

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ КАК ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Кирсанова А.С.

ФГБОУ ВПО «Алтайский государственный университет»

Волкова Т.Г.

МБОУ ДОД «ГДООЦ «Потенциал»

Юность, пожалуй, один из самых беспокойных периодов в жизни человека после подростничества. В данное время человек решает для себя многие вопросы как прошлой, так и будущей жизни. Также невозможно не заметить, что большинство молодых людей переживают кризисы развития, касающиеся экзистенциальной основы их жизни, и, конечно, профессионального самоопределения. Всё это порождает нестабильность в поведении, отношениях со сверстниками и людьми старшего возраста. Но, как мы знаем, общество нашло решение тому, как сделать переход из мира детства во взрослое существование более мягким и безболезненным: этому служат университеты и институты, то есть высшие учебные заведения, где молодой человек может чувствовать себя более или менее свободно. Вузы являются фундаментальными ступенями любого государства и дают возможность для его интенсивного развития.

В нашем государстве сложилась своя вузовская система образования, которая отличалась фундаментальностью и высоким качеством знаний, получаемых обучающимися. Но в последнее время наблюдается активное перестроение всей системы высшего образования: меняются требования к преподавателям и студентам, переделываются учебные программы и способы аттестации учащихся, государственные университеты перекавалифицируются в федеральные. Конечно, изменения направлены на улучшение образования, но они не всегда благоприятны. В общем виде ситуация в сфере высшего образования оценивается нами как нестабильная, что может негативно сказываться на психологическом здоровье студентов. И ко всем внутренним затруднениям, которые необходимо разрешить юношам и девушкам, прибавляются внешние барьеры, не всегда способствующие благоприятному развитию личности. Поэтому, с нашей точки зрения, уровень психологической безопасности вуза нельзя назвать достаточным. В подтверждение этому в 2014 году было проведено исследование, в котором приняло участие 40 студентов факультета психологии и педагогики Алтайского государственного университета [7]. Данное исследование можно считать пилотажным, так как оно было направлено на то, как студенты воспринимают учебную среду: психологически безопасной или нет. Мы использовали методики «Субъективный локус контроля» Дж. Роттера и «Построй свою Вселенную» Е.Вахромова [3,6].

Полученные результаты показали, что большинство студентов (50%) не чувствуют собственной силы Я, то есть ощущают угрозу со стороны каких-либо явлений и 20% из них такую угрозу испытывают от структур университета [7]. Таким образом, проведенное исследование показало, что учащиеся вуза не чувствуют себя безопасно в существующих образовательных условиях, что может помешать личностному росту и самореализации молодых людей.

Результаты исследования, конечно, не разрешили существующих проблем, а лишь утвердили нас в том, что необходимо искать их решение. Нам кажется, что необходима интеграция психологической безопасности среды и личности, то есть невозможно рассматривать личность вне среды, так как окружающая действительность оказывает на человека направляющее воздействие [4]. Необходимо интегральное рассмотрение психологической безопасности в контексте образовательной среды вуза и нахождения в ней учащихся.

Для начала обоснованным будет определить, что такое «психологическая безопасность» из чего данный феномен состоит, чтобы потом отследить, как он функционирует в динамике. В данной работе под психологической безопасностью мы будем понимать субъективное переживание личностью условий среды как не несущих в себе угроз психологическому здоровью человека, а также способствующих его гармоничному развитию [2]. Далее нами была предпринята попытка создать теоретическую модель психологически безопасной образовательной среды вуза. В первую очередь, с помощью теоретического анализа научной литературы, мы выделили компоненты предполагаемой модели. Зафиксировав, как выделенные компоненты психологически безопасной образовательной среды субъективно воспринимаются каждым студентом, мы сможем проанализировать, влияют ли эти компоненты на ощущение психологической безопасности.

В модель будут входить следующие компоненты: межличностное взаимодействие, учебный процесс и субъектность студента.

