Одеський національний університет ім. І.І. Мечникова

Інститут математики, економіки і механіки

Кафедра соціальної і прикладної психології

Дипломна робота

бакалавра

(освітньо-кваліфікаційний рівень)

на тему: **«ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ФАКТОР УСПІШНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ»**

«PSYCHOLOGICAL HEALTH AS A FACTOR OF SUCCESS IN AN EDUCATIONAL ENVIRONMENT»

Виконала студентка 4 курсу денної форми навчання

напряму підготовки **6.030102 «**Психологія**»**

Козерацька Анастасія Геннадіївна

Керівник: кандидат психологічних наук, професор кафедри соціальної і прикладної психології,

Будиянський Микола Федорович _____

Рецензент: кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної і прикладної психології,

Білова Маргарита Едуардівна

Рекомендовано до захисту:
Протокол засіданнякафедри
№__ від ___.___.20___ р.

Захищено на засіданніДЕК № ___
протокол № __ від ___.___.20___ р.
Оцінка_____/_____/_____
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Завідувачкафедри

_____Подшивалкіна В. І.
(підпис)

Голова ДЕК

_____Родіна Н. В.
(підпис)

Одеса – 2017

ЗМІСТ

ВСТУП **4**

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО– МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ УСПІШНОСТІ **6**

1.1. Історичні та сучасні підходи до психологічного здоров'я особистості ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

1.2. Опис психологічного здоров'я в теоріях особистості та його структура ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

1.3. Поняття успішності навчання в сучасних педагогічних і психологічних теоріях ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

1.4. Основні психологічні фактори, що впливають на успішність навчання ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

Висновки до першого розділу..... **Ошибка! Закладка не определена.**

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я НА УСПІШНІСТЬ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ..... Ошибка! Закладка не определена.

2.1. Основні етапи дослідження успішності і психологічного здоров'я особистості..... **Ошибка! Закладка не определена.**

2.2. Методи і методики дослідження показників успішності і психологічного здоров'я особистості .... **Ошибка! Закладка не определена.**

2.3 Результати дослідження впливу психологічного здоров'я на успішність в освітньому середовищі ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

Висновок до другого розділу ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

ВИСНОВОК **7**

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ **10**

ДОДАТОК А **13**

ДОДАТОК Б **15**

ДОДАТОК В **17**

ДОДАТОК Г **19**

ДОДАТОК Д **21**

ДОДАТОК Е **23**

ВСТУП

Актуальність. Результати демографічних, соціологічних і психофізіологічних досліджень останніх років переконливо свідчать про істотне наростання негативних тенденцій в соціальних і індивідуально – психологічних характеристиках, а також погіршені стану здоров'я молодого покоління нашої країни. Так, на молодших курсах навчання до 30% студентів вузів зазнають серйозних труднощів у процесі адаптації до навчальної діяльності у вищій школі, що призводить до зниження успішності, різних функціональних розладів і захворювань і, в кінцевому підсумку, до відрахування. Значний внесок у зміну функціонального стану учнів вносять постійно зростаючі інформаційні навантаження і необхідність роботи у вільний від навчання час (і не тільки) для забезпечення свого більш прийнятного матеріального становища.

Здоров'я розглядається як складне, багатофакторне явище, що визначає репродуктивні і творчі можливості, як окремих суб'єктів, так і цілих спільнот (В. М. Розін, 2000; Е. Фромм, 1955, 1998; Б. Г. Юдін, 2000; D. Marks , M. Murray, B. Evans, 2000; KC Schou, J. Hewison, 1998; H. Stam, 2000; S. Wilkinson, 1998). У гранично укрупненому масштабі, здоров'я виступає в якості фундаментальної проблеми людства (О. С. Васильєва, 1998; Е. В. Сайко, 2000; Б. Г. Юдін, 2000).

Радикальне реформування нашого суспільства, зміна в усіх його сферах, а також відсутність бажаної стабільності і впевненості, чітких цілей і перспектив, стало потужним фактором, який негативно впливає на психологічне здоров'я особистості.

