

Список використаної літератури:

1. Видра, О.Г. (2011). Вікова та педагогічна психологія: Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури,. 112 с.
2. Журавльов, В. І. (1995). Основы педагогической конфликтологии. Москва: РПА,. – 183 с.
3. Заброцький, М. М. (2002). Вікова психологія: Навч. посібник. Київ: МАУП. 92 с.
4. Колесов, Д. В. (2001). Психологія підлітка. *Завуч.* №22. С. 6-9.
5. Накопичена, О. В. (2003). Конфліктність як чинник міжособистісних стосунків. *Вісник Київського Національного Університету ім. Т. Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка.* №15-16.

ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ УДК 159.922.7-053.6

*Марусич Вікторія Володимирівна,
студентка спеціальності 053 «Психологія»
другого (магістерського) рівня
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. Сучасний соціум, характеризується інформаційно-комунікаційним прогресом та збільшенням почуття страху та розчарування особистості на тлі нестабільної соціально-економічної ситуації. Це негативно позначається на психологічному здоров'ї людей. Саме тому загальноосвітні навчальні заклади покликані сформувати культуру збереження здоров'я всіх суб'єктів навчально-виховного процесу, адже зміцнення здоров'я є найвищою соціальною цінністю, яка набуває все більше пріоритетного значення.

Здоров'я, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не просто відсутність хвороб або фізичних вад.

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Ще зовсім недавно термін «психологічне здоров'я» був базовою складовою визначення психічного здоров'я. Завдяки І. В. Дубровіній поняття «психологічне здоров'я» увійшло у науковий обіг і досліджується сьогодні окремим психологічним напрямком, а саме – психологією здоров'я. Сучасна наукова практика розмежовує сфери психологічного і психічного здоров'я, оскільки психологічні зміни мають зворотний характер, спрямовані на збереження здоров'я, а психічні – потребують виявлення і лікування хвороби. Отже, термін «психічне здоров'я» стосується окремих психічних процесів, на відміну від «психологічного здоров'я», яке характеризує особистість в цілому.

Психологічне здоров'я визначається як показник нормального розвитку особистості (І. В. Дубровіна), продукт творчої самореалізації індивіда (А. Маслоу), адекватна міра індивідуального і суспільного добробуту (В. А. Ліщук), інтегральний показник життєво важливих функцій особистості (В. С. Торохтій), особистісна зрілість (Ф. Перлс), показник духовності особистості (Е. О. Помиткін), міра творчості особистості (В. О. Моляко), чинник соціальної «успішності» індивіда (Т. А. Тунгусова) тощо. Предметом наукових обговорень щодо психологічного здоров'я, як і в ситуації психічного здоров'я, є дискусія навколо визначення його критеріїв. У цьому напрямку працюють В. А. Ананьєв, Т. А. Тунгусова, Б. С. Братусь, І. В. Дубровіна, В. С. Торохтій, М. С. Роговін, В. С. Слободчиков, О. В. Хахлаєва, А. Л. Катков та інші (Щербакова, І. М., 2010)

Мета наукової публікації. Завданням даного дослідження було вивчення теоретичного аспекту даної проблеми.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема психологічного здоров'я найбільш гостро постає у період формування особистості, зокрема у підлітковому віці. Психіка підлітків нестабільна і знаходиться на стадії становлення, тому дуже важливо вберігати їх уразливе психічне здоров'я від негативного впливу. Перехід від пізнього дитинства до підліткового періоду супроводжується емоційними злетами і падіннями на тлі гормональних змін

дитячого організму. Багато підлітків не в силах впоратися з цим станом самотійно, тому їм потрібна допомога дорослих.

Шкільні психологи ведуть освітню діяльність у даному напрямку. Їх робота включає в себе профілактику девіантної поведінки, збереження, зміцнення і розвиток психологічного здоров'я учнів через придбання ними конкретних знань і навичок. Однак психологію дитини неможливо оцінити поза контекстом сім'ї. Важливим для психічного здоров'я дитини є психологічний клімат родини. Він суттєво впливає на дитину, спричиняє стан комфорту або ж дискомфорту. Багато чого залежить від ступеня залученості батьків в процес виховання, мотивації, формування психоемоційного стану дитини. Деякі батьки не лише не можуть бути взірцем для своїх дітей, а й негативно впливають на їхній психічний стан.

Підліток потребує задоволення найважливіших психологічних потреб (любові, прийняття, визнання, безпеки) та реалізації важливих цілей розвитку (наприклад, визначення власної ідентичності, здобуття незалежності від дорослих), а також подолання життєвих труднощів (зменшення тривоги та розчарування) (Н. М. Колотій, 2003).

Однією з головних умов збереження психологічного здоров'я підлітків також є дотримання науково обґрунтованих психогігієнічних норм організації навчання з урахуванням індивідуальних норм навантаження, здатність витримувати навчальне навантаження. Ці принципи передбачають застосування особистісно орієнтованих технологій навчання, ставлення до учнів як до рівноправних партнерів у спільній діяльності, виявлення поваги і любові до них, створення сприятливих умов для активності учнів.

Висновки. Отже, здоров'я – єдність фізичного, психічного, духовного, соціального, інтелектуального та творчого аспектів, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад.

Перспективи подальших досліджень ми бачимо у експериментальному вивченні збереження психологічного здоров'я підлітків в умовах закладів загальної освіти.

Список використаної літератури:

1. Колотій, Н. М. (2003). *Психологічне здоров'я підлітків та його оцінка в умовах загальноосвітнього навчального закладу*. (Дис. канд. психол. наук). Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна. Харків, 20 с.
2. Щербакова, І. М. (2010). *Духовний вимір психологічного здоров'я особистості в сучасному глобалізованому просторі*, Збірник наукових праць Київ: ПНУ ім. І. Огієнко, Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, с. 892-902.

ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА ПРОСТОРОВОЇ УЯВИ ОСОБИСТОСТІ

УДК:159. 543:2

Матохнюк Людмила Олександрівна,

кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології

КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»,

Дем'янюк Катерина Дмитрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

кафедри загальнонаукових та інженерних дисциплін

Національної академії державної прикордонної служби

України імені Богдана Хмельницького,

Підгайчук Світлана Ярославівна,

кандидат технічних наук, доцент,

кафедри загальнонаукових та інженерних дисциплін

Національної академії державної прикордонної служби

України імені Богдана Хмельницького

Актуальність дослідження. В сучасних умовах розбудови Державної прикордонної служби, на етапі реалізації нового проекту концепції охорони державного кордону, закономірно постає завдання підготовки висококваліфікованих офіцерських кадрів оперативно-тактичної ланки. Успіх діяльності сучасного офіцера-прикордонника визначається його здатністю до