

DOI: 10.12731/2218-7405-2016-2-4

УДК 167.7

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ – КАТЕГОРИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАУКИ

**Безуглая Т.И.**

*Статья посвящена определению сущности психологического здоровья; представлению взглядов различных научных школ на трактовку этого понятия; выделению факторов, оказывающих благоприятное и неблагоприятное влияние на психологическое здоровье.*

*Полученные в результате исследования данные могут служить основанием учебных программ психолого-педагогического направления высшей педагогической школы.*

**Ключевые слова:** *психологическое здоровье, психическое здоровье, возрастная периодизация, сензитивные периоды, психическое развитие, личностное развитие, развитие индивидуальности.*

## PSYCHOLOGICAL HEALTH AS A PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM

**Bezuglaya T.I.**

*The article is devoted to defining the essence of psychological health; presentation of the views of various scientific schools on the interpretation of this concept; allocation of factors that have a beneficial and adverse effects on psychological health.*

*The resulting study data could form the basis of training programs psychological and pedagogical direction of higher pedagogical school.*

**Keywords:** *psychological health, mental health, age periodization, sensitive periods, psychic development, personal development, personality development.*

Выдвижение проблемы обеспечения здоровья в число приоритетных задач общественного развития обуславливает актуальность теоретической ее разработки, поиска путей оптимиза-

ции и сохранения здоровья. В «Энциклопедическом словаре медицинских терминов» понятие «здоровье» определяется как «...состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков» [18, с. 391]. В основу данного определения положена категория состояния здоровья, которая оценивается по трем основным уровням: *физическому* (совершенствование саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде); *психическому* (основная стратегия жизни человека, степень господства человека над обстоятельствами); *социальному* (мера трудоспособности, социальной активности человека; его активное, деятельное отношение к миру) [10].

Уточняя сущность понятия «психологическое здоровье» мы определили его соотношение с понятием «психическое здоровье». Термин «психическое здоровье» был впервые введен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). В докладе Комитета экспертов ВОЗ «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей» (1979) сказано о том, что нарушения психического здоровья связаны как с соматическими заболеваниями или дефектами физического развития, так и с различными неблагоприятными факторами и стрессами, воздействующими на психику и связанными с социальными условиями [14]. При этом в определении подчеркивается состояние нездоровья.

Термин «психическое здоровье» неоднозначен, он как бы связывает собою две науки и две области практики – медицинскую и психологическую. В последние десятилетия на пересечении медицины и психологии возникла особая научная отрасль – *психосоматическая медицина*, в основе которой лежит понимание того, что любое соматическое нарушение всегда так или иначе связано с изменениями в психическом состоянии. В свою очередь, психические состояния становятся главной причиной соматического заболевания или являются как бы толчком, ведущим к болезни. Иногда особенности психики воздействуют на протекание болезни, иногда физические недуги вызывают психические переживания и *психологический дискомфорт*. [13, с. 29].

Анализ литературы показал, что проблема психического здоровья привлекала и привлекает внимание многих исследователей из самых разных областей науки и практики: медиков, психологов, педагогов, философов, социологов и других. Существует много подходов к пониманию и решению этой проблемы. Так, А. Маслоу рассматривал проблему психического здоровья с точки зрения полноты, богатства развития личности. В его концепции – две составляющие психического здоровья: *первая составляющая* – это стремление людей быть «всеми, чем они могут», развивать весь свой потенциал через *самоактуализацию* и *самосовершенствование*.

*Вторая составляющая* психического здоровья – *стремление к гуманистическим ценностям*. Маслоу считал, что самоактуализирующейся личности присущи такие качества, как: принятие других, автономия, спонтанность, чувствительность к прекрасному, чувство юмора, альтруизм, желание улучшить человечество, склонность к творчеству [12].