Дослідження проблематики здоров'я (зокрема, психічного здоров'я особистості, психологічної складової якості життя) є одним з пріоритетних напрямків західної психології, і становить основу самостійної психологічної дисципліни, що отримала назву Health psychology – Психологія здоров'я (V.

Elderkin, RS. Silver, H. Waitzkin, 1998; KC. Schou, J. Hewison, 1998, U. Flick, 2000; J. Gordon, 1996; M. Murray, K. Chamberlain, 1998; R. Schwarzer, R. Fuchs, 1995; H. Stam, 2000; H. Stam, 2000; S. Wilkinson, 1998).

Формування фундаментальних знань у різних областях сприяють становленню сучасного фахівця, затребуваного на ринку праці. У зв'язку з цим, актуальним є організація освітнього процесу, що враховує специфіку професійного становлення студента як фахівця в умовах інформаційного суспільства. Реалізація цього напрямку в сфері вузівської освіти тісно пов'язана з успішністю навчання студентів.

Зміна соціальної та освітньої ситуації в країні актуалізувало необхідність пошуку ефективних шляхів для вирішення гострої проблеми підготовки успішних і конкурентоспроможних фахівців в системі вищої освіти. Тема успішності, в тій чи іншій мірі, присутня у багатьох дослідженнях, що стосуються проблеми особистості. У вітчизняній філософії та психології безпосередньо питаннями успішності особистості займалися: В. Л. Бакштанскій, О. І. Жданов, С. В. Ковальов, М. Е. Литвак, В. Н. Панкратов та ін. Серед зарубіжних вчених, які досліджують успішність в « практичному плані» , слід зазначити Р. Ассаджиоли, М. Аткінсона, Р. Бендлера, Дж. Грехема, У. Джеймса, Д. Дьюї, Д. Карнегі, А. Маслоу, К. Роджерса та ін.

Мета дослідження: виявити вплив психологічного здоров’я на успішність в освітній сфері.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати психологічну літературу згідно з тематикою роботи.
2. Підібрати відповідний інструментарій у вигляді тестів.
3. Провести психологічне дослідження.
4. Виявити наявність чи відсутність залежності успішності від психологічного здоров’я особистості.

Об’єкт – психологічне здоров’я та успішність особистості.

Предмет – вплив психологічного здоров’я на успішність в освітньому середовищі.

Гіпотеза: наявність взаємозв’зку рівня психологічного здоров’я та успішності в освітньому середовищі.

Методи – метод теоретичного аналізу (аналіз літератури), метод емпіричного аналізу (« Тест з оцінки рівня самоактуалізації особистості» , автори Н. Ф. Каліна, А. В. Лазукін; опитувальник « Шкали психологічного благополуччя» , автор К. Ріфф; тест– опитувальник « Індекс якості життя» , автор Р. С. Еліот; методика діагностики соціально– психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда.), методи статистичної обробки даних, кореляційний аналіз, факторний аналіз.

Для математичної обробки даних відібрані комп’ютерні програми: Statistika, Microsoft Office Excel.

Структура роботи: бакалаврська робота складається зі вступу, двох розділів, висновку списку літературних джерел, який налічує 37 найменувань вітчизняних та зарубіжних авторів, 6 додатків, ілюстрована 2 малюнками та 3 таблицями. Загальний об’єм роботи 54 сторінки, обсяг додатків 12 сторінок.

Опис вибірки – було протестовано 30 студентів юридичного факультету від 19 до 23 років.

База проведення дослідження: Одеський національний університет імені І. І. Мечникова.

