

Е.А. Усманова

E.A. Usmanova

ФГБОУ ВО «Сыктывкарский государственный
университет имени Питирима Сорокина», г. Сыктывкар
Pitirim Sorokin Syktyvkar State University, Syktyvkar
usmanovaea61@mail.ru

**Показатели психологического здоровья студентов вуза в условиях
обучения в поликультурной образовательной среде
Indicators of student's psychological health in the multicultural
educational space of the university**

Аннотация. В статье представлены теоретические подходы к изучению психологического здоровья как одного из компонентов здоровья человека, даны критерии оценки здоровья на четырех уровнях его проявления. Приведены результаты исследования психологического здоровья российских и киргизских студентов в условиях поликультурной образовательной среды вуза, выполненного в рамках аксиологического подхода.

Abstract. The article includes a review of the modern understanding of the psychological health, health criteria, results of the research of student's psychological health in the multicultural educational space of the university.

Ключевые слова: психологическое здоровье, аксиологический подход, критерии здоровья, мониторинг здоровья, поликультурная образовательная среда, ценности, нормативные идеалы, индивидуальные приоритеты, этническая толерантность.

Keywords: psychological health, axiology approach, health criteria, monitoring of the health indicators, multicultural educational space of the university, treasures, standard ideals, individual priority, ethnic tolerance.

Здоровье человека является важнейшим объектом исследования в современных науках. В 20 веке его исследование носит все более междисциплинарный характер.

О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов указывают на разнообразие современных подходов к исследованию здоровья: 1) комплексный или системный подход, 2) нормоцентрический подход, 3) феноменологический подход, 4) холистический подход, 5) эволюционистский подход, 6) социально-ориентированный подход, 7) кросс-культурный подход, 8) дискурсивный (или диспозитивный) подход, 9) аксиологический подход, 10) акмеологический подход [1, с.16-19].

Такое разнообразие подходов можно объяснить не только индивидуальной ориентацией конкретных исследователей, но и, в первую очередь, сложностью самого объекта исследования, ведь человек, как носитель здоровья, имеет двойственную природу, т.е. является существом биосоциальным. В связи с этим понятие здоровья только как медицинской категории перестало существовать уже в конце 20 века. Сейчас оно рассматривается как многоаспектный феномен, допускающий поливариантность интерпретаций.

Н.А. Лызь с позиций системного подхода дает следующее определение здоровья-это «системное четырехуровневое образование, отражающее как свойство, состояние, так и вектор развития человека» [3, с. 6]. Каждому из выделенных уровней или «измерений» (организм, индивид, личность, человек) соответствует определенный компонент здоровья, сфера его наибольшей проявленности, ракурс научного анализа и критерий оценки.

Первый уровень-это уровень *организма*. Ему соответствует *физический компонент* здоровья, проявляемый на уровне *биосферы*, и *медико-биологический ракурс* научного анализа. Критериями оценки здоровья на данном уровне являются устойчивость гомеостаза и адаптивность человека к природным условиям.

Второй уровень-это уровень *индивида*. Ему соответствует *психический компонент* здоровья, проявляемый на уровне *биосферы и психосферы*, и *медико-психологический ракурс* научного анализа. Критерием оценки здоровья здесь является адекватность психического отражения и реакций человека на внешние воздействия.

Третий уровень – это уровень человеческой *личности*. Ему соответствует *личностно-психологический компонент* здоровья, проявляемый на уровне *психосферы и социосферы*, и *психологический ракурс* научного анализа. Критериями оценки здоровья на данном уровне являются целостность личности, наличие жизненных ценностей и их осуществление. Это означает, что психологическое здоровье личности базируется на способности к социально-психологической адаптации, усвоению норм и правил социального поведения, на развитии навыков самообладания, уверенности в себе, поддержки окружающих и конструктивных способов преодоления кризисов и трудностей.

Четвертый уровень-это уровень *человека*. Ему соответствует *духовно-нравственный компонент* здоровья, проявляемый на уровне *ноосферы*, а также *философский и психологический ракурсы* научного анализа. Критерием оценки здоровья здесь является соответствие развития человека высшему предназначению, нравственным ценностям.

Этот уровень характеризует человека, во-первых, как часть космоса (Бога) через понятия сущности, Высшего «Я», индивидуальности, во-вторых, как часть системы «человечество» через понятие нравственности. Таким образом, о духовно-нравственном здоровье можно говорить только тогда, когда имеет место соответствие индивидуальной траектории развития человека высшему предназначению, нравственным ценностям, а это, в свою очередь, предполагает процесс совершенствования, восхождения к самому себе, Высшему «Я» и соединение со всеобщим, воплощающимся в нравственных ценностях [3].