Проблему психического здоровья в контексте развития зрелой личности рассматривали и другие крупные ученые, но несколько иначе. В. Франкл в толковании идеи стремления к смыслу солидаризируется с Ш. Бюллер, согласно теории которой, полнота, степень самоисполненности зависит от способности индивида ставить такие цели, которые наиболее адекватны его внутренней сути. Такая способность называется у Бюллер *самоопределением* и *самоосуществлением*. Именно обладание такими жизненными целями является условием сохранения психического здоровья. Причем под самоосуществлением Ш. Бюллер имеет в виду осуществление смысла, а не осуществление себя и самоактуализацию. Самоактуализация – это не конечное предназначение человека, утверждает В. Франкл. Смысл, по мнению Франкла – это всякий раз смысл конкретной ситуации и нет такого человека, для которого жизнь не держала наготове какое-нибудь дело. Надо найти это дело, этот смысл, а у ребенка необходимо воспитывать *готовность к нахождению смысла* жизни. [17, с. 56].

Почти во всех психологических словарях термин «психическое здоровье» отсутствует. Лишь в словаре под редакцией А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского (1990) «психическое здоровье» рассматривается как «состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающих адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности» [16, с. 390].

Почему понадобилось введение еще одного понятия – «психологическое здоровье» и в какой связи оно находится со здоровьем психическим? В последнее время рассмотрению и изучению проблемы психологического здоровья уделяется очень большое внимание. Этот вопрос глубоко изучался И.В. Дубровиной, Н.И. Гуткиной, Д.В. Лубовским и другими учеными. По их мнению, понятие «психологическое здоровье», более глубокое по своей сути, чем понятие «психическое здоровье». Следуя утверждению И.В. Дубровиной (1999), *основу психического здоровья* составляет полноценное развитие высших психических функций, психических процессов и механизмов. *Основу психологического здоровья* – развитие личности и индивидуальности. Психологическое здоровье относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшим проявлением человеческого духа. Психологическое здоровье неразрывно связано со здоровьем психическим. По мнению И.В. Дубровиной, если забота проявляется только

о психическом здоровье и не проявляется о психологическом, духовном, тогда происходит нарушение взаимоотношений человека с миром.

Понятие «психологическое здоровье» позволяет выделить и психологический аспект проблемы психического здоровья, в отличие от медицинского, социологического, философского и других. Психологическое здоровье предполагает: интерес человека к жизни, свободу мысли и инициативу, веру в себя и уважение другого, творчество в самых разных сферах жизни и деятельности.

«Психологическое здоровье делает личность самодостаточной... Человек сам способен, в соответствии с возрастом овладевать средствами самопонимания, самопринятия и саморазвития в контексте взаимодействия с окружающими его людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира» [14, с. 8].

Таким образом, понятие «психическое здоровье» входит в понятие «психологическое здоровье». Основу психологического здоровья составляет психологическое развитие. По мнению И.В. Дубровиной, М.Р. Битяновой и других ученых, *психологическое развитие* можно определить как: *психическое развитие, личностное развитие, развитие индивидуальности*. Понятие «психологическое развитие» включает в себя понятие «психическое развитие» и является наиболее обобщенным.

Нарушения психического здоровья (основу которого составляет психическое развитие) возникает тогда, когда своевременно не реализуются возрастные и индивидуальные возможности человека, игнорируются условия формирования возрастных психологических новообразований на том или ином этапе онтогенеза. Это происходит потому, что в каждом возрастном периоде жизни у человека возникают определенные потребности в деятельности, общении, познании. Нарушения в развитии его психических способностей мешают удовлетворению этих потребностей, так как тормозят поступательное взаимодействие человека с окружающим миром, людьми, культурой, природой, чем провоцируется депривационная ситуация («депривация», от англ. *deprivation* – лишение утрата; в медицине: недостаточность удовлетворения каких-либо потребностей организма [2, с. 187]). Эти нарушения влекут за собой и нарушения психологического развития. Поэтому психическое здоровье требует постоянного анализа и, в случае необходимости, корректировки среды, имеющей специфические особенности для каждого возрастного периода и для каждого конкретного человека, вступившего в данный период [12, с. 31]. Изучению этого вопроса, относительно дошкольного возраста была посвящена диссертация Т.И. Безуглой [1].