ВИСНОВОК

У данній роботі нами був проведений теоретичний аналіз (аналіз літератури) присвяченій психологічному здоров’ю особистості та успішності в освітньому середовищі. Згідно теоретичного аналізу ми прийшли до висновку шо психологічне здоров'я – це стан, що характеризує процес і результат нормального розвитку суб'єктивної реальності в межах індивідуального життя; максима психологічного здоров'я є інтеграл (тобто єдність, повнота і цілісність) життєздатності і людського індивіда. Психолгічне здоров’я є інтегральною характеристою і складається з таких компонентів як самоактуалізація, автономність, цілі у житті, орієнтація у часі, креативність, потреба в пізнанні, самоприйняття, особитісне зростання, психологічне благополуччя, задоволеність працею (навчанням), здоров’я, спілкування з близькими, якість життя, особисті досягнення.

Успішність – це інтегральна оцінка ефективності результату власної діяльності, яка отримала визнання з боку оточуючих, викликає у людини (суб'єкта діяльності) такий емоційний стан, який виражає його особисте позитивне ставлення до діяльності, що дозволяє йому відчувати власну задоволеність. Успішність навчання є однією зі складових психологічного здоров'я учнів, збереженню і зміцненню якого приділяється останнім часом велика увага. У свою ж чергу психологічне здоров’я має вплив на успішність в освітньому середовищі, а саме на суб’єктивну успішність яка і розглядається у емпіричній частині данної роботи.

Згідно з завданням та гіпотезою роботи нами був підібраний відповідний до теми дослідження інструментарій у вигляді тестів, а також проведене психологічне дослідження згідно обранної теми.

В емпіричній частині бакалаврської роботи ми провели факторний та кореляційний аналізи даних отриманих шляхом тестування студентів ВУЗу.

Показники психолгогічного здоров’я особистості є середніми та показники успішності у більшості опитуємих також мають середній рівень. Характерезувати респондентів які представили такі показники ми можемо

наступним чином: вони є досить адаптованими, самостійними та незалежними, здатні протистояти спробам суспільства змусити думати і діяти певним чином. Мають довірчі відносини з оточуючими, чутливі, сензитивні до своїх бажань і потреб. Такі люди є вільні від психологічного захисту, яка відділяє особистість від власної сутності, вони не схильні підміняти власні смаки та оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Схильні до взаємно корисних і приємних контактів з іншими людьми. Вони знаходяться на шляху до самоактуалізації, що можно пояснити їх віком, вони знаходяться лише на шляху свого становлення як спеціаліста. Рівень психологічного благополуччя й задоволеності життям є середнім, що можна пояснити ситуацією в країні респондентів та в світі.

За перевіркою вибірки, вибірка є нормальною. За Т– критерієм Стьюдента такі шкали як Креативність та Автономність, Задоволеність працею та Негативні емоції, Позитивне відношення та Цілі у житті не є значущими для нашого дослідження. Але такі шкали як Адаптація та Самоактуалізація, Прийняття себе та Потреба в пізнанні, Прийняття інших та Самоприйняття, Емоційний комфорт та Спілкування з близькими, Внутрішній контроль та Особистісне зростання, Автономність та Домінуваня, Саморозуміння та Психологічне благополуччя, Особисті досягнення та Оптимістичність, Напруженість та Здоров’я є статистично значимими у нашому дослідженні та безпосередньо залежать один від одного. Що говорить про зв’язок між двома розглядаємим явищами в данній роботі.

Кореляція між шкалами Адаптивності та Психологічного благополуччя є помітною, помірною між шкалами Самоконтроль та Зовнішній контроль, Самоприйняття та Креативність, Цілі у житті та Особисті досягнення, високою є кореляція між Самоактуалізацією та Якістю життя.

