

Материалы VI региональной научно-практической (очно-заочной) конференции. – Волгоград - Котово: Волгоградский государственный технический университет, 2019. – С. 173-175.

3. Новикова, И. С. Коррекция экзаменационной тревожности старшеклассников // Горизонты образования: Материалы I Международной научно-практической конференции. – Омск: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Омский государственный педагогический университет», 2020. – С. 128-130.

4. Русалов, В. М. Трофимова И. Н. О представленности типов психической деятельности в различных моделях темперамента // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32, № 3. – С. 74-84.

5. Сагилян, Э. М. Иванова Т. М. Динамика проявления стресса у учащихся 9-11 классов в условиях подготовки и сдачи ОГЭ и ЕГЭ // Гуманизация образования. – 2020. – № 2. – С. 65-72.

6. Беспанская Е. Д. Павленко Е. Д. Стрессоустойчивость студентов с разным типом темперамента // Фундаментальные и прикладные проблемы стресса: Материалы III Международной научно-практической конференции. – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2013. – С. 128-130.

#### **Сведения об авторах**

Н.Д. Быков – студент

Т.В. Валиева – кандидат психологических наук, доцент

#### **Information about the authors**

N.D. Bykov – student

T.V. Valieva – Candidate of Science (Psychology), Associate Professor

УДК:613.86

### **ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Дарья Дмитриевна Гагарина<sup>1</sup>, Елена Михайловна Гагарина<sup>2</sup>, Екатерина Петровна Кадникова<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

<sup>1</sup> lady.gagarinadaria@yandex.ru

#### **Аннотация**

**Введение.** В статье рассматривается проблема изучения состояния психологического здоровья детей среднего школьного возраста, состояние которого является важным показателем благополучия человека. **Цель исследования** – исследование факторов, влияющих на формирование психологического здоровья детей среднего школьного возраста. **Материалы и методы.** Проведена оценка индивидуальной модели психологического здоровья по методике Козлова А. В. и оценка самооотношения по методике

Прихожан А. М. Респондентами выступали дети среднего школьного возраста, учащиеся в МАОУ Лицей № 180 «Полифорум». **Результаты.** У 84% и 16% детей выявлены средние и низкие показатели самооценки психологического здоровья соответственно. **Обсуждение.** Полученные данные указывают на проблему взаимодействия подростков со взрослыми как внутри семьи, так и в школе. **Выводы.** На основе полученных результатов можно выделить взаимоотношения внутри семьи и с педагогами в процессе обучения как основные неблагоприятные факторы, влияющие на формирование психологического здоровья и самооценку подростков.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, средний школьный возраст, самоотношение.

## STUDY OF FACTORS AFFECTING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF ADOLESCENTS

Darya D. Gagarina <sup>1</sup>, Elena M. Gagarina <sup>2</sup>, Ekaterina P. Kadnikova <sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Ural state medical university, Yekaterinburg, Russia

<sup>1</sup> lady.gagarinadaria@yandex.ru

### Abstract

**Introduction.** The article discusses the issues of studying mental health of middle school students, the status of which is an important indicator of human wellbeing. **The aim of the study** – the study of factors influencing the formation of the psychological health of children of secondary school age. **Materials and methods.** We assessed the individual model of psychological health according to the method developed by A.V. Kozlov and self-perception according to the method by A.M. Prikhozhan. The respondents were secondary school children of Lyceum No. 180 “Polyforum”. **Results.** Medium and low indicators of self-rated psychological health were revealed in 84 % and 16 % of the children, respectively. **Discussion.** The data obtained point to the problem of interaction between adolescents and adults both within the family and at school. **Conclusions.** Our findings enable us to claim that the relationships within the family and those with teachers in the learning process are the main adverse factors influencing the development of psychological health and self-esteem of adolescents.

**Keywords:** psychological health, middle school age, self-perception.

### ВВЕДЕНИЕ

Формирование психологического здоровья человека имеет сложный многофакторный характер и является длительным непрерывным процессом. Основы психологического здоровья закладываются в детстве. Темп жизни, появление новых технологий во всех сферах деятельности, огромный поток разнообразной информации – все это особенности настоящего времени. Подростковый возраст является критическим периодом формирования всех физиологических, в том числе высших психических функций. В этом возрасте закладываются важнейшие социальные и духовные потребности, продолжается процесс самоидентификации и взросления, начинается процесс отделения от родителей. При этом подростки часто оказываются под негативным

воздействием среды и социума. Воздействие возможных психотравмирующих факторов в этом возрасте особенно влияет на формирование психологического здоровья, с которым подросток будет входить во взрослую жизнь. В литературе предлагаются разные группы критериев психологического здоровья, но единая структура их до сих пор единогласно не принята в научном сообществе. Можно выделить ряд общих критериев психологического здоровья: адекватное отношение к самому себе, умение адаптироваться в среде, способность мыслить и действовать независимо, наличие цели в жизни и необходимость личностного роста [1].