Для каждого компонента были выдвинуты индикаторы, по которым можно судить о его выраженности. Так в межличностное взаимодействие вошли: субъектное взаимодействие (студент – студент; студент – преподаватель; студент – куратор; студент – тьютор;), а также структурное взаимодействие (студент – деканат; студент – кафедра). Важным, нам кажется, проследить принятие социальных ролей «студент», «преподаватель», что тоже будет входить в первый компонент – межличностное взаимодействие. Учебный процесс будет раскрываться через удовлетворенность учебой; мотивацию к учебе; интерес к учебе; готовность к профессиональной деятельности (практико-ориентированные лаборатории); восприятие ситуации оценивания и ситуации неопределенности. И последний компонент субъектность будет рассмотрен нами с помощью локуса контроля, который может быть как интернальным (то есть человек большинство событий своей жизни будет атрибутировать собственными умениями и навыками, равнозначно принимая на себя ответственность за свои неудачи и поражения), так и экстернальным (человек приписывает свои достижения или неудачи внешним обстоятельствам, обвиняя всех вокруг, кроме себя).

Конечно, не безосновательно возникает вопрос о выбранных компонентах и индикаторах. Поэтому, на наш взгляд, имеет смысл объяснить сделанный выбор.

На наш взгляд, важным компонентом психологической безопасности в вузе будет качество межличностного взаимодействия: студент-студент и студент-преподаватель. Это обусловлено возрастным развитием, ведь наряду с тем, что человек в поздней юности начинает осознавать свою индивидуальность и уникальность, отрицательным следствием данного процесса может стать внутренняя напряженность, порождающая чувство одиночества. Но такое чувство усиливает

потребность в общении со сверстниками и одновременно повышает избирательность коммуникаций. Преподаватели являются неотъемлемой частью учебного процесса, и общение с ними занимает важное место в вузовской жизни студента. Преподаватель – это авторитетный человек, на которого студенты могут равняться и брать с него пример. Поэтому преподаватель должен быть полноценно-функционирующей личностью, способной увлечь своим предметом [4]. И так как социальная ситуация развития задается ситуацией множественных социальных выборов, то студент волен выбирать, с кем строить контакты и какого качества они будут [8]. Выбор он делает и относительно сверстников, и относительно преподавателей.

Но при фрустрации потребности в общении, чувство одиночества может только усиливаться, а за ним может повыситься уровень тревоги и стресса, даже от самых незначительных ситуаций, ведь важную поддержку в лице сверстника, (а иногда и преподавателя), которая необходима человеку, он получать не будет. Поэтому важно проанализировать компонент взаимодействия между участниками образовательной среды. Конечно, анализ будет проводиться с точки зрения субъектной позиции студентов и преподавателей, именно как взаимодействие «субъект - субъект».

Также важно рассмотреть вопрос о принятии социальных ролей «студент», «преподаватель», ведь выполнение социальной роли ведет к тому, что человек успешно адаптируется в профессиональной среде, если речь идет о преподавателях и в учебной среде, если мы говорим о студентах. Социальная роль «студент» имеет набор функций, который необходимо выполнять молодому человеку, для эффективного обучения в вузе. Прежде всего студент должен на когнитивном уровне осознавать эти функции, а также свои обязанности и права в данной социальной роли. Часто мы сталкиваемся с примером, когда учащиеся не могут принять социальную роль, и на этом этапе возникают проблемы с обучением, преподавателями и со сверстниками.

Преподаватели тоже не лишены проблем в принятии своей социальной роли. Они понимают свои функции, но зачастую также имеют затруднения в профессиональной деятельности. Таким образом, и студенты, и преподаватели, из-за собственных невхождений в роли могут быть источником стресса друг для друга. И, конечно, ни те и ни другие не смогут чувствовать себя безопасно в образовательной среде вуза.

