

К ВОПРОСУ О ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

*А.А. Стреленко
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Как известно, здоровье – это необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности человека. Серьезные нарушения в этой сфере влекут за собой изменения в привычном образе жизни, сложившейся практике отношений с окружающим миром, возможную утрату профессиональной дееспособности, а в целом – вынужденную коррекцию планов на будущее.

Проблема здоровья носит выраженный комплексный характер. На ее изучении сосредоточены усилия многих научных дисциплин. Среди них одно из ведущих мест по праву принадлежит психологии здоровья [1, с. 9].

Проблеме профессионального здоровья и профессионального долголетия посвящены многие изыскания психологов. Так, в работах В.А. Пономаренко, А.Н. Разумова, В.А. Пискунова, К.В. Судакова, С.Ф. Гончарова, А.Ф. Боброва, В.Ю. Щербанова, мы встречаем развитие вопросов профессионального здоровья, попытки определения понятия «профессиональное здоровье».

На основании анализ печатных изданий по проблемам психологии профессионального здоровья (ППЗ), проведенного С.М. Шингаевым, можно утверждать, что в последнее десятилетие явно прослеживается тенденция усиления внимания и плотности публикаций. К основным исследовательским проблемам и задачам, которые входят в сферу научных интересов ППЗ и уже решаемых в той или иной мере, можно отнести: определение базисных понятий ППЗ, и прежде всего это – профессиональное здоровье, систематизация его критериев и показателей; методы диагностики, оценки и самооценки ПЗ; изучение психологических факторов ПЗ; ПЗ в управленческой деятельности психологическое обеспечение профессионального здоровья (профессиональное самоопределение, подготовка, адаптация, надежность и безопасность, долголетие); стресс в профессиональной деятельности; профессиональное/эмоциональное выгорание и его профилактика; профессиональные вредности/заболевания/риски и ПЗ; коррекция профессиональной психоэмоциональной напряженности, профилактика профессиональных постстрессовых расстройств; методологические основы психологического прогнозирования ПЗ; формирование, сохранение и укрепление ПЗ и др. [1].

Материал и методы. С целью изучения особенностей психического здоровья специалистов, работающих в напряженных условиях, нами проводилось диагностическое обследование военнослужащих, общей численностью 158 человек. Однако по различным причинам полноценный анализ можно было проводить только на основании показателей, полученных у 84 человек.

Одними из основных методов эмпирического исследования выступили: тест «Нервно-психическая адаптация» (НПА), разработанный в Санкт-Петербургском психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В.М. Бехтерева, а также психодиагностический опросник (ПДО) «Модуль», разработанный в ЛГУ им. А.С. Пушкина.

Результаты и их обсуждение. В ходе интерпретации и анализа результатов психодиагностического обследования военнослужащих нами были выделены четыре группы. В первую группу (здоровые) были отнесены те респонденты, результаты которых обнаруживают высокий и хороший уровень нервно-психической устойчивости, их характерологические особенности не достигают уровня акцентуаций, отсутствуют признаки пограничных психических расстройств, отсутствует психопатологическая симптоматика, не сформирован вектор возможных дезадаптационных нарушений. К первой группе относятся 57% респондентов. Ко второй группе (практически здоровые) нами были отнесены те респонденты, у которых отмечается благоприятными прогностическими признаками, что соответствует второй группе нервно-психической адаптации, а также характеризующиеся хорошим и удовлетворительным уровнем нервно-психической устойчивости. Они составляют 23% испытуемых. В третью группу (предпатология) вошли испытуемые, отнесенные к третьей группе нервно-психической адаптации, т.е. практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками, уровень нервно-психической устойчивости которых, является удовлетворительным или неудовлетворительным. В третью группу вошли 17% респондентов. Четвертую группу составили лица, имеющие легкую патологию или больные и характеризующиеся удовлетворительным или неудовлетворительным уровнем нервно-психической устойчивости. К четвертой группе относится 3% испытуемых.

Заклучение. Проблема психологии профессионального здоровья и профессионального долголетия является одной из ключевых проблем современного общества. В этом Республика Беларусь не должна стать исключением. В нашем исследовании произведена лишь незначительная часть того, что способствовало бы решению ряда актуальных вопросов в связи с задачами, стоящими перед организациями, занимающимися реабилитацией военнослужащих, чья сфера деятельности сопряжена с риском для жизни и растратой своего психического здоровья.