Таким образом, мы пришли к выводу о том, что *основу психологического здоровья составляет полноценное психологическое развитие. Основу полноценного психологического развития составляют развитие психическое, то есть развитие высших психических функций, психических процессов и механизмов в соответствии с возрастными нормами на каждом этапе онтогенеза, развитие личности и развитие индивидуальности.*

В соответствии с возрастной периодизацией Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, являющаяся одним из научных взглядов на предмет периодизации возрастного развития, развитие человека проходит ряд последовательно сменяющих друг друга периодов:

новорожденности,  
младенчества,  
преддошкольного детства (ранний возраст),  
дошкольного детства,  
младшего школьного возраста,  
подросткового (отрочество),  
юности,  
зрелого возраста,  
старческого возраста,  
долгожития.

Каждый из периодов характеризуется своими психофизиологическими особенностями и определенной продолжительностью. От чего зависит переход человека от одного возрастного периода к другому? Что является показателем вступления его на каждую новую ступень возрастной лестницы: число прожитых дней, месяцев, лет или что-то другое?

Календарный (паспортный) возраст, по мнению многих известных психологов (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин и др.), еще не является основным показателем нахождения человека на той или иной возрастной ступени. Он может и не совпадать с психологическим возрастом. Где же тогда главный критерий членения жизненного пути на возрастные периоды? За счет каких сил происходит психологическое развитие?

Отечественная наука исходит из положения Л.С. Выготского о том, что возрастная периодизация должна основываться на сущности самого процесса развития. Говоря о развитии ребенка, он указывал на то, что суть процесса развития заключается в присвоении человеком социально-исторического опыта в ходе организованной деятельности и общения [6, с. 338].

В отечественной науке выделяются два принципа в подходе к развитию человека (ребенка): принцип историзма (Л.С. Выготский) и принцип развития в деятельности (А.Н. Леонтьев).

Согласно диалектике (в нашем исследовании мы будем опираться на нее) в основе развития, лежат такие законы, как:

- закон перехода количественных изменений в качественные,
- закон отрицания отрицания,
- закон единства и борьбы противоположностей.

Последнему закону специалисты отводят особо значимую роль в периодизации психического развития. Это, например, противоречия:

- между новыми потребностями, запросами, стремлениями и возможностями их удовлетворения старыми, ранее сложившимися формами;
- между требованиями, предъявляемыми общественной средой, людьми и ранее приобретенными качествами – духовными и физическими и т.п.

Каждая стадия развития имеет свою непреходящую ценность. И каждая из них должна получить свое полное развитие, иначе она не внесет должного вклада в развитие психики и становление личности [8]. Развитие человека протекает литически (спокойно) и критически (с кризисами) [5, с. 23]. Становление психики не простое сцепление случайностей, а процесс закономерный. Обычно наступает момент, когда развитие, происходящее внутри данного этапа приводит к тому, что возросшие возможности человека (его знания, умения, психические качества) вступают в противоречия со старым образом жизни, старыми видами деятельности и взаимоотношений с окружающими людьми. На каждом возрастном этапе противоречия приобретают конкретный специфический характер. Возрастные противоречия приводят к формированию *психологических новообразований*, которые являются основой для перехода к следующему возрастному этапу. В этот период происходит решительная смена всей *социальной ситуации развития*: возникают новый тип отношений и смена одних видов *ведущей деятельности* другими [5, с. 35].

Учет новых потребностей ребенка, помощь в формировании средств удовлетворения этих потребностей облегчает переход к новому возрастному периоду, при этом для взрослого важно уметь руководить развитием каждого ребенка. В одних случаях необходимо учитывать характер противоречий, складывающихся в ходе развития ребенка и оказывать помощь в разрешении этих противоречий. В других случаях создавать условия для возникновения соответствующего

ющих противоречий, ставя перед ребенком новые цели и задачи, побуждая ребенка принять эти цели, переводя их в цель его собственных действий, помогать в нахождении средств их достижения [3].

