

## Психопрофилактическая программа как фактор формирования образовательного процесса

Алишер Асадович Файбуллоев  
Бухарский государственный университет

**Аннотация:** В статье рассматривается понятие психологического благополучия, подчеркивается его значение в образовательном процессе и в разработке психопрофилактической программы.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, учащиеся, учителя, психопрофилактическая программа.

## Psychoprophylactic program as a factor in the formation of the educational process

Alisher Asadovich Gaybulloev  
Bukhara State University

**Abstract:** The article examines the concept of psychological well-being, emphasizes its importance in the educational process and in the development of a psychoprophylactic program.

**Keywords:** psychological well-being, students, teachers, psychoprophylactic program.

Важнейшей целью и задачей любой образовательной системы является развитие учащегося как личности, что можно рассматривать в качестве системообразующего компонента образовательной системы. При этом немаловажно создание условий для овладения обучающимися психологическими навыками и умениями, позволяющими личности сохранять позитивное направление в своем развитии в условиях современного мира [6].

Другими словами, современной системе образования необходимо ориентироваться на создание для учащихся развивающей, творческой и, самое важное, безопасной среды. Надо сказать, что успех формирования такой среды во многом зависит, прежде всего, от ключевой фигуры образования - учителя - и в значительной степени от его психологического благополучия. Ряд исследователей отмечают, что при анализе собственно психологического понимания понятия «благополучие» редко применяется понятие «самочувствие», хотя это интегральная характеристика психических состояний

человека. Тем не менее в последние годы в исследованиях российских социальных психологов, большое внимание уделяется проблемам эмоционального психологического самочувствия. При этом отдается предпочтение, прежде всего, исследованию соотношения позитивных и негативных элементов эмоциональной составляющей, поскольку преобладание позитивного настроения приводит к ощущению благополучия.

Ключевым элементом в структуре психологического благополучия выступает именно психологическое здоровье как степень эмоционального благополучия, а психологическое благополучие ребёнка определяется той средой, где он растёт и развивается, которая во многом зависит от взрослых, окружающих его [3]. Образовательная система играет не малую роль в формировании психологического здоровья учащихся. А негативное влияние на здоровье учащихся может оказывать сложный комплекс факторов, входящих в структуру образовательной системы, в том числе и стиль взаимоотношений в системе учитель-ученик. От того, как общается учитель с учащимися на уроке и вне его, как он с ними говорит, как их понимает, во многом зависит и успех обучения, и воспитания, и чувство безопасности и психологического благополучия учащихся. Однако школа не всегда обеспечивает ребенку чувство безопасности. Надо сказать, что неудовлетворенная потребность школьников в благоприятном доверительном общении со взрослыми и в чувстве безопасности обуславливает формирование повышенной тревожности, развитие чувства неуверенности в себе, связанного с неадекватной и неустойчивой самооценкой, со сложностями в личностном развитии [5].

Интерес к проблеме здоровья учащихся массовой школы, в том числе и психического здоровья, не случаен, поскольку распространенность патологии и заболеваемости среди учащихся, к сожалению, не снижается. А временной период обучения в школе в жизни каждого ребенка значителен и приходится на этап формирования его личности. В связи с чем, факторы, обуславливающие проблемы в здоровье учащихся действуют также длительное время и большая суммарная учебно-воспитательная нагрузка в сочетании с недостаточной двигательной активностью, сокращением продолжительности сна и пребывания на свежем воздухе приводит не только к переутомлению детей, снижению их адаптационных возможностей, но и к повышению невротизации, которая в комплексе с неблагоприятными средствами и биологическими факторами способствует формированию клинически выраженных расстройств здоровья [1].

По сути, школа является как бы «пробным камнем» в отношении биологической выносливости и социальной приспособляемости ребенка, поскольку выявляет слабые стороны его нервно-психической организации. При несоответствии интеллектуальных и личностных особенностей ребенка новым,