Всемирная организация здравоохранения в качестве критериев психологического здоровья выделяет способность человека управлять поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, законами; способность к планированию и реализации жизненных процессов; способность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций.

Психологическое здоровье является ключевой составляющей качества жизни человека, поэтому очень важно уделять этому особое внимание уже в детстве. Главные задачи на современном этапе – сохранение психологического здоровья детей, разработка методов профилактики возможных нарушений и создание условий для полноценного личностного развития ребенка. Остается актуальным вопрос о реальном состоянии психологического здоровья детей среднего школьного возраста.

**Цель исследования** – исследовать факторы, влияющие на формирование психологического здоровья детей среднего школьного возраста.

## **МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ**

В эмпирическом исследовании приняли участие 50 учащихся среднего школьного возраста от 12 до 15 лет, учащиеся в МАОУ Лицей № 180 «Полифорум». Респонденты – 25 мальчиков и 25 девочек. Для диагностики состояния психологического здоровья и выявления факторов, его формирующих были использованы следующие методики.

1. «Индивидуальная модель психологического здоровья» А.В. Козлова [2]. Данная методика позволяет определить индивидуальную модель психологического здоровья, которое может быть представлено несколькими сферами его реализации: ориентация на социум, душевное, физическое и семейное благополучие, гуманизм и духовность, стремление быть собой, творческое самовыражение и ориентация на достижение цели, интеллектуальное развитие. Методика стандартизована на основе линейного преобразования стандартных показателей, сохраняющее точное численное соотношение первичных показателей.

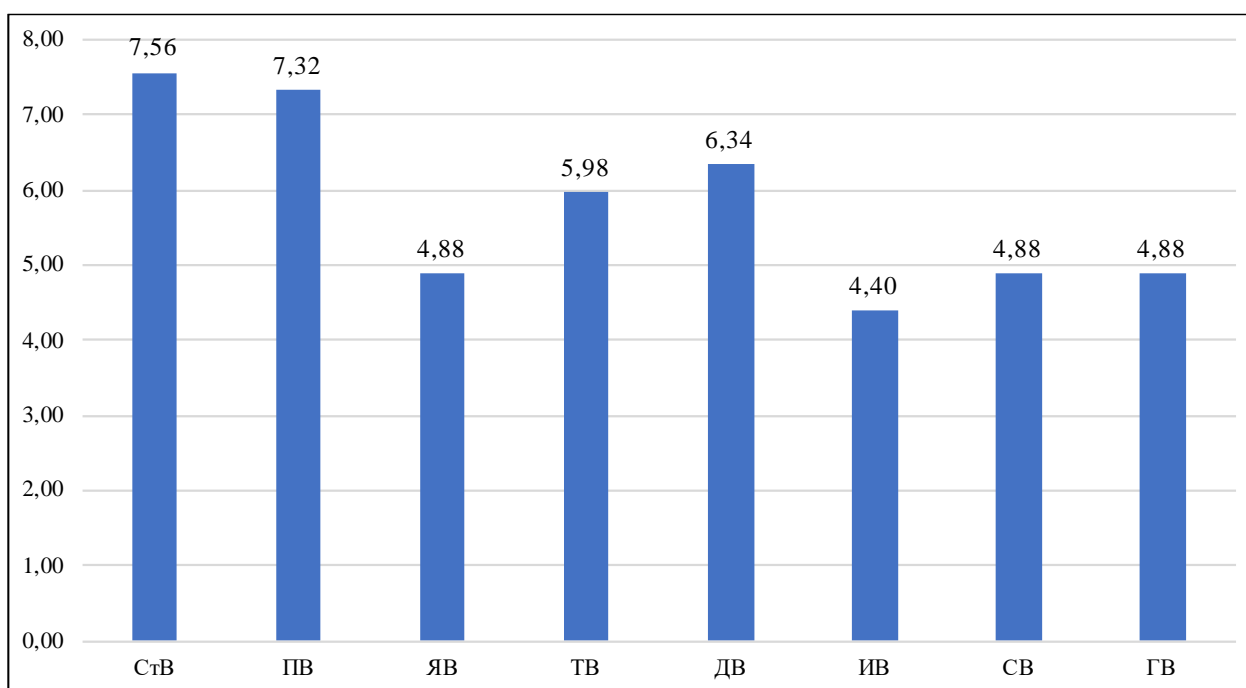
2. Методику диагностики самооотношения [3]. Опросник предназначен для подростков 12 – 17 лет. Опросник в данной методике позволяет выявить отношение подростков к себе (самоотношение), к сверстникам и взрослым. Позволяет выявить фактор или группу факторов, влияющих на формирование психологического здоровья.

