системный и личностно-деятельностный подходы.

Системный подход предполагает иерархическую структуру модели, а личностно-деятельностный подход означает организацию и управление развитием психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности обучающихся и обучающихся, а также переориентацию этого процесса на постановку и решение ими самими конкретных здоровьесориентированных задач.

Методологической основой нашего исследования, направленного

на формирование психологической готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности, выступили следующие принципы:

– принцип научности предполагает соответствие содержательной стороны психологической готовности будущих педагогов к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации современным научным достижениям;

– принцип целостности заключается в тесной взаимосвязи каждого элемента модели со всеми другими элементами, что и позволяет образовать целостность;

– принцип открытости модели выражается в способности к развитию и взаимодействию с внешней средой в процессе развития психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации;

– принцип динамичности (развития) разработанной модели предполагает постоянное изменение исследуемого процесса, наполнение его новым содержанием;

– принцип интегративности подразумевает установление взаимосвязи между здоровьесберегающими аспектами образования и психологии, компонентами психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности и условиями ее развития, интеграцию организационных форм, средств и методов развития психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности в соответствии с поставленной целью;

– принцип природосообразности призван развивать присущие человеческой природе физические и духовные силы в соответствии со свойственным личности стремлением к всесторонней деятельности;

– принцип валеологический предполагает нацеленность его обучающих, воспитательных и развивающих компонентов на сохранение, укрепление и формирование физической, духовной и социальной составляющих здоровья с учетом особенностей региона.

Развитие психологической готовности как явления, с нашей точки зрения, включающего в себя все сферы отношений человека с окружающим миром, не может быть сформировано только в одной из сфер названных отношений. Мы рассматриваем психологическую готовность к здоровьесберегающей деятельности как состояние психологических характеристик субъекта эколого-валеологической деятельности, обеспечивающее расширение адаптационных возможностей на основе субъект-субъектных отношений и оздоровительных технологий. Психологическая готовность к здоровьесберегающей деятельности, таким образом, обеспечивает будущему учителю высокий показатель достижений.

На основе проведенного анализа, определения понятия и выделения психолого-педагогических условий развития

психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности была разработана структурно-содержательная модель развития психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности, которая имеет иерархическую структуру.

Описание модели психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации позволяет нам охарактеризовать ее основные блоки. Блочный принцип основан на двух свойствах: возможности самостоятельного существования блока и подчиненности его модели, в состав которой он входит. Следовательно, блоки – это части модели, объединенные функциональными связями.

Организационно-структурный блок представлен совокупностью четырех компонентов: психоэмоционального, когнитивного, психофизического и ценностно-мотивационного. Перечисленные компоненты взаимосвязаны и непосредственно влияют друг на друга.

Психоэмоциональный компонент представляет собой психоэмоциональные состояния, выраженные в уровне тревожности, фрустрации, ригидности и истощения.

Когнитивный компонент включает все аспекты познавательного развития, формирование способностей (в том числе и умственных), а также весь спектр преобразований сенсорного восприятия в системно-логическое мышление [3, с. 56]. Когнитивный компонент выражен в представлениях о здоровьесберегающей деятельности и «потребностном напряжении» в отношении этой деятельности.

Психофизический компонент развивающего блока предусматривает изменения в самочувствии человека; эмоционально-чувственные, предопределяющие изменения в эмоциональной и личностной сферах, в том числе спектр преобразований аффективных состояний в высшие формы переживания, наполненные личностным смыслом [9, с. 283]. Под психофизическим компонентом понимается психофизическое самочувствие, выраженное в самооценке удовлетворенности состоянием костно-мышечной и сердечно-сосудистой систем организма, а также в «потребностном напряжении» в отношении оздоровительной деятельности.

Ценностно-мотивационный компонент предусматривает изменения во всей иерархии ценностей, преобразования мировоззренческих позиций человека, что необходимо для развития психологической готовности будущих педагогов к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях. К ценностно-мотивационному компоненту психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности относятся терминальные и инструментальные ценности, соответствующие этой деятельности, и состояние агрессии.