Периодизация психического развития, авторами которой являются Л.С. Выготский и Д.Б. Эльконин, разделяет развитие на эпохи, этапы и периоды; устанавливает связи между периодами; выделяет значение каждого предыдущего периода, что соответствует общим внутренним законам развития. Возрастная периодизация определяет разрешение проблемы сензитивности отдельных периодов детского развития. *Сензитивные* – это такие периоды онтогенетического развития, в которых развивающийся организм бывает особенно чувствителен к, определенного рода, влияниям окружающей действительности, это наиболее благоприятные, оптимальные сроки для развития определенных психических процессов и свойств [6, с. 203].

Развитие организма в целом и психики, в частности, у разных людей протекает неодинаково и зависит от следующих *общих факторов*:

- наследственность,
- среда,
- обучение и воспитание,
- деятельность,
- активность самого человека.

Все факторы психологического развития действуют в комплексе. Нет ни одного психического качества, развитие которого зависело бы только от одного из факторов. Факторы выступают в органическом единстве [14, с. 48].

Рассматривая *первый фактор*, необходимо сказать о предпосылках психологического развития человека, которыми являются наследственные особенности и врожденные свойства организма. *Наследственность* является своего рода биологическим, молекулярным шифром, в котором заложены: программа обмена веществ между клетками и окружающей средой, природные свойства анализаторов, особенности строения нервной системы и мозга. Все это является материальной основой психической деятельности. При передаче по наследству некоторых частных черт имеет место изменчивость. *Изменчивость* обеспечивает более эффективное приспособление к условиям существования. Чем выше развитие организма, тем сложнее его взаимодействие со средой, тем большую роль играет изменчивость, тем эффективнее приспособление к условиям существования. От наследственных предпосылок следует отличать *врожденные особенности* человека, которые формируются в процессе внутриутробного раз-

вития. Сами по себе наследственные задатки не определяют становление личности, конкретные достижения ее развития, своеобразие отдельного человека [5, с. 68].

*Второй фактор* развития – среда. Та общая ситуация – *макросреда*, в которой развивается человек, еще с детства, оказывает большое влияние на его психологическое развитие, а стало быть, и на его психологическое здоровье. Это *условия жизни*: социальные, экологические, культурные и другие. По мнению Л.С. Выготского, придавая важную роль в развитии ребенка внешним воздействиям, необходимо иметь в виду *изменчивость* этой окружающей среды, исходя из принципа историзма психического развития жизни человека [5]. Ребенок с макросредой связан через микросреду. Выбор ближайшей *микросреды* определяется: возрастными и индивидуальными особенностями ребенка, отношением к ребенку взрослых, характером воспитания, отношением к ребенку сверстников.

Основу возникновения новой социальной ситуации развития ребенка составляет переживание им среды своего обитания и себя в этой среде. Если эти переживания позитивны, среда обладает развивающим эффектом и в ней возможна реализация потенциального психологического развития. *Социальная ситуация развития* выражается во всех видах деятельности и активно влияет на психологическое развитие ребенка, предполагая следующее:

- специальным образом организованная социальная среда: группа детского сада, класс школы, прочие возрастные группы;
- различное влияние межличностного взаимодействия в группе сверстников;
- активность самого ребенка в процессе взаимодействия со средой;
- семья, в которой живет ребенок, ее психологическая атмосфера;
- характер взаимоотношений между ребенком и социально значимыми взрослыми;
- преемственность в работе педагогов и специалистов образовательных организаций.

Переход личности в новую микросреду – сложный противоречивый процесс, здесь может возникнуть межличностная напряженность, конфликтность. В связи с этим необходимо: осуществлять подготовку личности к жизнедеятельности в новых коллективах и обеспечивать преемственность между контактными группами на основных стадиях онтогенеза [4].

