

**Пикалова Альбина Александровна**

магистрант

Институт педагогики, психологии и социологии  
ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет»

г. Красноярск, Красноярский край

**Артюхова Татьяна Юрьевна**

канд. психол. наук, доцент

Институт педагогики, психологии и социологии  
ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет»,

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный медицинский университет  
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого» Минздрава РФ

г. Красноярск, Красноярский край

## **ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СУБЪЕКТНОСТИ**

**Аннотация:** в статье рассмотрен феномен психологического здоровья, выделены составляющие психологического здоровья обучающихся вузов, дано определение субъектной позиции в отношении здоровья, акцентировано внимание на динамической характеристике становления субъектной позиции обучающихся в отношении собственного здоровья.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, психологическое здоровье обучающихся, субъектность, субъектная позиция.

Сегодня одна из ключевых задач высшего образования – создание условий для становления компетентного профессионала определенной области, что предполагает наряду с обучением, воспитание обучающегося как личности, готовой взаимодействовать и вести коммуникацию, работать в команде, быть самодостаточной, иметь и проявлять свою позицию. Это возможно осуществить только при наличии особой позиции обучающегося к собственному здоровью, включающую понимание значимости и нацеленность на его сохранение.

Ученые достаточно долгий период времени занимаются рассмотрением и исследованием проблемы сохранения психологического здоровья человека, в частности, В.А. Ананьев [1] и В.М. Бехтерев, а также ученые И.И. Брехман [4], И.Н. Гурвич [15], С.С. Корсаков [6], А.Ф. Лазурский [7]. Более конкретизировали вопрос сохранения здоровья ученые Ю.П. Лисицын [8], Ю.А. Лунев [16], Г.С. Никифоров [10], Н.С. Пряжников [12], А.Г. Щедрина [17].

В области гуманистической психологии исследовали проблему психологического здоровья личности А. Маслоу [9] и К. Роджерс [13], чьи научные идеи получили свое продолжение в трудах В.И. Слободчикова [14], В.А. Ясвина [18].

Для определения содержания психолого-педагогических условий сохранения психологического здоровья обучающихся особое значение имеют теоретические положения, обозначенные в работах А.Г. Асмолова [1]. Учёные выделяют различные аспекты образовательной среды, содержащиеся в социальном и пространственно-предметном окружении обучающегося (Анцыферова Л.И [2], Бондаревская Е.В [3], Газман О.С [5], Петровский В.А [11]). Стоит отметить, что образовательная среда есть психолого-педагогическая реальность, содержащая условия, созданные для сохранения психологического здоровья личности.

Психологическое здоровье личности или психологическое здоровье обучающегося, как интегративная динамическая характеристика, содержит: эмоциональную устойчивость; самопринятие; способность к самореализации; сформированность ценностных ориентаций; способность приспосабливаться к условиям внешней среды. Тогда к структурным компонентам психологического здоровья обучающихся относятся психоэмоциональный статус, представления обучающихся о здоровом образе жизни и ценностное самоотношение.

Стоит отметить, что формирование представления о здоровом образе жизни осуществляется достаточно структурировано в процессе занятий физической культурой в учебных заведениях, через лекции, семинары и факультативные занятия, различные передачи, электронные программы на мобильных устройствах и интернет, государственные проекты, социальные сети и СМИ. Однако формирование ценностного отношения – это достаточно длительный сложный процесс,

и, на наш взгляд, выступает характеристикой субъектной позиции обучающихся проявленной в отношении собственного здоровья.

Понятие «субъектная позиция» включает родовидовые «субъектность» и «позиция». Сущность названных понятий можно рассмотреть через их философские, психологические и педагогические характеристики. В философии раскрываются содержательные характеристики понятий «субъект», «субъективность», «субъектность». Термин «субъектность» введен А.К. Осницким как интегральная характеристика активности человека, которая проявляется и реализуется позицией субъекта к себе, к другим, к деятельности [Осницкий, 1996]. Автор отмечает, что ранее идеи субъектности развивались с регуляторной позиции – только как анализ активности человека, и обращает внимание на необходимость и значимость анализа структуры субъектного опыта. В этой структуре выделяет следующие компоненты:

- опыт ценностей («связан с формированием интересов, нравственных норм и предпочтений, идеалов, убеждений») – в контексте рассматриваемого в данной статье феномена здоровья это интересы обучающихся относительно знаний и информации по сохранению своего здоровья, идеальное представление состояния собственного здоровья, убеждения о необходимых действиях по сохранению собственного здоровья;

- опыт привычной активизации (ориентирован на определенные условия работы, определенные усилия и определенный уровень достижения успеха») – представления обучающегося о необходимых действиях по сохранению своего здоровья и непосредственно пробы этих действий;

- опыт рефлексии («является опытом соотнесения человеком знаний о своих возможностях и возможных преобразованиях в предметном мире с требованиями выполняемой деятельности, а также о возможных преобразованиях в самом себе») – рефлексия проб и действий по сохранению собственного здоровья, анализ необходимых действий для достижения идеала;

– операциональный опыт (включает общетрудовые, профессиональные знания и умения, связанные с предметными преобразованиями, а кроме того, умения саморегуляции) – комплекс действий, совершаемых обучающимся, по сохранению собственного здоровья;

– опыт сотрудничества («соотносится с умением осуществлять, налаживать сотрудничество, коллективное взаимодействие») – включение в сообщества, которые пропагандируют отношение к собственному здоровью как ценности.