Выделенные нами критерии позволяют оценить развитие психологической готовности студентов в динамике. При построении модели мы выявили актуальное и финишное состояния субъекта. Финишное состояние должно отвечать следующим критериям: удовлетворенность состоянием сердечно-сосудистой и костно-мышечной системы, фрустрационная толерантность, выдержанность, спокойствие, миролюбие, гибкость в изменениях, высокий уровень функционирования человека в целом, а также сформированное «потребностное напряжение» в здоровьесберегающей деятельности и сформированное представление о ней. Как мы видим, преобладают ценности, соответствующие ценностям сформированной готовности к здоровьесбережению. Ценности-цели: развитие, творчество, уверенность в себе, счастье других, здоровье, любовь. Ценности-средства: чуткость, жизнерадостность, ответственность, широта взглядов, честность, терпимость к недостаткам других. Переменным является оригинал, который должен диагностироваться по признакам уровня развития: низкий, средний, высокий.

Ниже приводим качественные критерии и уровни оценки рассмотренных выше компонентов психологической готовности будущих педагогов к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации, куда мы включаем психофизический, психоэмоциональный, когнитивный и ценностно-мотивационный компоненты.

На основании названных критериев нами были выделены три уровня психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной системе.

Критериально-уровневое оценивание психологической готовности будущих педагогов к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации позволяет в дальнейшем оценить эффективность разрабатываемой модели психологической готовности студентов к этой деятельности.

Диагностический блок модели подразумевает методики диагностики уровня сформированности психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации и критерии ее оценивания.

Развивающий блок модели включает психолого-педагогические условия и методологически обоснованную, специальным образом подобранную систему психокоррекционных и развивающих интерактивных здоровьесберегающих технологий, реализуемых в форме групповых и индивидуальных занятий, направленных на развитие психологической готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации. Цель, логика организации и методика проведения таких занятий

обусловлены использованием в образовательном процессе специальной многоуровневой программы, направленной на развитие и коррекцию личностных особенностей, межличностных отношений; мировоззренческой концепции, разработанной на основе общей программы высшей школы и включающей в себя здоровьесберегающие технологии.

К психолого-педагогическим условиям развития психологической готовности относятся: создание ситуации доверия между всеми субъектами образования и благоприятного психологического климата; рефлексия психофизического и психоэмоционального состояния, потребностей и представлений о здоровьесберегающей деятельности, ценностей студентов; прогнозирование и моделирование собственной здоровьесберегающей деятельности. Внутренний, психологический фактор присущ самому носителю психики [3, с. 62]. В нашем исследовании внутренним фактором является актуальный уровень развития компонентов психологической готовности студентов вуза: психофизического, психоэмоционального, когнитивного, ценностно-мотивационного и активности студента как субъекта деятельности.

Структурно-содержательная модель развития психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности строится на основе возрастных особенностей развития студентов. Для нашего исследования актуальными являются особенности стадий юности и молодости, поэтому мы их рассмотрим подробнее.

В психологической науке наиболее часто исследователи выделяют раннюю юность (от 15 до 18 лет) и позднюю юность (от 18 до 23 лет) [2, с. 284; 3, с. 78; 8, с. 278; 11, с. 174].

В нашей работе мы опираемся на концепции возрастного развития, которые рассматривают развитие личности в психосоциальном контексте, что обусловлено возрастом будущих педагогов, а также интегральным характером исследуемой проблемы.