*Третий фактор развития* – воспитание и обучение. По мнению Л.С. Выготского, обучение всегда должно идти впереди развития, ориентироваться на «*зону ближайшего развития*» ребенка [6, с. 289]. Уровень «*актуального развития*», по его утверждению – это те наличные особенности психических функций ребенка, которые сложились на сегодняшний день, это то, чего ребенок уже достиг к моменту обучения. Одни задачи ребенок решает самостоятель-

но, а другие может решить только под руководством взрослого, при условии сотрудничества с ним. «Зона ближайшего развития» и есть то расхождение в уровне трудности задач, которые решаются ребенком самостоятельно и с помощью взрослого. Поэтому не сразу то, чему учат ребенка, становится его внутренним достоянием [6]. По мнению С.Л. Рубинштейна, воспитание, обучение и развитие являются сторонами единого процесса. Ребенок развивается, воспитываясь и обучаясь. Знание «зоны ближайшего развития» дает возможность взрослым, воспитывающим ребенка, видеть «завтрашний» день его развития и ближайшие возможности [3, с. 54]. Поэтому одним из *частных факторов* обеспечения полноценного хода психологического развития каждого ребенка мы, в нашем исследовании, выделяем как *сотрудничество педагогов и специалистов образовательной организации*.

Возникновение психологических новообразований в развитии происходит в процессе деятельности (*четвертый, выделенный нами фактор*). Новые качества психики создают основу для перехода к следующему возрастному этапу. Поэтому развитие ребенка является постоянным переходом от одной возрастной ступени к другой, связанным с изменением и построением личности [7], а также сменой ведущей деятельности. По утверждению А.Н. Леонтьева, *ведущей деятельностью* считается только та деятельность, в связи с которой происходят важнейшие изменения в психике и внутри которой развиваются психические функции, подготавливающие переход к новой высшей ступени развития [11].

Активность (*последний из выделенных нами факторов*) развивается на всех этапах психологического развития в разных видах деятельности. Главным условием эффективности деятельности является ее личностная значимость. Развивающие возможности каждого вида деятельности заключены в их содержании и способах организации. Новые знания, умения, навыки взрослый вводит в процессе обучения ребенка, используя целесообразные методы. Ребенок под руководством взрослого активно включается в процесс усвоения значимого для него материала в ведущей деятельности. В результате у него развиваются психологические механизмы усвоения знаний, умений, навыков, развиваются различные стороны его личности. Активность самого ребенка в условиях присвоения общественно-исторического опыта под руководством взрослого способствует его психологическому развитию. При этом взрослому необходимо применять совершенные методы обучения по включению ребенка в активный процесс усвоения им более сложного материала в ведущей деятельности. Для развития познавательной, коммуникативной, моторной активности необходимы следующие условия:

- 1) свободный выбор деятельности ребенком (наличие личностной значимости в той или иной деятельности является залогом активности ребенка);

- 2) наличие положительной мотивации деятельности (объективные успехи в деятельности, субъективное восприятие детьми этих успехов, их уверенность, что они хорошо и правильно действуют);
- 3) в ходе обучения дети должны осознавать то, что подлежит усвоению;
- 4) учебный материал, предназначенный для «поля сознания» должен быть эмоционально окрашен (выделен цветом, графикой, мимикой, пантомимикой и пр.);
- 5) активность ребенка должна включать: манипуляции, которые видны всем (внешняя деятельность – экстериоризация) и процессы, которые происходят в сознании (внутренняя деятельность – интериоризация) [4, с. 56-57].

Необходимо также рассмотреть факторы, оказывающие неблагоприятное влияние на психологическое здоровье. Эти факторы были выделены А.И. Захаровым и распределены им по трем группам.

1. *Социально-культурные факторы*, оказывающих неблагоприятное влияние на психологическое здоровье, обусловлены ускорением темпа современной жизни, дефицитом времени, недостаточными условиями для снятия эмоционального напряжения и расслабления. Следствием этого являются чрезмерная загруженность родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем в сочетании с недостаточной осведомленностью о путях решения внутриличностных конфликтов и о возможностях психологической и психотерапевтической помощи. Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику.

2. *Социально-экономические факторы*, среди которых А.И. Захаров выделяет такие, как неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу и помещение ребенка в образовательные организации в раннем возрасте. Эти факторы отрицательно влияют на эмоциональную атмосферу в семье и на психическое состояние ее членов.