Л.И. Анциферова выделила основные характеристики человека как субъекта своей жизни:

- высокий уровень организации;
- способность «осуществлять себя в более сложной системе жизненных отношений»;
- способность воспринимать мир, как структурированный, интегрированный, содержательный;
- расширение горизонтов сознания и самосознания, совершенствование искусства жить;
- автономность «к включающим ее социальным структурам»;
- способность «подняться над собой, признать свою несостоятельность в определенных отношениях, оценить ранее достигнутое, понизить или даже подчеркнуть значимость того, что недавно высоко ценилось;
- высокий уровень психической активности [Анциферова, 1992].

А.К. Марковой были выделены шесть уровней субъектности учащихся в их учении. Уровни субъектности отражают в определенной степени уровни развития самостоятельности и активности учащихся как субъектов деятельности. П.Я. Гальперин выделяет функциональные части самостоятельности и активности субъекта: мотивационно-потребностную (источник активности субъекта) ориентировочную (целеобразование, планирование субъектом своего поведения, связанное с использованием совокупности условий, на которые он реально опирается при выполнении действия); исполнительскую (реализация способов достижения цели через соответствующий инструментарий); контрольную (оценка

степени преобразований, условий существования субъекта после получения результатов деятельности, при чем как промежуточных, так и итогового, и соответствия этих преобразований его исходным потребностям).

Субъектная позиция характеризует обучающегося как личность, которая сознательно и в процессе своей деятельности проявляет ценностно-смысловое отношение к тому или иному объекту.

Структура субъектной позиции состоит из следующих компонентов: мотивационно-ценностный и деятельностный. Мотивационно-ценностный компонент определяет стратегию поведения обучающегося. Деятельностный компонент характеризует реализацию этой стратегии. Способность к саморегуляции и управление собственной деятельностью отражает этот компонент.

В этой связи представляется возможным выделение уровней ценностного отношения к собственному здоровью обучающихся, которые могут быть проявлены через субъектную позицию:

1. Первый уровень предполагает позицию отрицания – обучающийся осведомлен и владеет информацией о здоровье в целом, действиях необходимых для его сохранения, здоровом образе жизни, однако обучающимся осознанно ничего не осуществляется либо совершаются поступки, наносящие вред здоровью.

2. Второй уровень представляет собой декларативную позицию, которая заключается в озвучивании обучающимся декларации о том, что здоровье представляет для него определенную ценность, однако, реальных действий не предпринимается.

3. Третий уровень включает в себе реалистичную позицию, которая предполагает информированность и реальные действия обучающегося, направленные на сохранение и поддержание здоровья.

Таким образом, субъектная позиция обучающихся представляет собой многоаспектный феномен, который может быть проявлен в различных сферах жизни человека. Здоровье не является исключением и, как следствие, его ценность представляет собой психологическую характеристику субъектности.

### **Список литературы**

1. Ананьев В.А. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // ПЖ. – 1994. – №1. – Т. 15. – С. 3–18.
3. Бондаревская Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования: Монограф. – Ростов н/Д, 2000. – 49 с.
4. Брехман И.И. Валеология наука о здоровье. – М.: ФиС, 1996. – 206 с.
5. Газман О.С. Новые ценности образования: содержание гуманистического образования / О.С. Газман, Р.М. Вейсс, Н.Б. Крылова. – М.: Наука, 1995. – 103 с.
6. Корсаков С.С. Общая психопатология. – М.: Бином. Лаборатория знаний, 2003.
7. Лазурский А. Ф. Классификация личностей Психология индивидуальных различий. Хрестоматия / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и В.Я. Романова. – М.: ЧеРо, 2000. – С. 472–492.
8. Лисицын Ю.П. Здравоохранение в XX веке. – М.: Медицина, 2002. – 216 с.
9. Маслоу А. Психология бытия. М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1997. – С. 189–205.
10. Никифоров Г.С. Психология здоровья. – СПб., 2002. – 256 с.
11. Петровский В.А. Личность в психологии. Парадигма субъектности. – Ростов н/Д, 1996. – 512 с.
12. Пряжников Н.О. Методы активизации профессионального личностного самоопределения. – М.; Воронеж, 2002. – 392 с.
13. Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – С. 36–65.
14. Слободчиков В.И. Образовательная среда: реализация' целей образования в: пространстве культуры // Новые ценности образования: культурные модели школы. Вып. 7. Инноватор. Bennet college. – М, 1997. – С. 88–91.

15. Цветкова Л.А. Психология здоровья / Л.А. Цветкова, И.Н. Гурвич // Вестник С.-Петерб. ун-та. Серия 16. – 2012. – Вып. 1. – С. 48–52.
16. Чернышев А.С. Динамика социального «Я» подростков и юношей в развивающих социальных средах / А.С. Чернышев, Ю.А. Лунев // Мир психологии. 2002. – №2. – С. 92–113.
17. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья: методологические аспекты / А.Г. Щедрина. – Новосибирск: СО РАМН, 2003. – 164 с
18. Ясвин В.А. Психология отношения к природе / В.А. Ясвин. – М.: Смысл, 2000. – С. 456.