Гіпотеза, яка була поставлена нами на початку роботи – наявність взаємозв’зку рівня психологічного здоров’я та успішності в освітньому середовищі, була доведена у нашому дослідженні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Наука жить: пер. с англ. – Киев: Port– Royol, 1997. – 288 с.
2. Активность, ценностная направленность и психологическое здоровье студенчества / под ред. А.А. Волочкова. – Пермь: Перм. гос. гуманит.– пед. ун– т, 2015. – 200 с.
3. Андроник Т.Г. Педагогические условия формирования успешности обучения студентов младших курсов: дис. … канд. пед. наук:13. 00. 08. – Сургут, 2010.
4. Аргана М. Психологія щастя. / М. Аргана / Серія « Майстри психології» . 2– е изд. СПб .: Пітер, 2003. с. 111
5. Асеев В. Г. Личность и значимость побуждений. М. : Ин– т психологии РАН, 1993. 223 с.
6. Батурин Н.А. Психология успеха и неудачи: учеб. пособие. – Челябинск: ЮУрГУ, 1999. – 99 с.
7. Баякина О.А. Соотношение понятий психического и психологического здоровья личности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук, 2009. – Т. 11, № 4 (5). – С. 1195–1199.
8. Белкин А.С. Ситуация успеха: как ее создать – М.: Просвещение, 1991. – 176 с.
9. Братусь Б.С. Аномалии личности. – М., 1988. – 301 с.
10. Броневицкий Г.А., Броневицкий Г.Г., Томилин А.Н. Психолого– педагогический словарь офицера воспитателя корабельного подразделения. – 2005.
11. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека; эталоны, представления, установки. М.: Академия, 2001. 352 с.
12. Воронин А.С. Словарь терминов по общей и социальной педагогике. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ– УПИ, 2006. – 135 с.
13. Голубева Э. А. Способности. Личность. Индивидуальность. Дубна : Феникс+, 2005. 511 с.
14. Діагностика здоров'я. Психологічний практикум / За ред. Проф. Г.С.Никифорова. – СПб .: Мова, 2007. С – 376– 378)

15.Дружинин В. Н. Психология общих способностей. СПб. и др., 1999.
16.Дубровина И.В. Практическая психология в лабиринтах современного образования: моногр. – М.: Моск. психол.– соц. ун– т, 2014. – 464 с.
17.Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 3. – С. 17–21.
18.Еліот Р.С. Ми перемагаємо стрес / Пер. з англ. В. Козлова. – М .: КРОН–ПРЕСС, 1996. – С. 80– 131.
19.Козлов А.В. Структура психологического здоровья: психосемантический подход // Вестник Харьковского национального университета. – 2011. – № 937. – С. 130–133.
20.Леонтьев Д.А. Что такое экзистенциальная психология // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 1997. С. 40– 55
21.Маслоу А. Психологія буття / А. Маслоу / Пер. з англ. О.О. Чистяков. М .: Рсфл– бук; К .: Ваклер, 1997. 300 с.
22.Маслоу А. Самоактуалізовані люди: дослідження психологічного здоров'я. / А. Маслоу – СПб.:, 1999
23.Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Евразия, 1997. 322 с.
24.Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А.К. Осницкий // Психология и школа. — 2004. — №1.— С.43– 56
25.Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 176 с.
26.Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс,1994. – 480 с.
27.Сепевко Г, К., Селевко А, Г., Левіна О.Г. Самовдосконалення особистості (самоактуалізація). – М., 1999..

28. Снегирёва Т.В. Методика изучения особенностей личностной саморегуляции // Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога / Под ред. И. В. Дубровиной. — М., сборник трудов АПН СССР, 1987.
29. Франкл В. Человек в поисках смысла: пер. с англ. – М.: Прогресс, 1990. – 372 с.
30. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М.: Академия, 2010. – 110 с.
31. Цукерман Г., Слободчиков В. Мы, взрослые и остальные люди // Семья и школа. 1990. № 2. С. 33– 36.
32. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / пер. с англ. Е. Перовой. – М., 2011. – 461 с.
33. Шувалов А.В. Психологическое здоровье человека // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. – 2009. – № 4 (15). – С. 87–101.
34. Шувалов А.В. Гуманитарно —антропологические основы теории психологического здоровья // Вопросы психологии.2004. № 6. С. 18– 33
35. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. М.: Прогресс, 1993. 352 с.
36. Якунин В.А. Педагогическая психология: учеб. пособие; Европ. ин– т экспертов. – 2– е изд. – СПб.: Изд– во Михайлова, 2000. – 348 с.
37. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well– being. / C. Ryff. // J. of Personality and Social Psychology. 1989. Voi. 57. P. 1069– 1081