3. *К социально-психологическим факторам*, влияющим на психологическое здоровье детей, относятся прежде всего такие, как дисгармония семейных отношений и дисгармония семейного воспитания, а также нарушения в сфере детско-родительских отношений [9, с. 20-21].

Необходимо отметить тот факт, что в ряде научных исследований (И.В. Дубровина, Н.И. Гуткина, Т.В. Вохмянина, А.Б. Николаева, А.А. Воронова) психологическое здоровье соотносится с переживанием *психологического комфорта* и *психологического дискомфорта* [13]. Психо-

логический дискомфорт возникает в результате *фрустрации* одной или нескольких потребностей, приводящей к *депривации*, а стало быть, и к психологическому нездоровью. «Фрустрация (от лат. *frustratio* - обман, тщетное ожидание) – психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребности, желания» [15, с. 406]. Состояние фрустрации сопровождается различными отрицательными переживаниями: разочарованием, раздражением, тревогой, отчаянием и др. Фрустрации возникают в ситуациях конфликта, когда, например, удовлетворение потребности наталкивается на непреодолимые или труднопреодолимые преграды. Высокий уровень фрустрации приводит к дезорганизации деятельности и снижению ее эффективности. Возникновение фрустрации не только обусловлено объективной ситуацией, но и зависит от особенностей личности [15].

«Фрустрация у детей возникает в виде переживаемого «чувства крушения», когда целенаправленное действие наталкивается на препятствие. Причиной фрустрации может быть неудача в овладении предметом, неожиданный запрет со стороны взрослого и др. Частые фрустрации ведут к формированию отрицательных черт поведения, агрессивности, повышенной возбудимости» [15, с. 406]. В результате фрустрации потребностей ребенка, возникает психологический дискомфорт. Вследствие возникающего феномена депривации наблюдается задержка в его психическом и физическом развитии. «Постоянное ожидание угрозы со стороны окружающих, непрерывные стрессовые перегрузки вызывают истощение еще не вполне окрепшей нервной системы ребенка, что приводит к различным соматическим и функциональным заболеваниям» [13, с. 32].

Фрустрация одной или нескольких детских потребностей лежит в основе школьных неврозов, проявляющихся в виде различных заболеваний психосоматического генеза (бронхиальные астмы, приступы рвоты, головные боли и др.). Через некоторое время у такого ученика развивается отрицательное отношение к учебе и к школе вообще, что может привести к разнообразным заболеваниям «школьного» невроза.

### Список литературы

1. Безуглая Т.И. Педагогические условия обеспечения психологического здоровья детей при подготовке к обучению в школе. Дисс. на соиск. степ. канд. пед.наук. Калининград, 2000.
2. Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов. Воронеж: Модек, 1995. 640 с.

3. Волков Б.С., Волкова Н.В. Детская психология. Психическое развитие ребенка до поступления в школу. М.: Владос, 2003. 141 с.
4. Волков Б.С., Волкова Н.В. Основные закономерности психического развития ребенка. М.: Профессиональное образование. 2003. 67 с.
5. Выготский Л.С. Лекции по психологии. СПб: Союз, 2006. 144 с.
6. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: АСТ Астрель Хранитель, 2008. 671 с.
7. Выготский Л.С. Проблемы возраста. Собр. соч. Т. 4. М., 1984. 250 с.
8. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я.Л. Коломинского. Мн.: Універсітэцкае, 1997. 237 с.
9. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. СПб., 2004 336 с.
10. Здоровье детей: биологические и социальные аспекты. Метод. пособие / Под ред. М.Г. Романцова. СПб.: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 1999. 48 с.
11. Леонтьев А.Н. Философия психологии. М.: Изд-во МГУ, 1994. 285 с.
12. Маслоу А. Самоактуализация. Психология личности / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырей. М., 1983. 456 с.
13. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под ред. И.В. Дубровиной. СПб.: Питер, 2004. 592 с.
14. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. Руководство практического психолога / Под ред. И.В. Дубровиной. 4-е изд. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 176 с.
15. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М.: АСТ, АСТ Москва, Прайм-Еврознак, 2009. 440 с.
16. Психология: Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990. 494 с.
17. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990. 380 с.
18. Энциклопедический словарь медицинских терминов. М.: Медицина, 2005. 600 с.

