

## **Дәріс 7. Балалар мен педагогтардың психикалық денсаулығын сақтаудағы психологтың қызметі**

### **Жоспар:**

1. Балалардың психикалық денсаулығын нығайтуға қажетті педагогикалық-психологиялық шарттар.
2. Психикалық денсаулықтың өлшемдері мен көрсеткіштері. Балалар мен педагогтардың психикалық денсаулығын сақтауға қажетті алдын-алу шаралары.
3. Психикалық және психологиялық денсаулықты анықтауға арналған әдістер. Экологиялық тәрбиенің мәселелері.

Психикалық денсаулықтың бұзылуы мектеп фобиясы, мектеп неврозы, дидактогенді невроз, дидактогениялармен байланысты. Невроз мұнда медийиналық тұрғыдан емес, мектептегі күрделі жағдайға адекватты емес жауап беру тәсілі ретінде түсіндіреді. Мектеп неврозы себепсіз агрессивтіліктен, мектепке барудан, тақта алдында сабақ айтудан, қорқудан, дезадаптивті ауытқыған қылықтан, өте жиі мазасыздықтан көрінеді. Мазасыздық оқу барысында шектен тыс әбігерленумен, өзіне қатарластарының, педагогтердің негативті қатынасын, бағасын күтумен байланысты. Оқушы оқу әрекетінің субъектісі ретінде қабылданбаса, әр түрлі дидактогениларға жол беріледі. «Мектеп неврозы» түсінігі оқушылардың қылығындағы ауытқулардың пайда болу себептерін тереңірек түсіндіреді. Бұл түсінікте оқытушы мен мектеп тарапынан болатын негативті әсерлердің мәні ғана емес, сонымен қатар жанұядағы қате тәрбие, оқушының индивидуалды ерекшеліктерінің әсері де нақтыланады.

Сонымен, психикалық денсаулығы жақсы адам- бұл ішкі жан дүниесінің тепе-теңдік қалпы бар, психологиялық функцияларында (қабылдау, ойлау, ес, зейін, эмоция) ауытқулар орын алмайтын, үйлесімді жеке тұлға, өзінің ішкі құрылымында қысымы жоқ, кері әсерлерге қарсы тұра алатын қаблеті бар адам. Әлеуметтік бейімделу келесі белгілерден тұрады: қоғамдық өмір талаптарына бейімделгендік; бұл бейімделгендік деңгейінің төмендемеуі; адамның қылықтары мен қалыптарының нақты жағдайларға сәйкестілігі, яғни адекваттылық; психикалық қалыпты өзіндік тарапынан басқара алуы. Ұсынылған идеалды қалыптан өзгешеліктер болуы мүмкін, алайда олар психикалық, ауытқу деңгейіне дейін жетпейді.

Бала денсаулығы білім беру жүйесінің ең негізгі құндылығы. Психологиялық қызметтің негізгі мақсаты – мектепке дейінгі және мектеп жасындағы балалардың психологиялық денсаулығына жағдай жасау. Бұл тезис практикалық психологты психологиялық денсаулық мәселесінің маманы деп қарастыруға мүмкіндік береді. Психикалық және психологиялық денсаулық түсініктерін айыру өте маңызды. Психологиялық денсаулықты сақтау, ауытқуларына коррекция жүргізу мәселелерін шешу үшін бұл түсініктің ғылыми анықтамасын белгілеу керек. Адамның денсаулығы- оның

өмір жасының максималды ұзақ болуымен қатар, физикалық және психикалық сапаларын, оптималды жұмыс істеу қабілетін, әлеуметтік белсенділігін дамыту және сақтау процесі, ағзаның қоршаған ортаға бейімделе алу қабілеті.

Балалардың психологиялық денсаулығын кәсіби қамтамасыз ету- білім беру жүйесіндегі психологиялық қызметтің негізгі функциясы, мектепке даярлықтың психологиялық негізі болып табылады.

Балалардың психологиялық денсаулығы оған әсер ететін факторларға тәуелді болады. Әр жас кезеңдегі психологиялық денсаулықтың дамуына және бұзылуына әкелетін себептерді шартты түрде екі топқа бөлуге болады: объективті, немесе сыртқы орта факторы, және субъективті, индивидуалды-тұлғалық ерекшеліктерге тәуелді факторлар.

