

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РЕКРЕАЦИОННОЙ ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

В статье очерчены актуальные проблемы рекреационной психологии детства, раскрываются основные направления работы психологической службы в детских рекреационных учреждениях.

Ключевые слова: рекреационная психология, психологическое сопровождение, психическое здоровье, школьники-рекреанты, саморазвитие личности.

Актуальной и одной из наиболее важных проблем современного общества является сохранение психического и физического здоровья молодого поколения, формирование духовно богатой, гармонично развитой, творчески одаренной личности. Одним из направлений психологической науки, которое призвано решать эту глобальную для социума проблему является рекреационная психология, и в частности, рекреационная психология детства.

Здоровье как физическое, так и психическое зависит от многих факторов: социальных, экономических, экологических и т.д. Урбанизация, поток информации, темп жизни, который постоянно ускоряется, приводят к перегрузке психической деятельности ребенка, создают трудности в его психологической ориентации, психологические проявления стрессорной реакции в ряде случаев приводят к заболеваниям, к психическим нарушениям.

Современные психологические исследования показывают, что у большинства школьников существуют проблемы личностного развития, связанные с адекватностью самооценки и самоидентичностью, тревожностью, невротическими нарушениями, самоотношением, волевым самоконтролем и мотивацией достижений, с коммуникативными барьерами, чувством гражданственности и проявлениями асоциального поведения, с пониманием важности развития себя как личности, с осознанием важности личностных и психологических аспектов профессионального самоопределения, развитием познавательных процессов, творческого потенциала и другие.

Так сложилось, что оказание психологической помощи детям осуществляется преимущественно на протяжении учебного года, сопровождая учебный процесс, а период летнего отдыха остается без внимания психологов, хотя психологические трудности, проблемы и осложнения в период отдыха не уходят, не разрешаются. Более того, если рассматривать летний период как время восстановления здоровья, в том числе психического, то именно этот период необходимо признать наиболее благоприятным для оказания полноценной психологической помощи, что выступает особенно важным для учреждений организованного детского отдыха, прежде всего работы детских оздоровительных центров, лагерей и т.п.

Под рекреационным периодом мы понимаем период организации жизни субъекта, во время которого он восстанавливает (поддерживает, укрепляет) свое психическое и физическое здоровье. Именно на протяжении этого периода субъект имеет возможность не только отдохнуть, набраться сил, оздоровиться, но и получить новые стимулы и установки для своего саморазвития, переосмыслить определенные этапы своего жизненного пути, поставить перед собой новые задачи и открыть новые перспективы своей дальнейшей деятельности.

Актуальные проблемы рекреационной психологии детства ещё далеки от своего разрешения в плане теоретико-методологических основ и разработки прикладных принципов психологического сопровождения психического здоровья детей и молодежи в рекреационный период, а также пропедевтики у подрастающего поколения знаний о своем психическом здоровье, закладки основ саморазвития интеллектуального и личностного потенциала ребенка.

В психологической литературе зачастую термины "психическое здоровье", "психологическое здоровье", "духовное здоровье" используются как синонимы. В материалах Всемирной федерации психического здоровья термин "психическое здоровье" не сводится к психическим расстройствам, которые являются предметом психиатрии. Приведу некоторые положения содержащиеся там относительно психического здоровья: психическое здоровье - это намного больше, чем просто отсутствие психических заболеваний. Психическое здоровье - это то, что мы все хотим иметь, причем независимо от того, знаем мы, что это такое, или нет. Когда мы говорим о счастье, душевном покое, радости или удовольствии, мы говорим о психическом здоровье. По мнению академика С.Д. Максименко понятие психическое здоровье охватывает пути гармонизации человека, его желаний, амбиций, способностей, идеалов, чувств и сознания [5].

В современной психологии развиваются представления о многоуровневости психического здоровья. Основой такого подхода являются данные о том, что высший уровень психического здоровья связан с адекватным личностным производством смысловых ориентаций, определения общего смысла жизни, жизненных стратегий, отношений к другим, себе – и оказывает регулирующее воздействие на нижележащие уровни. Так, по мнению М. Джеход [4], в эту многоуровневую структуру входят такие компоненты, как: положительное отношение к себе, оптимальное развитие, рост и самоактуализация личности, психическая интеграция (аутентичность, конгруэнтность, личная автономия), реалистическое восприятие окружающих, умение адекватно воздействовать на людей. Уровни психического здоровья можно определить на основе таких показателей, как: отношение к себе; отношение к другим; способность справляться с потребностями жизни.

