

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ СТУДЕНТОВ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ

Стрельцова Татьяна Владимировна
Магистрант, КГПУ им. В. П. Астафьева,
Красноярск

Сафонова Марина Вадимовна
Доцент,
кандидат психологических наук, КГПУ им. В. П. Астафьева,
Красноярск

Проблемой изучения психологического здоровья занимались как отечественные (Л. С. Выготский, Д.А. Леонтьев, О. В. Хухлаева), так и зарубежные (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс) исследователи. Помимо самого понятия «психологическое здоровье» в своих работах они рассматривают различные способы сохранения и поддержания психологического здоровья человека, что, несомненно, говорит об актуальности проблемы. В современном мире люди стали чаще обращаться за помощью к психологу-консультанту в связи с тем, что психика неспособна справляться без посторонней помощи со стрессовыми факторами, число которых с каждым годом возрастает.

Прежде чем перейти к рассмотрению понятия «психологическое здоровье» рассмотрим понятие «здоровье». Всемирная организация здравоохранения трактует здоровье как состояние человека, которое включает в себя отсутствие болезней, физических дефектов, а также полное физическое, социальное и психическое благополучие.

Анализ литературы показал, что встречаются понятия «психологическое здоровье» и «психическое здоровье», и часто понятие психологического здоровья заменяется психическим здоровьем. Это может быть связано с тем, что проблема здоровья человека достаточно долго рассматривалась только с медицинской точки зрения, психологами долгое время данное понятие не выделялось.

В связи с этим необходимо разграничить данные понятия. **Психическое здоровье** имеет отношение к отдельным психическим процессам и механизмам, а **психологическое здоровье** – здоровье личности в целом [1].

Термин «психологическое здоровье» был введен в научный аппарат И. В. Дубровиной. В качестве психологического здоровья она рассматривает психологические аспекты психического здоровья, другими словами, автор обращает внимание на то, что относится к самой личности в целом тесно взаимосвязано с высшими проявлениями человеческого духа [4]. Современные исследователи дают трактовку этому понятию, выделяют его компоненты (Артюхова Т. Ю., Дубровина И. В., Калашникова С. А., Хухлаева О. В.). Психологи утверждают, что на здоровье, в том числе на психологическое, оказывают влияние большое количество факторов, в том числе социальных, а также обращают внимание на тот факт, что проблемы с психологическим здоровьем встречаются все чаще и начиная уже с самого детства [4].

Прежде чем описывать полученные нами результаты о представлениях студентов о психологическом здоровье обратимся к определению понятия «социальные представления».

Изучением социальных представлений занимались многие ученые, такие как С. Московичи, С. В. Турушкова, Г. С. Корытова и другие.

Турушкова С. В. В своих исследованиях отмечает, что социальные представления впервые стали изучаться С. Московичи. С. Московичи - французский социальный психолог. Исследователь в начале 60-х годов представил, новую возможность изучения социальных ментальных образований, в связи с этим теория социальных представлений, на данный момент имеет значительную теоретическую и экспериментальную базу [3].

С. Московичи определяет социальные представления как связанные между собой понятия и утверждения, а также идеи, метафоры и образы, которые так или иначе связаны друг с другом, что обеспечивает им подвижность. Исследователь отмечает, что социальные представления формируются в процессе межличностного общения в повседневной жизни, их основная цель – осмысление и интерпретация феноменов социальной жизни [2].

В своем исследовании мы будем изучать представления студентов о психологическом здоровье в связи с тем, что именно студенты являются аудиторией, которая уже имеет определенные знания и представления о психологическом здоровье. Помимо этого, именно с этой категорией, целесообразно проводить консультативную работу, направленную на формирование адекватных представлений о психологическом и способах его поддержания, что позволит избежать возможных проблем с психологическим здоровьем в будущем.

Для изучения социальных представлений студентов о психологическом здоровье был подобран диагностический комплекс, который включает в себя **анкету «Психологическое здоровье», ассоциативный эксперимент, метод незаконченных предложений**. Исследование проводилось на базе КГПУ им. В. П. Астафьева, в нем приняли участие 20 человек, студенты 1-4 курсов.

Проанализировав ассоциации, подобранные студентами к понятию «Психологически здоровый человек» и «Психологическое здоровье», выделив семантические универсалии, которые легли в основу социального представления студентов о психологическом здоровье.