школьным условиям адаптивные возможности учащегося снижаются, а адаптация ребенка к школе затрудняется [7; 8]. Это - психологическая диагностика, по результатам, которой определяются программы последующей коррекционной работы, выбор направления психологического консультирования и наиболее актуальной тематики психологического просвещения. Кроме того, с помощью психодиагностики необходимо проверять эффективность психопрофилактических мер. Одним из важнейших направлений психопрофилактики должно быть психологическое просвещение. При этом важно перенесение центра тяжести профилактической, коррекционной и реабилитационной работы с учащимися из лечебных в учебные заведения, максимальное приближение ее непосредственно к учащимся. Систематическая работа в области психопрофилактики должна начинаться в младших классах и заканчиваться в выпускных, и проводиться с учетом психологических особенностей разных возрастных периодов, а также с учетом принадлежности учителей, учащихся и родителей учащихся к той или иной этнической общности и должна опираться на фундаментально разработанную методологию на основании проведенных исследований в конкретной школьной экосистеме. Такой подход необходим в связи с тем, что если своевременно не скомпенсировать допсихологические проявления эмоциональной дизадаптации у учащихся, у их родителей и у учителей, то эти проявления могут стать почвой для развития тех или иных психических, или психосоматических заболеваний, в том числе девиантного поведения и наркозависимости. Кроме того, проявления эмоциональной дизадаптации блокируют процесс полисубъектного взаимодействия. Также очень важно знать, какие психологические механизмы лежат в основе проявлений отрицательных эмоций у учителей и учащихся для разработки модели психопрофилактической программы, направленной на формирование адекватной Я-концепции как у учащихся, так и у значимых взрослых (учителей, родителей) и на реорганизацию взаимоотношений между подсистемами "учителя", "учащиеся", "родители" и внутри этих подсистем. Подобная работа необходима для поддержания состояния равновесия школьной экосистемы, которое в свою очередь способствует формированию психологического благополучия в полисубъектном взаимодействии в системе «учитель - учащиеся - родители учащихся» и обеспечивает психологическое здоровье всем ее участникам. Содержание экосистемной интегративной психопрофилактической программы должно определяться выявленными психологическими мишенями, влияющими на эмоциональные состояния у учащихся и у учителей, которые, собственно, и обуславливают этапность в психопрофилактической работе.

Одним из важнейших подходов в разработке психопрофилактической программы являлся интегративный подход, который предусматривает возможность выбора оптимального темпа прохождения этапов и учета индивидуальных особенностей индивида, за счет проводимого психологом согласования с ним целей и задач каждого этапа, а также обсуждения с индивидом выбора используемых методов коррекции и результатов, достигаемых на каждом этапе. Кроме того, интегративный подход позволяет ориентироваться на короткие сроки осуществления эффективного психологического воздействия. Выделены следующие этапы в психопрофилактической программе: "Присоединение", "Когнитивно-поведенческий", "Терапевтический" и «Заключительный». Нам представляется, что психопрофилактика в системе образования должна апеллировать, прежде всего, к здоровой личности, обеспечивая здоровье человека на всем протяжении его жизненного пути, формируя позитивное эмоционально-ценностное отношение личности к себе и внутреннюю картину здоровья. Указанную систему психопрофилактической программы мы называем «Благоприятная эмоциональная среда психологического благополучия участников образовательного процесса».

### Использованная литература

1. Назиржон Рахматович Ахмадов. Подростковый суицид. причины и профилактика. Вестник интегративной психологии. (журнал для психологов). 2021 год, Выпуск 23. 30-34 ст.
2. Ахмадов Назир Рахматович. Суицидальное поведение подростков. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2021 год, Выпуск 22. 13-15 ст.
3. Ахмадов Назир Рахматович. Причины суицидального поведения. Вестник интегративной психологии.(журнал для психологов). 2020 год, Выпуск 21. 60-62 ст.
4. Akhmadov Nazir. Socio-psychological characteristics of the rehabilitation of disadapted adolescents. Integration of Pragmalinguistics, Functional Translation Studies and Language Teaching Processes. International Scientific Conference, December 18-19, 2021
5. Назиржон Рахматович Ахмадов Психологические основы реабилитации дизадаптированных подростков. Fan, ta'lim va amaliyot integratsiyasi ISSN: 2181-1776. Nashr: 03 март 2022. 79-84 ст.
6. Назиржон Рахматович Ахмадов. Ўсмирлар орасида суицид ҳолатларининг содир этилишининг сабаблари. "Инновацион ёндашувлар асосида миллий таълим тизимини такомиллаштириш" мавзусидаги халқаро

илмий-амалий конференция материаллари тўплами. Навоий-2021 йил 23-апрел. 85-88 бетлар.

7. Собирова Д.А. Социальный интеллект как инструмент коммуникативного и организационного взаимодействия. Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2014. Выпуск 2, -С. 59-65.

8. Собирова Д.А. Социальный интеллект как необходимое качество педагога. История российской психологии в лицах: Дайджест. 2016. № 6. С. 353-359.

