



Юлія ГЛІНЧУК,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри
загальнотехнічних дисциплін, технологій та цивільної безпеки
Рівненського державного гуманітарного університету

До проблеми збереження психологічного здоров'я учнів у шкільному освітньому середовищі

УДК 373.026

Нині в українському суспільстві загострюються соціально-економічні та військово-політичні процеси, відтак знижується рівень життя населення, посилюється невпевненість українців у завтрашньому дні. Це не може не позначитися на психологічному здоров'ї людей. Зокрема останнім часом почастішали випадки суїцидальної поведінки, в тому числі й серед неповнолітніх.

Погіршилося психологічне здоров'я не лише дорослих, а й дітей та учнівської молоді. Тому збереження психологічного здоров'я учнів – актуальна проблема не лише у психолого-педагогічному, а й у соціальному вимірі, оскільки від її вирішення залежить рівень здоров'я генофонду нації.

Згідно Конституції України, найвищою цінністю є життя та здоров'я людини. В **"Основах законодавства України про охорону здоров'я"**, у статуті Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я поняття здоров'я визначається як стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів. Про необхідність збереження й підтримання як фізичного, так і психологічного здоров'я дітей та учнівської молоді, усунення й запобігання факторів, що ведуть до його ушкодження, зокрема, під час перебування у закладах освіти, йдеться у Конвенції ООН "Про права дитини", Законах України "Про охорону дитинства", "Про освіту", "Про загальну середню освіту", в Національній програмі "Освіта" (Україна XXI ст.) та ін.

Педагоги мають бути зорієнтовані на збереження не лише фізіологічного, а й психологічного здоров'я учнів. Проте нині, на жаль, спостерігається діаметрально протилежна ситуація. Так, література з охорони праці та безпеки життєдіяльності в освіті містить норми, правила та рекомендації щодо збереження життя та фізіологічного здоров'я школярів. Виняток становлять лише рекомендації щодо попередження суїцидальної поведінки учнів, хоча, звісно, суїциди не виникають самі по собі, а їм передують значні розлади психологічного здоров'я.

У галузі освіти майже всі взаємодії між суб'єктами навчально-виховного процесу відбуваються у системі "людина–людина", а міжособистісні конфлікти, стреси, інтелектуальні й емоційні перенапруження характерні для цієї сфери характерологічними особливостями.

Психологічне здоров'я безпосередньо впливає на стан фізіологічного здоров'я, перебуваючи з ним у тісному взаємозв'язку. На думку основоположника теорії стресу Г.Сельє, 100 % хвороб мають психологічне підґрунтя [5].

Нині технологія збереження психологічного здоров'я школярів не висвітлена як цілісне утворення – окреслені лише її часткові складові.

Недостатня увага приділяється зокрема питанням створення умов для збереження та зміцнення здоров'я дітей під час навчально-виховного процесу.

Нам імпонують погляди Г.Данилової та Л.Кондрашової щодо безпосереднього впливу освітніх факторів на стан здоров'я школярів. Зокрема, цінними для нас є результати З.Хоменко щодо впливу стилю педагогічного спілкування вчителя на емоційний стан учнів.

Ми погоджуємося з Л.Врочинською та С.Миронюком щодо визначальної ролі родинного середовища в контексті впливу на психологічне здоров'я дітей [3] та необхідністю відповідної корекції дитячо-батьківських взаємин.

Підтвердженням того, що збереження психологічного здоров'я школярів неможливе без урахування їхніх вікових та індивідуальних особливостей, застосування особистісно орієнтованого підходу під час навчально-виховного процесу є дослідження І.Беха [1].

Спостереження, опитування та бесіди зі школярами та батьками переконали нас, що незрідка причиною розладів психологічного здоров'я дітвори є традиційний конфлікт поколінь, зумовлений різними світоглядними уявленнями та переконаннями. Адже покоління сучасних батьків у переважній більшості – ті, хто виховувався за адміністративно-тоталітарної системи або чийми батьками й педагогами були представники цієї системи, а нинішня молодь формується в умовах відносної гуманізації та демократизації.

На основі власного досвіду роботи в школі можемо стверджувати, що психологічне здоров'я учнів у шкільному освітньому середовищі прямо пропорційно залежить від обсягу навчального навантаження, а інтенсифікація навчального процесу в сучасних умовах відбувається переважно через ускладнення й збільшення навчального матеріалу, а не впровадження ефективних технологій та методик.

Окрім цього, нам неодноразово доводилося спостерігати, як у шкільному освітньому середовищі розлади чи порушення функціонування психологічного характеру часто стають причиною випадків фізіологічного травматизму. Наведемо типові приклади.

Приклад 1. По закінченні уроку учень вигукнув: "Хто останній – той витирає дошку", біля дверей утворився натовп і один зі школярів ударився головою об одвірок, одержавши струс мозку.

Приклад 2. На екскурсії між двома ученицями виникла суперечка, одна штовхнула другу і та підвернула ногу.

Приклад 3. Учень з комплексами неповноцінності, котрий звик самостверджуватись за чийсь рахунок,

підставив ніжку на сходах однокласнику, який внаслідок падіння зламав ребро.

Приклад 4. Учень із низьким соціальним статусом, жертва постійних насмішок через перебування у стресовому стані, травмувався за верстатом у майстерні.