### References

1. Bezuglaya T.I. Pedagogicheskie usloviya obespecheniya psikhologicheskogo zdorov'ya detey pri podgotovke k obucheniyu v shkole. Diss. na soisk. step. kand. ped.nauk. Kaliningrad, 2000.

2. Bleykher V.M., Kruk I.V. Tolkovyy slovar' psikhiatricheskikh terminov. Voronezh: Modek, 1995. 640 s.
3. Volkov B.S., Volkova N.V. Detskaya psikhologiya. Psikhicheskoe razvitie rebenka do postupleniya v shkolu. M.: Vlados, 2003. 141 s.
4. Volkov B.S., Volkova N.V. Osnovnye zakonomernosti psikhicheskogo razvitiya rebenka. M.: Professional'noe obrazovanie. 2003. 67 s.
5. Vygotskiy L.S. Lektsii po psikhologii. SPb: Soyuz, 2006. 144 s.
6. Vygotskiy L.S. Pedagogicheskaya psikhologiya. M.: AST Astrel' Khranitel', 2008. 671 s.
7. Vygotskiy L.S. Problemy vozrasta. Sobr. soch. Vol. 4. M., 1984. 250 s.
8. Diagnostika i korrektsiya psikhicheskogo razvitiya doshkol'nika / Pod red. Ya.L. Kolominskogo. Mn.: Universitetskae, 1997. 237 s.
9. Zakharov A.I. Nevrozy u detey i psikhoterapiya. SPb., 2004. 336 s.
10. Zdorov'e detey: biologicheskie i sotsial'nye aspekty. Metod. posobie / Pod red. M.G. Romantsova. SPb.: Rossiyskiy gosudarstvennyy pedagogicheskiy universitet im. A.I. Gertsena, 1999. 48 s.
11. Leont'ev A.N. Filosofiya psikhologii. M.: Izd-vo MGU, 1994. 285 s.
12. Maslou A. Samoaktualizatsiya. Psikhologiya lichnosti / Pod red. Yu.B. Gippenreyter, A.A. Puzyreya. M., 1983. 456 s.
13. Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya; Uchebnoe posobie 4-e izd. / Pod redaktsiey I.V. Dubrovinoy. SPb.: Piter, 2004. 592 s.
14. Psikhicheskoe zdorov'e detey i podrostkov v kontekste psikhologicheskoy sluzhby. Rukovodstvo prakticheskogo psikhologa / Pod red. I.V. Dubrovinoy. 4-e izd. Ekaterinburg: Delovaya kniga, 2000. 176 s.
15. Psikhologicheskii slovar' / Pod red. V.P. Zinchenko, B.G. Meshcheryakova. M.: AST, AST Moskva, Praym-Evroznak, 2009. 440 s.
16. Psikhologiya: Slovar' / Pod obshch. red. A.V. Petrovskogo, M.G. Yaroshevskogo. M.: Politizdat, 1990. 494 s.
17. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla. M., 1990. 380 s.
18. Entsiklopedicheskiy slovar' meditsinskikh terminov. M.: Meditsina, 2005. 600 s.

#### **ДАнные ОБ АВТОРЕ**

**Безуглая Татьяна Искандяровна**, доцент кафедры педагогики и современных образовательных технологий, кандидат педагогических наук; доцент

*Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта*

*ул. А. Невского, 14, г. Калининград, 236041, Российская Федерация  
tbezuglaya@inbox.ru.*

**DATA ABOUT THE AUTHOR**

**Bezuglaya Tatjana Iskjarovna**; associate professor of pedagogics and modern educational technologies, candidate of pedagogical sciences; associate professor

*Baltic federal university of a name of Immanuel Kant*

*14, A. Nevsky Str., Kaliningrad, 236041, Russian Federation*

*tbezuglaya@inbox.ru.*