

Психофізіологічна комп'ютерна діагностика в процесі збереження психічного та фізичного здоров'я

У статті розглядаються теоретичні аспекти проблем збереження психічного та фізичного здоров'я особистості. Представлено авторську модель об'єднуючого програмного комплексу психофізіологічної діагностики за допомогою комп'ютерних технологій.

Ключові слова: психічне та фізичне здоров'я, особистість, психофізіологічна діагностика, газорозрядна візуалізація, Лонгітюд.

В статье рассматриваются теоретические аспекты проблем сохранения психического и физического здоровья личности. Представлена авторская модель объединительного программного комплекса психофизиологической диагностики с помощью компьютерных технологий.

Ключевые слова: психическое и физическое здоровье, личность, психофизиологическая диагностика, газоразрядная визуализация, Лонгитюд.

Внутрішній світ особистості споконвіку привертав увагу філософів, психологів, соціологів, медиків та інших науковців. Процес розвитку особистості тісно пов'язаний із моральними пошуками сучасної людини. Зараз одним із найважливіших є питання морального фундаменту особистості, ролі та значення загальнолюдських духовно-моральних цінностей для людини і суспільства. Сьогодні в умовах матеріальної скрути, складної соціально-політичної та криміногенної ситуації в країні, поширення наркоманії і, як наслідок цього, – зростання кількості ВІЛ-інфікованих доцільно глибоко переосмислити стан виховної роботи в навчальних закладах, його реальний вплив на молодь.

Проблемою розвитку особистості займалися такі видатні психологи, як З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг, К. Хорні, К. Роджерс, Г. Айзенк, О.М. Леонт'єв, В. Вундт, І. Кон, Л. Виготський та ін. Їх дослідження є дуже актуальними для вивчення цієї проблеми. Особистість – це поняття, яке зосереджує в собі все те, що відрізняє одного індивідуума від іншого; найвища інстанція, яка координує психічну діяльність, поведінкову активність; соціальне обличчя людини, “Я” для інших (Асмолов А.Г., Михайлов Ф.Т., Шорохов О.І., Запорожець А.В, Ельконін Д.Б., Гіппенрейтер А.А, та ін.).

Термін “розвиток” характеризується змінами, що з часом, в результаті біологічних процесів та впливу навколишнього середовища, виникають в організмі, психіці та поведінці людини. Як і в будь-якому науковому напрямку, між науковцями існують суперечності і щодо теорії розвитку особистості.

Нині в практиці роботи школи одним із пріоритетних напрямів гуманізації освіти є утвердження здорового способу життя підростаючого покоління.

Формування ціннісних орієнтацій в аспекті проблеми, що розглядається, зумовлене необхідністю збереження й удосконалення їхнього фізичного, психічного та соціального добробуту. Здоров’я є основною умовою розкриття потенціалу кожної особистості. Від того, наскільки успішно вдається сформувати і закріпити охороноздоровчі орієнтації й навички здорового способу життя в молодому віці, залежить реальний спосіб життя людини [2; 8; 12].

У сучасних соціально-економічних умовах зростає роль особистості у збереженні здоров’я. У документах Всесвітньої організації охорони здоров’я (1995 р.) підкреслено, що суспільство усвідомлює відповідальність кожної людини за збереження та підтримку власного здоров’я. Оскільки здоров’я є чинником, без якого зусилля служб національної охорони здоров’я будуть залишатися неефективними [10].

Виховання фізично й психічно здорового громадянина, відповідального за свій стан здоров’я, – важливе завдання вітчизняної педагогіки. В основі шкільних неврозів, що часто проявляються у формі різноманітних захворювань, як правило, лежить фрустрація однієї або декількох дитячих потреб [3; 4].

Керування розвитком та збереженням здоров’я – це цілий комплекс науково обґрунтованих біологічних, соціальних, психологічних, економічних, екологічних програм. Саме тому спосіб життя повинен розглядатися на рівні індивіда, соціальних груп, суспільства загалом, але обов’язково з урахуванням збереження зв’язку з природою та соціальним середовищем.