Следующий компонент для рассмотрения – учебный процесс в вузе, который будет неотъемлемой частью жизни студента. Учебный процесс позволяет ему понять, насколько верно он выбрал специальность и чем в дальнейшем ему предстоит заниматься в жизни, то есть учеба рассматривается молодым человеком как ступень к будущей профессиональной деятельности, поэтому в качестве ведущего вида деятельности в данном возрасте называют учебно-профессиональную деятельность [8]. Профессиональная ориентация учебной деятельности опирается на главные интересы личности. И в отличие от школьника, где мотивация к учебе могла быть не внутренней (например, оценки, строгость родителей и т.д.), студент нормировано должен поменять мотивацию к учебе, ведь теперь она становится для него способом, с помощью которого он освоит профессию и сможет продолжить социализацию в обществе. И качество учебного процесса будет влиять на качество получаемых знаний и умений. По нашему

мнению, молодой человек будет усваивать учебные единицы лучше, если будет ощущать психологическую безопасность образовательной среды вуза.

Последним компонентом для анализа является субъектность студента, которая, по мнению отечественных психологов, будет неотъемлемой частью психологического здоровья. Л.Д. Демина и И.А. Ральникова разделяют субъектность на индивидуальную и социальную [5]. По их мнению, индивидуальная субъектность заключается в индивидуальных, индивидуальных, потребностно-мотивационных свойствах личности, которые влияют на адаптивное поведение человека и его адаптивность как свойство личности. Социальная субъектность показывает степень социализации, уровень освоения социальных ролей, социальный потенциал, социальную активность субъекта.

А.К. Осницкий считает, что субъектность – это целостная характеристика активности человека, обнаруживаемая в деятельности и поведении человека [9]. Субъектность детерминирует активность, позволяя личности ставить цели и добиваться их. Проявляя субъектность, человек свободно изъявляет собственную волю и принимает на себя ответственность за своё поведение и деятельность. Важно, чтобы деятельность сопровождалась активностью индивида. Принципиальное отличие активности и деятельности состоит в том, что деятельность исходит из потребности в предмете, а источником активности выступает потребность в деятельности [1]. Именно активность и деятельность открывают возможности для самореализации человека.

Также проблему субъектности рассматривал С.Л. Рубинштейн, который понимал под данным феноменом позицию человека как творца собственного жизненного пути. Субъектность, по его мнению, инициирует все виды человеческой активности, способствует её результативности [11].

Таким образом, субъектность для студента будет важнейшей частью его внутреннего мира. Обладая субъектностью, он сможет делать осознанный выбор, преодолевать жизненные препятствия и брать на себя ответственность как за достижения, так и за потери.

На данном этапе модель психологической безопасности находится в эмпирической разработке. В дальнейшем такую модель можно будет использовать как экспертный критерий для оценки психологической безопасной образовательной среды высших учебных заведений, что позволит в будущем создать основу для психологического здоровья студентов и сделать их высококвалифицированными специалистами.

Список литературы:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 158 с.
2. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе. — СПб.: Речь, 2002. — 251 с.
3. Вахромов Е. Построй свою Вселенную. [Электронный ресурс]. URL: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200104807>
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т.4.ч.2 – М. 1984. – 87 с.
5. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности. Учебное пособие, 2000, Изд-во Алтайского государственного университета, 123 с.

6.Елисеев О.П. Локус контроля / Елисеев О.П. Практикум по психологии личности – СПб., 2003. С.413-417.

7. Кирсанова А.С. Самосознание студентов и психологическая безопасность вуза. Сборник статей 7-ой Российской конференции по экологической психологии. / отв. ред. М.О. Мдивани. — М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО»; СПб. : Нестор-История, 2015. — 242 - 245 с.

8.Носкова Н.В. Психология возрастного развития человека: Учебное пособие. Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2004. 228 с.

9.Осницкий А.К. Проблемы исследования субъектной активности // Вопросы психологии: научный журнал. – 1996. - № 1 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1996/961/961005.htm> (24.04.2015)

10. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: "Прогресс", 1994

11. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - М.: 1946. – 684 с.