ДОДАТОК А

Продовження додатку А

ДОДАТОК Б

Продовження додатку Б

ДОДАТОК В

ДОДАТОК Г

ДОДАТОК Д

Перевірка на нормальність за Колмогоровим– Смирновим (вибірка нормальна)

	Виборка	Критичне значення за К– С	Р
	$\lambda_{емп.}$	$\lambda_{крит}$	0,05
Адаптація	0,087	0,240	
Дезадаптивність	0,112	0,240	
Брехливість	0,147	0,240	
Приняття себе	0,121	0,240	
Не прийняття себе	0,126	0,240	
Прийняття інших	0,094	0,240	
Не прийняття інших	0,113	0,240	
Емоційний комфорт	0,136	0,240	
Емоційний дискомфорт	0,100	0,240	
Внутрішній контроль	0,123	0,240	
Зовнішній контроль	0,107	0,240	
Домінування	0,138	0,240	
Відомість	0,116	0,240	
Ескапізм	0,162	0,240	
Самоактуалізація	0,119	0,240	
Орієнтація у часі	0,147	0,240	
Цінності	0,179	0,240	
Погляд на природу людини	0,181	0,240	
Потреба в пізнані	0,206	0,240	
Креативність	0,117	0,240	
Автономність	0,147	0,240	
Спонтанність	0,137	0,240	
Самопоморозуміння	0,135	0,240	
Аутосимпатія	0,101	0,240	
Контактність	0,108	0,240	
Гнучкість в спілкуванні	0,174	0,240	
Позитивне відношення	0,108	0,240	
Автономія	0,157	0,240	
Керування середою	0,133	0,240	
Особистісне зростання	0,072	0,240	
Цілі у житті	0,134	0,240	
Самосприйняття	0,128	0,240	
Психологічне благополуччя	0,157	0,240	

Продовження додатку Д

Робота	0,144	0,240	
Особисті досягнення	0,180	0,240	
Здоров’я	0,097	0,240	
Спілкування з близькими	0,107	0,240	
Підтримка	0,109	0,240	
Оптимістичність	0,154	0,240	
Напруженність	0,111	0,240	
Самоконтроль	0,144	0,240	
Негативні емоції	0,122	0,240	
Загальний індекс якості життя	0,170	0,240	

ДОДАТОК Е

Перевірка на розрізнення величин середніх Т– критерій Стьюдента

Адаптація	Самоактуалізація	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
132.23	75,73	8,9	>2	Значимо при 0,05
Прийняття себе	Потреба в пізнанні	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
42,93	11,2	17	>2	Значимо при 0,05
Прийняття інших	Самосприйняття	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
21,07	17,67	2,5	>2,66	Значимо при 0,01
Емоційний комфорт	Спілкування з близькими	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
25,63	15,9	5,5	>2,66	Значимо при 0,01
Внутрінній контроль	Особистісне зростання	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
54,73	20,1	15	>2,66	Значимо при 0,01
Автономність	Домінування	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
54,33	7,95	21,6	>2,66	Значимо при 0,01
Креативність	Автономія	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
9,43	8,4	1,7	<2	Не значимо
Задоволеність працею	Негативні емоції	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
7,75	7,8	0,1	<2	Не значимо
Позитивне відношення	Цілі у житті	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
64,03	61,1	1,4	<2	Не значимо
Саморозуміння	Психологічне благополуччя	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
57,43	356,73	39,5	>2,66	Значимо при 0,01
Особисті досягнення	Оптимістичність	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
28,3	24,37	2,6	>2	Значимо при 0,05

Продовження додатку Е

Напруженність	Здоров'я	$t_{Емп}$	$T_{кр}$	Значимо/Не значимо
25,03	28,4	2,4	>2	Значимо при 0,05