Обследование подростков было проведено в форме опроса в Google-формах. Тестирование подростков было согласовано со школьным психологом,

родителями учащихся и администрацией школы. Был соблюден принцип конфиденциальности обследования. Для статистической обработки полученных данных применили программу AtteStat, версия 13.2, 16.02.2015.

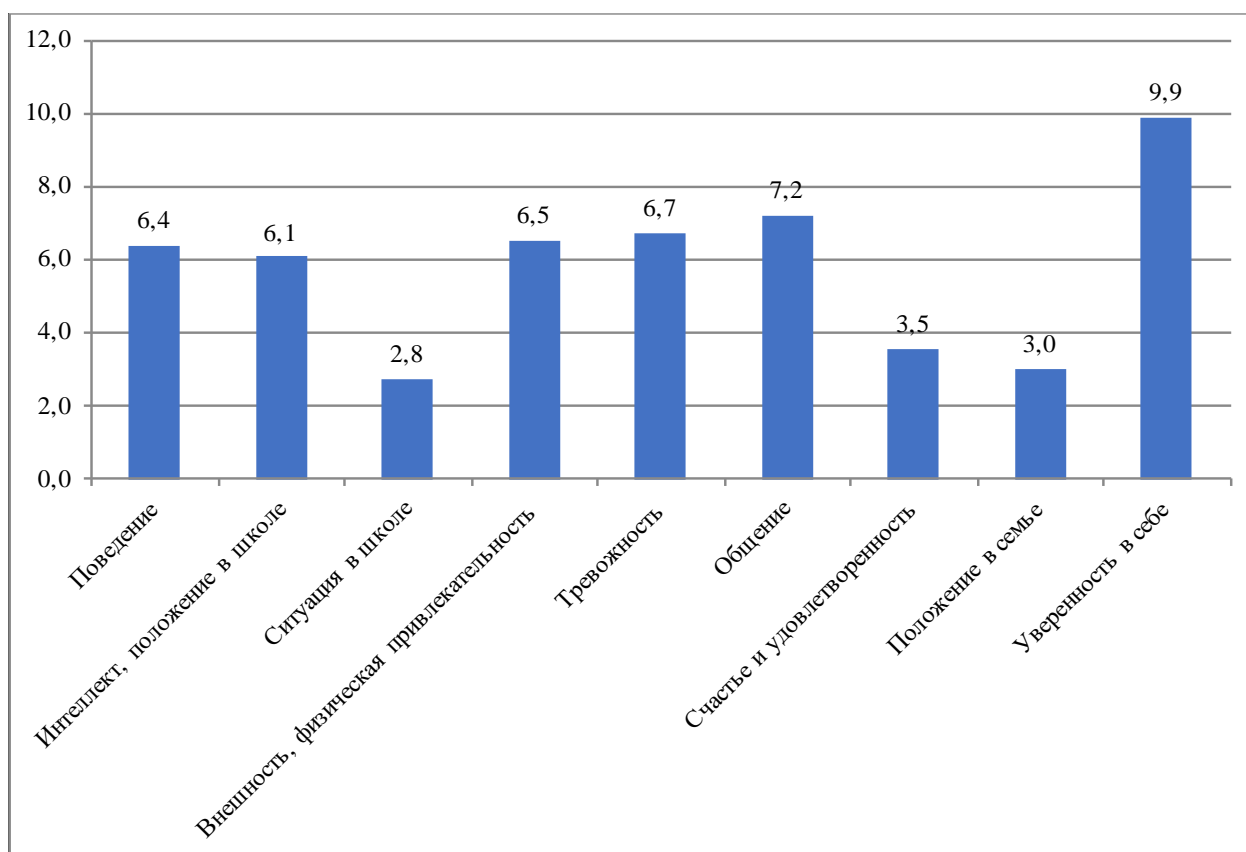
## РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе анализа ответов респондентов в отношении индивидуальной модели психологического здоровья получены данные, которые могут быть распределены по отдельным секторам: гуманистический вектор (ГВ), семейный вектор (СВ), интеллектуальный вектор (ИВ), духовный вектор (ДВ), творческий вектор (ТВ), «Я» вектор (ЯВ), просоциальный вектор (ПВ), стратегический вектор (СтВ) (рис. 1).