Здоров’я нації – це майбутнє країни. Світ підходить до третього тисячоріччя, маючи у своїй історії як безсумнівні досягнення в науці, так і трагічні невдачі (смертоносні війни, природні катаклізми, епідемії від невідомих та відомих захворювань тощо).

Майбутнє, безумовно, за молодим поколінням, яке тепер заявило про себе на повний голос. Тільки здорова людина з почуттям оптимізму, психологічною стійкістю, високою розумовою й фізичною працездатністю, здатна активно жити, успішно переболюючи професійні та побутові труднощі.

Здоров'я людини – це насамперед процес збереження й розвитку її психічних та фізіологічних якостей, оптимальної працездатності й соціальної активності за максимальної тривалості життя. Головним питанням здоров'я є здоровий спосіб життя, що налічує 50 – 55% питомої ваги усіх факторів, котрі обумовлюють здоров'я населення. Керування розвитком і збереженням здоров'я – це цілий комплекс науково обґрунтованих біологічних, соціальних, економічних, екологічних програм. Саме тому спосіб життя має розглядатися на рівні індивіда, соціальних груп, суспільства загалом з урахуванням збереження зв'язку з природою та соціальним середовищем.

Розуміння стану здорової людини, її розвитку, підтримка здоров'я протягом тривалого періоду життя мають ґрунтуватися на вмінні діагностувати порушення стану й розвитку людини. Їхня корекція повинна стати початком розвитку освітньо-професійного напрямку психогігієни.

Без створення єдиної парадигми здоров'я, матриці здоров'я (у якій її складові: тіло, душа, дух, розум – безперервно саморегенеруються, взаємопроникають, творять внутрішню саморегуляцію, самоорганізацію, самопородження, породжують динаміку Життєвого Потенціалу: стійкість, мобільність, автономність, само регенерацію), неможливо говорити про моральне, психологічне, соціальне та генетичне здоров'я.

Численні дослідження останніх років демонструють, що близько 40 – 45% дітей, які приходять до першого класу, мають ті або інші відхилення в стані здоров'я. Більш ніж 80% випускників шкіл уже не можна назвати абсолютно здоровими. Спостереження за структурою захворюваності школярів показує, що під час навчання у школі зростає кількість таких захворювань, як: хвороби дихальних шляхів, патологія органів травлення, порушення постави, захворювання очей, нервово-психічні розлади. За останні 10 років внаслідок нервово-психічних розладів у 3,5 рази збільшилася кількість інвалідів [4; 6]. Різно зросла кількість дітей, які страждають на алкоголізм, наркоманію, токсикоманію; збільшилася кількість убивств, самогубств серед школярів. Досі відсутня система служб, котрі мають надавати медико-психологічну й соціально-психологічну допомогу дітям та підліткам.

Спеціальних досліджень зі створення системи навчально-виховної роботи охороноздоровчої спрямованості порівняно небагато (А.Ю.Борисенко, А.М.Моїсеев, О.В.Морозов, А.Я.Найн, С.Г.Серіков, Г.П.Сікорська, Л.З.Штода та ін.) [3].

Дитина – вчитель – батьки

Звернемо увагу на два потоки психіки: буттєвий та духовний. Буттєвий потік психіки включає в себе психофізіологічний (тваринне, несвідоме), психоархетипний (людське несвідоме), психоонтичний (індивідуальне безсвідоме), психоментальний (спільнотнокультурне несвідоме) процеси. Духовний потік психіки складається із психоіндивідуального, психогуманного, психохолістичного та психотрансперсонального ступенів духовного розвитку. Кожен ступінь духовного розвитку характеризується власним, характерним саме для нього, смисловим полем, своїм критичним переживанням, своєю принципово новою метою як новим ідеальним смислом, своїм психічним механізмом само-розвитку та концепцією особистості. На кожному ступені розвитку духовного потоку психіки людина відчуває себе єдиною із найзагальнішим провідним сенсом у ієрархії смислів [5].