Можно согласиться с Н.А. Лызь в том, что такое целостное, системное представление о здоровье соответствует гуманистическому взгляду на человека вообще и гуманистической функции образования в частности.

Исследованию психического и психологического компонентов здоровья в мировой и отечественной психологии начали уделять серьезное внимание с конца 20 века. В нашей стране изучением этой проблемы занимаются

Г.С. Никифоров, В.Э. Пахальян, В.И. Слободчиков, О.С. Васильева, И.В. Дубровина и др.

В.Э. Пахальян определяет психологическое здоровье как «динамическое состояние внутреннего благополучия (согласованности) личности, которое составляет ее сущность и позволяет актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе развития» [5, с. 28].

Такая трактовка психологического здоровья соотносится с понятием самоактуализирующейся личности А. Маслоу. Здоровыми в психологическом смысле людьми он считал людей с высокой степенью самоактуализации [4]. Также данное определение согласуется с приведенной выше интерпретацией данного понятия Н.А. Лызь.

В рамках упоминавшегося выше аксиологического подхода здоровье рассматривается как универсальная человеческая ценность, соотносящаяся с основными ценностными ориентациями личности и занимающая определенное положение в ценностной иерархии. Доминирование тех или иных ценностей, так же как и их переоценка, рассматривается в качестве факторов, определяющих здоровье индивида, в т.ч. и его психологическое здоровье (А. Кемпински, А. Маслоу и др.) [1, с.18].

Обеспечение психического и психологического здоровья личности, создание системы безопасного развития обучающихся в образовательной среде любого типа выделяется сегодня как одна из важнейших задач современной науки и практики. Данная проблема является актуальной и для большинства российских вузов, в которых образовательный процесс осуществляется в поликультурной среде как в силу многонационального состава студентов и преподавателей, так и в силу увеличения количества иностранных студентов за последние несколько лет.

В Сыктывкарском госуниверситете имени Питирима Сорокина в течение последних двух лет обучаются студенты из Республики Киргизстан по различным направлениям бакалавриата. Большинство из них являются русскоговорящими, т.к. у себя на родине изучали данный язык в средней

школе. Поэтому киргизские студенты, удовлетворительно владеющие устным и письменным русским языком, учатся вместе с российскими студентами. Кроме того, с 2016/17 учебного года в вузе обучаются студенты из Замбии (Африка). Республика Коми, входящая в состав Северо-Западного федерального округа, является многонациональной по составу. На ее территории, помимо коренного народа (т.н. «титульной нации») - коми, проживают русские и представители других национальностей из республик бывшего Советского Союза. Поэтому образовательное пространство университета представляет собой поликультурную среду, которая является относительно новой как для преподавателей, так и для студентов вуза. В этих условиях представляется необходимым проведение мониторинга некоторых параметров психологического здоровья студентов.

Выше было показано, что аксиологический подход к здоровью предполагает изучение иерархии ценностных ориентаций личности. Ее изучение у российских и киргизских студентов проводилось с помощью методики «Ценностный опросник Ш. Шварца», позволяющей диагностировать жизненные ценности на двух уровнях проявления – на уровне нормативных идеалов и на уровне индивидуальных приоритетов [2]. Из десяти жизненных ценностей, представленных в методике, пять напрямую соотносятся с критериями психологического здоровья и могут служить его индикаторами:

1. Достижения-личный успех в соответствии с социальными стандартами.
2. Самостоятельность-самостоятельность мысли и действия.
3. Универсализм-понимание, терпимость и защита благополучия всех людей и природы.
4. Доброта-сохранение и повышение благополучия близких людей.
5. Конформность-сдерживание действий и побуждений, которые могут навредить другим и не соответствуют социальным ожиданиям.

Кроме того, поскольку жизнь человека, начиная с момента рождения, проходит в социуме, представляется логичным включить в перечень

индикаторов психологического здоровья такой показатель, как толерантность личности (особенно этническая толерантность), если исследуются проявления личности в поликультурной образовательной среде [7].

Сравнительное исследование ценностных ориентаций и толерантности студентов СГУ им. Питирима Сорокина было проведено А.А. Минеевой под руководством автора (2016). В нем приняли участие 84 чел. (42 российских и 42 киргизских студента обоего пола), обучавшихся на первом и втором курсах дневного отделения в гетерогенных (в первую очередь по национальному составу) студенческих группах.