**Рис. 1.** Средние арифметические значения шкал опросника «Индивидуальная модель психологического здоровья» по общему числу выборки.

На следующем этапе исследования было проведено тестирование по методике определения самооотношения. Круг вопросов в данной методике позволяет оценить не только состояние психологического здоровья, но и выявить факторы, влияющие на его формирование. В методике выделены шкалы, отражающие разные социальные формы взаимодействия подростков. При анализе полученных данных, выявлено: 84% детей данного возраста имеют средний уровень самооотношения, 16% респондентов демонстрируют низкий уровень самооотношения. При этом в исследуемой группе не было выявлено предельно высокого и предельно низкого уровня самооотношения (рис. 2).



**Рис. 2.** Диаграмма, отражающая распределение среднего арифметического значения шкал методики по исследованию самооотношения подростков по общему числу выборки.

### **ОБСУЖДЕНИЕ**

Результаты позволяют предположить, что у большинства подростков реализуется потребность в творческом и духовном развитии, межличностных взаимоотношениях. Все это может говорить о том, что данные компоненты психологического здоровья у респондентов достаточно хорошо развиты. Однако прослеживается неудовлетворенность детей положением в семье, взаимоотношениями с родителями, а также достаточно низкий уровень самооценки. Это указывает на особую роль семьи в формировании психологического здоровья ребенка.

Дети отмечали наибольшую неудовлетворенность в процессе взаимодействия с педагогическим составом в школе, а также указывали на сложные взаимоотношения в семье. При этом по шкале «счастье и удовлетворенность» респонденты демонстрировали также низкий уровень.

У подростков в процессе исследования были выявлены высокие показатели, характеризующие взаимодействие со сверстниками и уверенность в себе, коррелирующие с творческим саморазвитием.

Дети с невысоким или низким уровнем самооотношения больше других чувствительны к психотравмирующим факторам и подвержены чужому влиянию в социуме. Такие подростки имеют достаточно высокий риск возникновения нарушений в состоянии психологического здоровья при определенных негативных условиях.

Полученные данные выявили нарушение взаимодействия школы и семьи. Несмотря на социальную адаптацию подавляющего большинства детей в выборке, неудовлетворенность подростков отношениями с родителями и школьными педагогами обнажает острую проблему в формировании психологического здоровья.

### **ВЫВОДЫ**

1. В исследуемой группе детей среднего школьного возраста потребности творческого самовыражения, межличностных взаимоотношений, духовное развитие реализуются в наибольшей степени.

2. Показатели, отражающие отношение ребенка к самому себе, взаимоотношения в разных социальных группах (дети, педагоги, родители) находятся на среднем (84%) и низком (16%) уровне.

3. В качестве основных неблагоприятных факторов, влияющих на формирование психологического здоровья и самооценку подростков, выявлены сложные отношения в семье, с педагогами в процессе школьного обучения.

Психологическое и социальное здоровье ребенка, наряду с физическим и интеллектуальным, является неотъемлемой частью процессов жизнедеятельности, роста и развития личности.

В современных условиях значение института семьи в процессе формирования психологического здоровья приобретает особую роль. Доверие, чувство безопасности и ощущение надежной поддержки в семье – необходимое условие для формирования личности ребенка. Школьные педагоги, взаимодействующие с детьми продолжительное время, также несомненно влияют на психологическое здоровье детей. Взаимодействие школы и семьи должно быть направлено не только на успеваемость детей в процессе обучения, но и обязательно на создание благоприятных условий для формирования психологического здоровья подростков на постоянной основе.

### **СПИСОК ИСТОЧНИКОВ**

1. Соколовская Л.Б. Критерии психологического здоровья человека. Материалы Всероссийской научно-практической конференции / – Красноярск. – 2012. – С. 50 – 59.
2. Козлов А.В. Методика диагностики психологического здоровья // Перспективы Науки и образования. – 2014. – №6. – С. 110 – 117.
3. Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. — М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

### **Сведения об авторах.**

1. Д.Д. Гагарина – студент
2. Е.М. Гагарина – кандидат медицинских наук, доцент
3. Е.П. Кадникова – старший преподаватель

### **Information about the authors.**

1. D.D. Gagarina – student
2. E.M. Gagarina – Candidate of Science (Medicine)
3. E.P. Kadnikova – Senior Lecturer