Список литературы:

1. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. Питер, 2006. – 607 с.
2. Шингаев, С.М. Становление концепции психологического обеспечения профессиональной деятельности / С.М. Шингаев, Г.С. Никифоров // Вестник Санкт-Петербургского университета. - Серия 16: Психология. Педагогика. – Выпуск 3. – 2013. – С. 15-24.

ФАРМИРАВАННЕ ПРАФЕСІЙНЫХ КАМПЕТЭНЦЫЙ БУДУЧЫХ НАСТАЎНІКАЎ У ПЕРЫЯД ПЕДАГАГІЧНАЙ ПРАКТЫКІ

Т.А. Суднічэнка

Орша, Аршанскі каледж ВДУ імя П.М. Машэрава

Вядома, што асноўным аб'ектам вывучэння мовы з'яўляецца слова. Калі настаўнік тлумачыць матэрыял на высокім метадычным і тэарэтычным узроўні, то і вучні засвойваюць яго якасна [2, с.17]. Актуальнасць гэтага пытання заключаецца не толькі ў глыбокім пераасэнсаванні традыцыйных падыходаў ў навучанні, але і ва ўменні бачыць канкрэтныя шляхі і метады, якія б стварылі ўмовы для развіцця асобы.

Мэтай дадзенай работы з'яўляецца аналіз матэрыялу, які аказвае важны ўплыў на фарміраванне ўменняў і навыкаў навучэнцаў каледжа, дапамагае ў рашэнні педагагічных задач будучых спецыялістаў.

Матэрыял і метады. У эксперыменце прымалі ўдзел навучэнцы 218 групы Аршанскага каледжа і вучні трэцяга “А” (21) і трэцяга “Б”(18) класаў ДУА “Сярэдняя школа № 13 г.Оршы”. Для рэалізацыі мэты даследавання выкарыстаны метады аналізу навуковай літаратуры, параўнальна-супастаўляльнага аналізу, апрацоўкі матэрыялаў, абагульнення, эксперыменту.

Вынікі і іх абмеркаванне. Для больш грунтоўнага знаёмства з работай у класе ў час пераддыпломнай практыкі навучэнцам былі прапанаваны наступныя заданні:

- прааналізаваць узровень камунікацыі вучняў, магчымасці выкарыстання актыўных форм і метадаў навучання на ўроках беларускай мовы і літаратурнага чытання;
- ахарактарызаваць уплыў маўленчых паводзін, актывізацыю пазнавальнай дзейнасці вучняў на ўроках і інш.

У справаздачах аб выніках праходжання пераддыпломнай практыкі ў школах горада Оршы навучэнцы каледжа указваюць на неабходнасць актывізацыі ўзаемадзеяння сістэмы “настаўнік-вучань” для больш актыўнага засваення матэрыялу школьнай праграмы па беларускай мове (100%). Таксама ў справаздачах навучэнцаў указваецца на неабходнасць выкарыстання актыўных форм і метадаў навучання. Пры характарыстыцы ўплыву маўленчых паводзін, актывізацыі пазнавальнай дзейнасці вучняў навучэнцы каледжа звяртаюць увагу на тое, што цяжкасці ў вывучэнні роднай мовы звязаны, перш за ўсё, зніжкім узроўнем лексічнага запasu вучняў (87%). Таксама указваюцца шляхі вырашэння праблемы: больш актыўна выкарыстоўваць “лексічныя хвілінкі”, пераказы і г.д.

Для таго, каб правесці праўдзівасць дадзенага меркавання, на базе двух пачатковых класаў сярэдняй школы № 13 горада Оршы навучэнцамі каледжа быў праведзены педагагічны эксперымент. Мэта эксперыменту – даследаваць, ці ўплывае мэтанакіраваная лексіка-фразеалагічная дзейнасць на ўроках беларускай мовы на ўзровень лексічнага і фразеалагічнага запasu вучняў пачатковых класаў. Для дасягнення пастаўленай мэты рэалізоўваліся наступныя задачы:

1. Даследаваць першапачатковыя ўзроўні лексічнага і фразеалагічнага запasu вучняў двух трэціх класаў, параўнаць іх.
2. На працягу некаторага часу з вучнямі аднаго з эксперыментальных класаў праводзіць мэтанакіраваную лексічную работу – “лексічныя хвілінкі”.
3. Паўторна даследаваць узроўні лексічнага і фразеалагічнага запasu вучняў эксперыментальных класаў, параўнаць іх паміж сабою і з першапачатковымі вынікамі.