Существенный вклад в разработку гуманистической концепции психически здоровой личности внесли Г. Олпорт, В. Франкл, А. Маслоу, К. Роджерс и другие. Они предложили следующие черты психически здоровой личности: она свободно ставит перед собой цели и верит в свои возможности достижения жизненных планов. Такие цели, как правило, реальные, т.к. человек способен объективно оценивать свои возможности и способности. Человек берет ответственность за свои поступки. Таким личностям присущи творческие способности. Им присуще уважение к себе и другим, демократичность в отношениях с другими, отказ от лицемерия и манипулирования как способа влияния.

Современные психологические исследования показывают, что у большинства школьников существуют проблемы личностного развития, связанные с адекватностью самооценки и самоидентичности, тревожностью, невротическими расстройствами, самоотношением, волевым самоконтролем и мотивацией достижений, с коммуникативными барьерами, чувством гражданского долга и проявлениями асоциального поведения, с пониманием важности развития себя как личности, а также с осознанием важности личностных и психологических аспектов профессионального самоопределения. Психическое здоровье ребенка связано с его стойкостью к стрессу и дистрессу, т.е. не только познавательных но и эмоциональных перегрузок.

В саморазвитии каждого ребенка, сохранении и коррекции его психического здоровья значительную роль может сыграть психологическое сопровождение в рекреационный период, развивающий и оздоровительный потенциал которого до сих пор в психологической науке недостаточно изучен.

Исходя из того, что рекреационное существование ограничено временным и пространственным интервалом, оно нуждается в психологическом сопровождении как целенаправленной деятельности, направленной на сохранение и реабилитацию психического здоровья школьников, самоактуализацию личности школьника, развитие творческого потенциала (с учетом возрастных особенностей и ведущей деятельности в младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте).

В УДЦ "Молодая гвардия" совместно с кафедрой педагогической и возрастной психологии Южноукраинского педагогического национального университета имени К.Д.Ушинского создан и успешно реализуется проект "Психологические технологии в контексте образовательно-оздоровительной деятельности в УДЦ "Молодая гвардия", основными направлениями деятельности которого являются: научно-практическая; научно-методическая; научно-исследовательская; научно-консультативная работа. Исходя из которых, УДЦ "Молодая гвардия" является творческой экспериментальной площадкой для развития и апробации научных инновационных диагностических, развивающих и реабилитационных психологических технологий саморазвития личности школьников и сохранения их психического здоровья; экспериментальной площадкой для научных исследований в области рекреационной психологии.

Научно-консультативная и просветительская работа ведется с педагогическим персоналом (лекции, тренинги, деловые игры).

Организация психологической службы в заведениях рекреационного типа, требует создания соответствующей модели структуры психологической службы. Исходя из субъектно-деятельностного подхода к развитию многоплановой рекреационной деятельности, она должна включать такие составляющие, как: лечебно-оздоровительная, социокультурная, обучающая, развивающая (коррекционная, формирующая).

Обобщая теоретические и эмпирические исследования проблемы психологического сопровождения можно констатировать отсутствие единого подхода в его понимании.

Сущностная характеристика психологического сопровождения в литературе трактуется в нескольких аспектах: - как один из видов социального патронажа - комплексная система социальной поддержки и психологической помощи, осуществляемая социально-психологическими службами; - как интеграционная технология по созданию условий для восстановления потенциала развития личности, вследствие чего запускаются механизмы саморазвития, которые активизируют собственные ресурсы человека; - как особый процесс отношений между сопровождающим и теми, кто нуждается в помощи, основанный на принципах гуманного отношения к личности, веры в ее силы, квалифицированной помощи и поддержки естественного развития; - как недирективная форма предоставления психологической помощи здоровым людям; - как целостный и непрерывный процесс изучения и анализа, формирования и развития личности, профилактики эмоциональных срывов, психологического перенапряжения.

Теоретически установлено, что психологическое сопровождение вместе с психологическим консультированием, психотерапией и психологической коррекцией, есть одним из основных направлений психологической поддержки личности, которая является важным звеном психологической помощи (система психологических действий, нацеленных на исправление имеющихся недостатков в развитии психических функций и личных свойств), система мероприятий, направленных на снижение эмоционального дискомфорта, укрепление уверенности в возможностях, формирование и установление адекватных отношений с другими людьми.

Успешно организованное психологическое сопровождение разрешает открыть личности возможности самосовершенствования и самореализации. Программа психологического сопровождения должна основываться на условиях системности и целеустремленности, полисубъектности и личностной ориентированности, направленности на формирование ситуации развития личности и тех параметров, которые есть значимыми в каждый из этапов ее рекреационного периода.