Сыртқы орта факторларына жанұядағы қарым-қатынас және балалар тәрбиеленетін мекемелермен, кәсіби іс- әрекетпен, мемлекеттегі әлеуметтік – экономикалық жағдаймен байланысты факторлар жатады. Сыртқы орта факторларының мыңызы балалық және жасөспірімдік кезеңдерде жоғары болады.

Баланың психологиялық денсаулығына қауып төндіретін факторларға сонымен қатар бір ата-ананың болмауы, ата-ана арасындағы конфликтілі қарым-қатынас (олар балада терең субъективті конфликт тудырып, жыныстық идентификацияның бұзылуына, невротикалық симптомдардың, энурездің, қорқыныш пен фобиялардың, истерикалық ұстамалардың пайда болуына, депрессивті көңіл-күйге, аффект мен қиялға қабілеттің жетіспеушілігіне әкеледі), ата-ананың бала болашағын өзінше бағдарлауы жатқызылады. Соңғы аталған қарым-қатынас типі Э. Берн терминалогиясы бойынша «көнгіш баланың» қалыптасуына әкеледі. Ол доминантты гиперпротекция тәрбие типімен, яғни жанұяның балаға шектен тыс бақылау жасап, еркінділігін шектеумен байланысты. «Көнгіш балада» мектепке дейінгі кезеңдегі маңызды жаңа құрылым – ынталылық қалыптаспайды. Ол балада әдетте мектепке дезадаптация ашық байқалмайды, алайда зерттеулер жоғары мазасыздықты, өз-өзіне сенімсіздікті, қорқыныштарды көрсетеді.

Мектеп - баланың психологиялық денсаулығына әсер ететін фактордың бірі болып табылады. Мектепте бала алғаш рет әлеуметтік бағаланатын іс-әрекет ортасына түседі, яғни оның дағдылары қоғамда қабылданған оқу талаптарына сәйкес келуі керек. Бала объективті түрде өз іс- әрекетін басқалардың іс-әрекеттерімен салыстыра бастайды, содан бала өзінің кемшіліктерін байқайды. нәтижесінде ересектердің бағасына тәуелділік өседі. Баланың өзіндік бағасы мен өзіндік сана сезімі дамудың қатаң критерийлерін алады: оқудағы үлгерім мен тәртіп. Бастауыш сынып оқушысы өзін тек осы екі бағытта танып, олардың негізінде өзіндік бағасын қалыптастырады. Ол біршама төмендейді.

Психологиялық сау адам портреті- позитивті эмоционалары басым, өмір жағдайларына қанағаттанған, қоршаған ортаны, өзін санамен ғана емес, сезіммен танитын адам. Ол өзінің де, басқалардың да құндылығын қабылдайды. Өз өмірі үшін жауапкершілікті өзі алады. Жағымсыз

жағдайлардан қажетті сабақ алады. өмірігің мән мағынасы бар оларды үнемі іздеп жүрмейді. өзі үнемі дамып, басқалардың дамуына да мүмкіндік береді. өмір жағдайларына тез бейімделеді, бұл гуманистік тұлға теориясының көрнекті өкілі. А. Маслоудың өзін-өзі актуализациялаған тұлға концепсиясындағы позицияларға сәйкес келеді.

#### Әдебиеттер тізімі:

1. Берк Р., Стефан С. Контекстуальные особенности государственных школ в Соединенных Штатах как условия для укрепления психического здоровья. Adv Schl Укрепление психического здоровья. 2018; 1 : 52–60. [ Google Scholar ]
2. Блинова Н.Г, Игишева Л.Н., Литвинова Н.А. и др. Практикум психофизиологической диагностике. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.
3. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок, или Все о гиперактивных детях.– М.: Психотерапия, 2018. – 208 с.
4. Вальтер НД, Берковиц ИН. Параметр практики для психиатрической консультации в школах. J Am Acad Child Adolesc Психиатрия. 2015; 44 : 1068–83. [ PubMed ] [ Google Scholar ]