Опираясь на принцип опосредствованного измерения и сопоставления по частоте (весу) использованных ассоциаций была определена условная групповая мера выраженности параметров психологического здоровья. Для этого все неслучайные описания были нормированы на основе общего количества испытуемых в группе. Те ассоциации, которые встречались в ответах чаще всего, легли в основу социального представления студентов о психологическом здоровье.

Анализ позволил сделать следующие выводы. Социальные представления студентов о психологическом здоровье следующие. Психологически здоровый человек — это спокойный, счастливый, адекватный, уравновешенный, добрый, активный, а психологическое здоровье — это спокойствие, адекватность, счастье.

Проанализировав ответы студентов и выделив семантические универсалии на методику Незаконченные предложения «Психологическое здоровье», можно сделать следующий вывод.

Психологически здоровым можно считать, в представлении, студентов счастливых и адекватных. В представлении студентов психологически здоровый человек - счастливый. Большинство психологически здоровых людей, в представлении студентов, счастливы. Люди, которые психологически здоровы, в представлении студентов, счастливы. Поведение психологически здорового человека, в представлении студентов, адекватно. Психологически здоровый человек ведет себя в обществе, в представлении студентов адекватно и в соответствии с нормой. Психологически здоровый человек никогда не позволяет себе такие действия как, в представлении студентов, агрессия, оскорбления и унижения, крик и скандал.

Следовательно, можно сделать вывод о том, что представления студентов о психологическом здоровье заключаются в таких понятиях как счастье, поведение в соответствии с нормой и адекватность.

Качественный анализ ответов студентов о психологическом здоровье позволил выявить знания, имеющиеся у студентов о психологическом здоровье. Рассмотрим полученные результаты.

Большинство студентов имеют представления о том, что такое здоровье (74%), могут описать поведение психологически здорового человека (76%), а также поведение психологически нездорового человека (67%), но не имеют представлений о том, что такое психологическое здоровье (100%). Студенты понимают (100%), что знания о способах поддержания психологического здоровья не свидетельствуют о том, что они применяются в жизни. Также необходимо отметить, что студенты испытывают трудности с ответами на вопросы о способах поддержания психологического здоровья. Только 13% студентов сообщают о том, что они знают, как оценить психологическое здоровье человека. Помимо этого, 40% студентов могут выделить условия, созданные в семье для поддержания психологического здоровья, но необходимо отметить, что качественный анализ ответов студентов показал, что перечисленных способов для поддержания психологического здоровья недостаточно. Лишь 53% студентов указывают на то, что у них есть источник получения знаний о психологическом здоровье, а также только 13% студентов считают, что у них достаточный уровень знаний о психологическом здоровье, 93% студентов хотят расширять свои знания на распространение знаний о психологическом здоровье. Все вышеописанное свидетельствует о том, что необходима работа, направленная на распространение знаний о психологическом здоровье.

Знания студентов о психологическом здоровье и психологически здоровом человеке недостаточны, так, как только (18-20%) ответов говорит о том, что этих знаний достаточно, следовательно, необходима работа, направленная на развитие представлений студентов о психологическом здоровье человека.

Описанные выше результаты позволяют сделать вывод о том, что представления студентов о психологическом здоровье человека недостаточны, в связи с тем, что не более 40% ответов опрошенных студентов соответствуют имеющимся в науке знаниям о психологическом здоровье человека.

Следовательно, необходима работа, направленная на развитие представлений студентов о психологическом здоровье, что является следующим этапом работы.

Список литературы:

Жнина О. В. Психологическое здоровье нации: понимание проблемы студентами вуза // Научные труды Института непрерывного профессионального образования. – 2014. – №. 4. – С. 113.

Ортыова Г. С. Внутренняя картина здоровья и социальные представления о нем студентов педагогического вуза // Сибирский психологический журнал. – 2012. – №. 46.

3. Трушкова С. В. 96. 03. 029. Структура, динамика и функции социальных представлений. (обзор) // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 11, Социология: Реферативный журнал. 1996. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/96-03-029-struktura-dinamika-i-funktsii-sotsialnyh-predstavleniy-obzor> (дата обращения: 14.07.2020).

Ухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции // М.: Академия. – 2001. – Т. 2006. – №. 2008. – С. 202.