Концепции возрастного развития личности А.В. Петровского, Э. Эриксона, В.И. Слободчикова, Г.А. Цукерман объясняют возможность поэтапного развития психологической готовности к оздоровительной деятельности у будущих педагогов в рамках высшего учебного заведения. В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман проанализировали две наиболее авторитетные модели возрастной периодизации – концепцию Э. Эриксона и концепцию Д.Б. Эльконина. По мнению исследователей, обе теории отличаются «несбалансированностью» и «неполнотой». Э. Эриксон выдвигает на первый план внутренние источники развития, а Д.Б. Эльконин – внешние, средовые. В основу данных теорий общего психического

развития и периодизации было положено понятие «событийная общность», одновременно охватывающее две стороны развития – его объект и источник. В построении любой человеческой (событийной) общности участвуют, по крайней мере, двое, и смена формы и содержания общности сопровождается сменой партнера. В самом общем виде интегральная периодизация психического развития представляет собой ступени развития человека как субъекта собственного развития в разных типах базисных общностей. Каждая ступень имеет сложное строение: выделяются стадия становления событийности и стадия становления самобытности, кризисы рождения (переходы в новую общность) и кризисы развития (освоения новой общности).

Новый цикл начинается после поступления в вуз, что коренным образом изменяет жизнедеятельность молодых людей.

Для студентов в возрасте 17–18 лет (1-й курс) актуальным является удовлетворение потребности в неформальном, доверительном общении со взрослыми и со сверстниками противоположного пола, которое направлено на установление новых, более зрелых отношений с людьми, завоевание эмоциональной независимости от родителей. Юноши и девушки учатся регулировать межличностные отношения. Соответственно вся система подготовки к здоровьесберегающей деятельности в этот период должна быть направлена на развитие внутренней самостоятельности и коммуникативных компетенций.

Анализ актуальных возрастных потребностей показал, что акцент в развитии готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности должен быть сделан на психологической составляющей готовности к здоровьесберегающей деятельности.

С учетом возрастных потребностей воздействие на студентов первого курса должно выполнять следующие функции: целеориентирующую (раскрытие многообразия взаимодействия с миром); экзистенциальную (выстраивание иерархии ценностей и потребностей); развивающую (активизация внутренних ресурсов); интегрирующую (многоаспектное рассмотрение проблемы, позволяющее студенту увидеть собственную включенность в общие процессы развития группы, факультета, вуза, общества, мира); устремляющую (поиск нового смысла в известных предметах и явлениях) [9, с. 182]. Реализация названных функций в рассматриваемом психологическом процессе позволяет развивать психологическую готовность студентов к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях.

Субъективными критериями успешности воздействия являются: готовность студентов к изменениям – осознание пути саморазвития; осмысленность здоровьесберегающей информации; адаптивность

будущих педагогов к информации, ориентирующей на здоровьесбережение; новое представление о себе; легкость (эмоционально-чувственная, интеллектуальная) контакта студентов и преподавателей; чувство доверия к последним.

Объективными критериями успешности воздействия являются: расширение, изменение ценностно-мотивационной сферы студентов в отношении здоровьесбережения; практика применения информации; моделирование студентами индивидуальной программы развития и применение ее в жизни; создание и реализация в практике каждого дня программ оздоровительной работы со студентами; хороший психологический климат в группе (показатели по методике самооценки психического состояния (по Айзенку) в норме); участие вместе с преподавателями или куратором в различных мероприятиях, направленных на оздоровление (круглые столы, конференции).

Результативный блок модели выполняет аналитическую функцию и коррекцию.

Таким образом, созданная нами модель психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности ориентирована на развитие следующих компонентов: психоэмоционального, когнитивного, психофизического и ценностно-мотивационного, а также на активность будущего педагога как субъекта деятельности.

Полученная в ходе психолого-педагогического эксперимента совокупность данных позволяет говорить о том, что теоретической основой психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации являются системный и личностно-деятельностный подходы, основные принципы психологии, психосоциальные концепции возрастного развития, обеспечивающие ориентированность будущих педагогов на создание здоровьесберегающей образовательной среды.

Развитие психологической готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности в общеобразовательных организациях представляет собой целенаправленное изменение психофизического, психоэмоционального, когнитивного и ценностно-мотивационного компонентов этой готовности направленной на расширение адаптационных возможностей всех субъектов образования на основе субъект-субъектных отношений и здоровьесориентированных технологий.