Проведенное исследование показало, что на уровне нормативных идеалов у российских студентов ценности, являющиеся индикаторами психологического здоровья, занимают следующие ранги: 1 - достижения (5,06), 2-доброта (4,94), 3 - самостоятельность (4,88), 4-конформность (4,76), 8 - универсализм (4,23) (в скобках указано среднее значение каждой ценности в баллах). У киргизских студентов данное ранжирование выглядит следующим образом: 1 - самостоятельность (5,02), 2 - конформность (4,85), 3 - достижения (4,77), 4 - доброта (4,71), 7 - универсализм (4,55). Корреляционный анализ Спирмена между ранговыми значениями ценностей русских и киргизских студентов показал наличие сильной корреляционной связи между ними ($R=0,81$ при $p=0,05$). Данный результат говорит о том, что ценностные предпочтения киргизских и российских студентов на уровне нормативных идеалов очень похожи, между ними нет значимых различий. Приоритетные же позиции самостоятельности и конформности в выборе киргизских студентов, в отличие от российских, объясняются необходимостью их адаптации к новым условиям жизни и обучения в другой стране.

В целом характер ранжирования российских и киргизских студентов свидетельствует о том, что у них имеются правильные идеальные (теоретические) представления о ценности тех человеческих качеств, которые обуславливают психологическое здоровье личности.

На уровне индивидуальных приоритетов, отражающих влияние конкретной обстановки на поведение, выбор российских студентов выглядит следующим образом: 1 - самостоятельность (2,72), 2 - достижения (2,42), 4 - доброта (2,01), 8 - универсализм (1,83), 9 - конформность (1,69). Предпочтения киргизских студентов выглядят следующим образом: 1 - самостоятельность (2,39), 2 - доброта (2,31), 4 - универсализм (2,26), 5 - конформность (2,16), 6 - достижения (2,07). Между этими выборами обнаружена корреляция средней силы ($R= 0,43$ при $p= 0,05$). Это указывает на некоторые различия в выборе приоритетных ценностей российскими и киргизскими студентами. Так, в реальной жизни российские студенты «пренебрегают» ценностями универсализма и конформности (сказываются возрастные особенности развития психики и статус «хозяев положения»), а киргизские студенты, напротив, включают их в первую пятерку приоритетов по причинам, названным выше. Полученный результат в очередной раз подтверждает феномен Ла Пьера о том, что реальное поведение личности не всегда совпадает с ее социальными установками.

Исследование этнической толерантности студентов проводилось с помощью экспресс-опросника «Индекс толерантности» (Г.У. Солдатова и др.), который позволяет диагностировать как общий уровень толерантности, так и отдельные ее разновидности (6). Оно показало, что значения общего уровня толерантности (77,5/77,7), этнической толерантности (26,2/25,5), личностной толерантности (24,7/24,8), социальной толерантности (26,5/ 27,4) у российских и киргизских студентов одинаковы и находятся на среднем уровне, что отражает в целом нормальный уровень их развития (первая цифра в скобках отражает среднее значение вида толерантности (в баллах) в группе российских студентов, вторая – в группе киргизских студентов). Это говорит о том, что респонденты двух экспериментальных групп могут сочетать в себе как толерантные, так и интолерантные черты личности, т.е. они будут определять свое отношение к представителям других этнических, социальных групп в зависимости от ситуаций или условий, в которых находятся, а также в

зависимости от личностных характеристик. Принимая во внимание юношеский возраст испытуемых, небольшой стаж учебы и самостоятельной жизни, данный результат можно считать обнадеживающим в плане перспектив их личностного развития.

Подводя итог проведенному исследованию, можно констатировать, что большинство изученных показателей ценностных ориентаций и толерантности российских и киргизских студентов находятся в пределах нормы, что в целом является признаком их психологического здоровья.

Список литературы

1. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Здоровье как предмет междисциплинарного исследования: подходы и проблемы // Прикладная психология. 2000. № 4. С. 16-27.
2. Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. СПб: Речь, 2004.-70 с.
- 3 Лызь Н.А. О личностно-психологическом уровне в системе психического здоровья человека // Потенциал личности: комплексная проблема: Материалы Всероссийской Internet конференции / отв. ред. Е.А. Уваров. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2004. С.6-10.
4. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб: Питер, 2009.- 290 с.
5. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст. СПб: Питер, 2006.- 240 с.
6. Солдатова Г.У., Прокофьев Т.Ю. Практикум по психодиагностике исследования толерантности личности. М.: Центр СМИ МГУ им. М.В. Ломоносова. 2003. - 112 с.
7. Усманова Е.А. Формирование межэтнической толерантности в процессе преподавания дисциплины «Этнопсихология» // Двадцать вторая годовичная сессия Ученого совета Сыктывкарского госуниверситета им. Питирима Сорокина (Февральские чтения): сборник материалов: [Электронный ресурс]. Сыктывкар: Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2015.- С.316-319.-1 опт. компакт-диск (CD-ROM).