9. Жабборов Хазрат Хусенович. Психологические особенности идеологического влияния “массовой культуры” на человеческий разум. Социальный психолог журнал для психологов. Основан в 2000 году в Ярославль. 2016 №2 (32). -С. 56-66.

10. Жабборов Хазрат Хусенович. Yoshlarda milliy tarbiya shakllanishining psixologik qonuniyatlari. Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences.VOLUME 2 | ISSUE 1 ISSN 2181-1784 Scientific Journal Impact Factor. SJIF 2021: 5.423.

11. Жабборов Хазрат Хусенович. Ёшларда тахдидларга нисбатан мафкуравий иммунитет шакллантиришнинг таъсирчан психологик услублари. Таълим ва инновацион тадқиқотлар образование и инновационные. Халқаро илмий-методик журнал. Исследования education and innovative research. № 5, 2021 октябрь. - Б. 304-321.

12. Жабборов Хазрат Хусенович. Ўсмирларда мафкуравий иммунитет шаклланишининг психологик омиллари. Pedagogik mahorat. Илмий-назарий ва методик журнал. Бухоро, №3/2018-й.-Б.106-111.

13. Рустамов Шавкат Шухратович. Анализ психологических данных с помощью программы SPSS. Информационная культура современного детства. Сборник статей Международной научно-практической конференции Россия, г. Челябинск. 2019. – С 187-191.

14. Рустамов Шавкат Шухратович. Математическая статистика в системе психологии. “Psixologiya” журнал. Бухара 2020 Выпуск 4, – С 143- 146.

15. Рустамов Шавкат Шухратович. Интеллектуальные тесты АЙЗЕНКА-ГОРБОВА. “Психология” журнал. Бухара 2019 Выпуск 1, – С 102- 106.

16. Рустамов Шавкат Шухратович. Возможности программы SPSS при обработке данных массового тестирования. Вестник интегративной психологии (Ярославль, выпуск 18, 2019. - С. 199-203.

17. Rustamov Shavkat Shuxratovich. Usage Method of SPSS Software in the Processing of Psychological Data. Middle European Scientific Bulletin, VOLUME 14 July, 2021. – P. 49-54.

18. Рустамов Шавкат Шухратович. Кластерный анализ при большом количестве наблюдений (кластерный анализ методом к-средних). Журнал "Психология". – Бухара 2021, выпуск 1, -С. 216- 218.

19. Жумаев Н.З. Агрессивность и педагогическая деятельность. –Бухара. Научные журнал "Психология" 2020 г. Выпуск 1. –С, 45-49.

20. Жумаев Н.З. Подростковая агрессивность. Вестник интегративной психологии. 2020 г. Выпуск 20. – С. 104-109.

21. Жумаев Н.З. Стиль педагогической деятельности и функции педагогического общения.. Вестник интегративной психологии. 2021 г. Выпуск 21. – С. 145-148.

22. Tilavov Muhtor Hasan o'g' li Economic Psychology and Its Priorities International Journal of Scientific Research in Multidisciplinary Studies. Vol.7, Issue.6, pp.47-49, June (2021).

23. Tilavov Muhtor Hasan ogli Ethnopsychological Characteristics of Motivation of Business Activity Business Activity. Vol.5, Iss.3, Pages 38-43, July-September 2021.

24. Мухтор Хасанович Тилавов Лидерский подход к управлению персоналом science and education. ISSN 2181-0842 VOLUME 3, ISSUE 2 FEBRUARY 2022 821-828 ст.

25. Гайбуллаев А.А Особенности эмоционального состояния спортсменов. Вестник интегративной психологии (Ярославль, выпуск 23, 2021. – С. 69-73.

26. G'aybulloyev Alisher Asadovich Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya darslarida hissiy irodaviy sifatlarini rivojlantirish. - Buxoro 2020. –В. 470-472.

27. Гайбуллаев А.А. Эмоционально-волевые особенности спортсменов. Ярославль 2020 - С. 471-473.

28. G'aybulloyev A.A Спортчиларнинг индивидуал психологик хусусиятларини ўрганишнинг ўзига хос жиҳатлари. Psixologiya ilmiy jurnali. Buxoro 2020. –В. 119-122.

29. Гайбуллаев А.А. Психология: происхождение и структура научного факта. Вестник интегративной психологии 19 (19), - С. 115-119.

30. G'aybulloyev A.A. Sportchilarda hissiy-irodaviy sifatlar shakllanishining psixologik mexanizmlari. Psixologiya ilmiy jurnali. 2021, 2-son. Buxoro – В. 92-96.