Психолого-педагогическими условиями развития психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности у будущего педагога в образовательной организации являются: 1) благоприятный психологический климат и создание ситуации доверия между всеми субъектами образования; 2) рефлексия

психофизического и психоэмоционального состояния, потребностей и представлений о здоровьесберегающей деятельности, ценностей студентов; 3) прогнозирование и моделирование собственной здоровьесберегающей деятельности.

Разработанная структурно-содержательная модель развития психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации рассматривается нами как целостное, интегрированное образование, включающее в себя взаимосвязанные блоки: организационно-структурный, диагностический, развивающий и результативный. Все это дает возможность более четко представить целенаправленный процесс развития психологической готовности к здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации, определить соответствие конечного результата поставленной цели.

Результатом развития психологической готовности студентов педагогического вуза к здоровьесберегающей деятельности является целостность внутренней системы субъекта здоровьесберегающей деятельности, состоящей из психофизического, психоэмоционального, когнитивного и ценностно-мотивационного компонентов.

Список литературы

1. Анисимов О.С. Профессионализм в воспитании и образовании // Основы общей и прикладной акмеологии / под ред. А.А. Деркача. М.: РАГС, 1995. 300 с.
2. Бодалев А.А. Психология о личности. М., 2003. 300 с.
3. Валеева Г.В., Тюмасева З.И. Психологическая готовность будущих учителей к оздоровительной деятельности. Челябинск: изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. 140 с.
4. Деркач А.А., Селезнева Е.В., Михайлов О.В. Готовность к деятельности как акмеологический феномен. М.: РАГС, 2008. 96 с.
5. Кларин М.В. Технология обучения: идеал и реальность. Рига: «Эксперимент», 1999. 180 с.
6. Маркова А.К. Психология профессионализма. М.: Знание, 1996. 308 с.
7. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя. М.: Флинта, 1998. 200 с.
8. Орехова И.Л. Эколого-валеологизация диверсифицированной подготовки студентов к оздоровительной деятельности в образовательных учреждениях. Челябинск: ЧГПУ, 2012. 340 с.
9. Поляков В.А., Полякова И.Ю., Панова О.И., Меньшова А.Ю. Психосистемология: интегрально-системная, кардинальная психология. Мн.: ВЭВЭР, 2003. 352 с.

10. Слостенин В.А., Чижова Г.И. Введение в педагогическую аксиологию: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: ИЦ «Академия», 2003. 192 с.
11. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). М.: Гардарики, 2005. 349 с.
12. Шикун А.Ф., Шикун А.А., Скотников М.В. Профессионально-психологическая подготовленность к деятельности как психологическая проблема // Вестн. ТвГУ. Сер. «Педагогика и психология». 2010. № 5. С. 12–40.
13. Шумакова О.А. Психолого-педагогические технологии профессиональных взаимодействий психолога с родителями в образовании. Челябинск: Атоксо, 2010. 280 с.

THE MODEL OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY STUDENTS TO HEALTH ACTIVITIES IN EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

V.A. Artemenko, G.V. Valeeva, Z.I. Tumaseva

Chelyabinsk State Pedagogical University

The model of psychological readiness of pedagogical university students to health activities in educational organizations is reviewed in the article. The article describes the model that allows us to characterize its components: organizational and structural consisting of four components: psycho-emotional, cognitive, psycho-physical and value-motivational; diagnostic and developing, that includes psycho-pedagogical conditions and methodically based system of health-psycho and developing technologies.

Keywords: *psychological readiness, model, health activity, psycho-pedagogical conditions, subject-subject relations.*

Об авторах:

АРТЕМЕНКО Борис Александрович – кандидат биологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии детства, ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет» (454080, г. Челябинск, пр. Ленина, д. 69), e-mail: boris_chpu@mail.ru

ВАЛЕЕВА Галина Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин, ВПО «Челябинский государственный педагогический университет» (454080, г. Челябинск, пр. Ленина, д. 69), e-mail: valeevagv@cspu.ru

ТЮМАСЕВА Зоя Ивановна – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин, ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный педагогический университет» (454080, г. Челябинск, пр. Ленина, д. 69), e-mail: zit@cspu.ru