Приклад 5. Учениця із неблагополучної родини після чергового сімейного конфлікту перебувала у стресовому стані, який проявлявся у загальмованості психомоторних реакцій, травмувалася на уроці фізкультури під час командної гри.

Приклад 6. Після незадовільної оцінки за контрольну роботу та жорсткої критики учителя, школярка спровокувала сварку з відмінницею і вдарила її.

Приклад 7. Через намагання виграти за будь-яку ціну двоє другокласників зіштовхнулися й травмувалися під час гри у футбол на перерві.

Абсолютно очевидна залежність успішності навчальних та виховних впливів від стану психологічного здоров'я учнів. На основі кількісного та якісного аналізу ми діагностували, що психологічно здоровим учням властива статична адаптація. Вони успішно пристосовуються до нової дійсності без деформації власної особистості, проявляють оптимізм, високий рівень працездатності, уваги, концентрації.

На психологічне здоров'я учнів визначальний вплив має емоційна комфортність середовища перебування, зокрема, врахування у навчально-виховному процесі психологічних та індивідуальних закономірностей розвитку особистості. Проте, навіть знаючи їх теоретично, педагоги не завжди коригують свою діяльність через надмірну завантаженість та відповідальність за дітей на уроках і перервах, збереження шкільного майна, поповнення матеріальної бази кабінетів та ін.

Одна з фундаментальних складових психологічного комфорту – оптимізм. Спостерігаючи різні види учнівської діяльності, ми пересвідчилися, що вирішальну роль у формуванні оптимізму відіграє позитивний життєвий досвід та позитивні емоції; вагомим підґрунтям для цього є ситуації успіху в навчально-виховному процесі.

Було помічено, що часто психотравмувальним фактором є застосування вимог в адміністративно-тоталітарному, а не гуманістичному чи демократичному стилі.

Важливе й психологічне здоров'я вчителя, оскільки саме він виступає організатором навчально-виховного процесу. На жаль, непоодиноким явищем серед освітян – синдромом емоційного вигорання, що згубно діє на психіку учнів. Вважаємо, що збереження

психологічного здоров'я учнів у шкільному освітньому середовищі можливе за реалізації таких напрямів:

- виявленні родинних факторів впливу на психологічне здоров'я учнів;

- налагодженні плідної співпраці між педагогами, психологом та батьками задля збереження психологічного здоров'я учнів (консультування, обмін інформацією, узгодження дій та ін.);

- врахуванні вікових та індивідуальних закономірностей розвитку особистості;

- адекватності інтелектуальних та психоемоційних навантажень, співвідношень праці та відпочинку;

- забезпеченні вчасної фізичної та емоційної розрядки (фізкультпаузи, психогімнастика);

- створенні ситуацій успіху, забезпеченні прогресу в навчально-виховній діяльності;

- забезпеченні можливості для школярів відзначитись, самореалізуватись;

- оцінюванні результатів діяльності, а не особистості дитини;

- позитивності прогнозів щодо процесу чи результату діяльності учнів;

- впровадженні засад гуманістичної педагогіки (особистісно зорієнтований підхід, гуманізація всіх видів діяльності та ін.);

- розвитку адекватності оцінки ситуацій та самооцінки;

- формуванні уявлень про психологічне здоров'я людини та механізми його збереження;

- розвитку мотивації до збереження психологічного здоров'я;

- розвитку саногенного мислення;

- постійній діагностиці психологічного здоров'я учнів, профілактиці його розладів та відповідній корекції.

Наш аналіз свідчить про актуальність проблеми збереження психологічного здоров'я школярів, особливо в контексті сучасної дійсності. Нині ж висвітленими є лише окремі аспекти, що впливають на стан психологічного здоров'я учнів. Однак відсутні критерії та механізми вивчення психологічного здоров'я учнів на рівні держави, немає цілісної системи щодо його збереження.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості: навчально-методичний посібник: у 2-х кн. / І.Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади : наук. видання. – 2003. – 280 с.

2. Біда С. Створення ситуації успіху у навчально-виховному процесі / С.Біда // Початкова школа. – 2007. – № 2. – С. 1–3.

Глінчук Ю. О. До проблеми збереження психологічного здоров'я учнів у шкільному освітньому середовищі. *Стан сучасного суспільства загалом та системи освіти зокрема, взаємозалежність духовного й тілесного, необхідність збереження генофонду української нації. В статті проаналізовано наукові й прикладні аспекти даної проблеми, запропоновано загальні напрями її вирішення.*

Ключові слова: психологічне здоров'я учнів, шкільне освітнє середовище, навчально-виховний процес, збереження психологічного здоров'я.

Глинчук Ю. А. К проблеме сбережения психологического здоровья учащихся в школьной образовательной среде. Состояние современного общества в целом и системы образования в частности, взаимосвязь душевного и телесного, необходимость сбережения генофонда украинской нации. В статье проанализированы научные и прикладные аспекты данной проблемы, предложены общие направления ее решения.

Ключевые слова: психологическое здоровье учащихся, школьная образовательная среда, учебно-воспитательный процесс, сбережение психологического здоровья.

Glinchuk Yu. O. To the problem of preservation schoolchildren psychological health in school the educational environment. *Present of modern society and educational system including interdependence of moral and corporal, necessity of genetic conservation of Ukrainian nation. Scientific and applied aspects of given problem are analyzed in the article. General guidelines of its solving were proposed.*

Key words: psychological health of pupils, school education environment, education/bring-up process, preservation of psychological health.