Установлено, что психологическое сопровождение необходимо рассматривать как процесс, как целостную деятельность психолога, в рамках которой могут быть выделены три обязательные взаимосвязанные компонента: систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса объекта влияния и динамики его психического развития в процессе выделенного периода.

Психологическое сопровождение должно строиться на принципах научности - осуществление деятельности на основе достижений современной науки с использованием диагностических методик; гуманизации - приоритета интересов личности ребенка; личностно ориентированного воспитания и обучения; сензитивности - учета возрастной периодизации в развитии определенных видов психической деятельности; индивидуального подхода - учета индивидуальных темпов и направленности развития личности; деятельностного подхода - изучения личности в процессе рекреационной деятельности, принимая за главный показатель динамику развития определенных качеств личности; системности - рассмотрения явлений в системе психолого-педагогического процесса и совокупности взаимодействий субъектов оздоровительного процесса.

Перед психологами ставятся задачи: диагностика; развитие; формирование; коррекция; реабилитация и психологическая разгрузка детей и молодежи; выполнение программ личностного развития в рекреационный (оздоровительный) период. Содержание психологического сопровождения носит вариативный и многоуровневый характер.

В методическую часть системы психологического сопровождения включена: базовая психодиагностика (оценка уровня психологического развития); программирование психологического развития (разработка групповой и индивидуальной программы действий); мониторинг и оперативная диагностика (организация обратной связи о состоянии личности); коррекция (применение при необходимости дополнительных мер); настройка (создание адекватного психического состояния); восстановление (компенсация отрицательных следствий).

Психологическое сопровождение проводится поэтапно: 1) подготовительный этап; 2) диагностический этап, выявление проблемных зон, которые требуют изменения и усовершенствование; 3) поисковый этап, апробация влияния разных форм и методов работы психологов в рекреационных учреждениях, направленных на развитие личности школьников; 4) формирующий этап, освоение личностно-развивающих стратегий деятельности и поведения, которое создает условия для саморазвития и увеличения личностных ресурсов в процессе субъект-субъектного взаимодействия с участниками рекреационной деятельности.

Все виды психологической работы со школьниками-рекреантами проводятся с учетом возрастных особенностей и специфики контингента школьников: дети из малообеспеченных и многодетных семей; дети-сироты и полусироты; дети ЛРП (лишения родительских прав); дети из благополучных семей; дети с особыми потребностями (инвалиды); дети, которые состоят на диспансерном учете, одаренные дети. Психологической работой охвачены все три дружины: "Звездная", "Прибрежная" и "Солнечная".

Острая необходимость оказания психологической помощи детям-рекреантам диктуется данными, полученными в

ходе исследований, проведенных психологической службой на базе Украинского Детского Центра "Молодая Гвардия". Систематизация полученных данных позволила очертить довольно широкий спектр проблемных зон детей-рекреантов, таких как: трудности адаптации, повышенный уровень тревожности, фобические, депрессивные, стрессовые и постстрессовые состояния, коммуникационные трудности, проблемы связанные с неадекватной самооценкой, трудности гендерной идентификации, негативный эмоциональный фон и другие.

Анализируя полученные данные необходимо отметить, что каждая возрастная группа имеет свою специфику выраженности тех или иных проблем, которые могут быть связаны как с возрастными и индивидуальными особенностями развития, так и с влиянием социальных условий.

Выявленная выраженность проблемных зон в каждом возрастном периоде выступила основой для разработки и апробации коррекционно-развивающих занятий для детей-рекреантов Украинского Детского Центра "Молодая гвардия", направленных на восстановление, поддержку психического здоровья, развитие творческого потенциала, самоактуализацию личности школьников.

Перспективным в становлении рекреационной психологии детства является развитие ее теоретико-методологических основ, а также накопление эмпирических данных, их обобщение и систематизацию для разработки программ оказания практической психологической поддержки и развития детей и молодежи в рекреационный период.

ЛИТЕРАТУРА

1. Декларація прав дитини.
2. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 3 вересня 2009 р. Про схвалення Концепції Державної програми розвитку державних підприємств "Міжнародний дитячий центр "Артек" і "Український дитячий центр "Молода гвардія".
3. Концепція діяльності Державного підприємства "Український дитячий центр "Молода Гвардія".
4. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности / [Учебное пособие] / Демина Л.Д., Ральникова И.А. – Изд-во Алтайского гос. университета, 2000. – 123 с.
5. Максименко С.Д. Психічне здоров'я дітей / С.Д. Максименко // Авторські програми з психології: Психол. бібліотека. – К., 2002. – С. 4–9.

Подано до редакції 18.11.11