Людина стає моральною особистістю тоді, коли вона добровільно підпорядковує свої дії моральним вимогам суспільства, усвідомлює їх значення та зміст, здатна ставити перед собою моральні цілі, виробляти рішення відповідно до конкретних обставин, самостійно оцінювати власні дії та вчинки оточуючих, виховувати себе, протистояти середовищу [1, с. 49].

Морально-духовний світ людини – це динамічна система, що постійно змінюється, вдосконалюється, це система найбільш здатна регулювати себе з ознаками прагнення до удосконалення. Головною ознакою удосконалення є якість. Але все ж таки духовною можна назвати лише особистість із моральним світом, що виступає як система, котра розвивається. Це вічне прагнення людини до пізнання світу: пошуки самого життя – кращого, а не гіршого; пошуки життєвого вдосконалення, прагнення до мети, а не до порожнечі; пошуки чогось, що дає надію, а не призводить до розчарування. Морально-духовний світ особистості, що сповнений різноманітною вже існуючою матерією, безліч ідей та теорій, змушує особистість бути розбірливою [1]. Відомо, що у стосунках та ставленнях особистості найбільш повно поєднуються уявлення про моральні якості, знання моральних норм і вимог, що висуває суспільство, а також фактичний вияв моральних якостей у поведінці та взаєминах із оточуючими [6, с. 29].

Можна стверджувати, що розвиток особистості тісно пов'язаний із її вихованням. “Сьогодні найважливішим завданням сучасного виховного процесу є формування здорової духовно, психічно та фізично розвиненої особистості. Справжнє виховання передбачає гармонійний розвиток фізичних, психічних здібностей людини з раннього віку її життя, а також духовний розвиток” [5].

За останні роки проблема морального виховання досліджувалася в Україні та за кордоном у різноманітних її аспектах. Виховання особистості – це справді вічне питання та вічна проблема людства. Г.С.Сковорода вважав, що тільки в розумному поєднанні теоретичного та практичного у навчально-виховному процесі відбуватиметься оптимальне пізнання учнем природи, законів людського буття, тих духовних символів, що споконвіку наповнювали морально-духовною силою людську особистість [6].

Душа дитини чутлива до всього доброго та прекрасного. Дитина своїм серцем здатна відчувати дуже багато того, про що батьки навіть не здогадуються, вважаючи, що все це вище від її розвитку [7, с.4].

Формування характеру особистості, її розвиток через виховання – найголовніше завдання, котре коли-небудь стояло перед людиною. Ніколи ретельне дослідження цього питання не було таким важливим, як тепер.

Однією із причин девіантної поведінки підлітків, молоді є відсутність культури моральної грамотності. Нездатність людини до прийняття тиску обставин зовнішнього середовища призводить до її психологічної нестійкості, що, у свою чергу, породжує антисоціальні вияви у поведінці. До цього додаються такі фактори, як відсутність сенсу життя, навчання, ізольованість один від одного, неможливість самореалізації, зниження прагнення стати дорослим. Але ж потреби у сенсі життя, один в одному, у творчій самореалізації, прагнення швидше стати дорослим, – це є базові потреби людини. Вони і дозволяють окреслити вихідні проблеми, усвідомлення яких допоможе визначити механізми та інструменти їх вирішення.

На сьогодні немає жодного системного механізму роботи, який орієнтував би на природний здоровий ресурсозберігаючий спосіб життя. Особливо це стосується нового покоління дітей. Паралельно із переорієнтацією свідомості дорослого населення, виникла необхідність масово, системно та цілеспрямовано здійснювати цю роботу з дітьми та молоддю, виховуючи у них потребу в комплексному усвідомленні здоров'я. Виникла необхідність посилення підготовки у сфері надання практичної допомоги у збереженні й розвитку здоров'я: морального, соціального, психічного, фізичного, генетичного, репродуктивного. Наявність у сучасній науці міждисциплінарних досліджень достатньої кількості теоретичних та прикладних досліджень, практичного досвіду з валеопсихології дає змогу вивчати практичні методи пробудження, збереження й розвитку внутрішніх резервів людини.

Необхідно розглядати людину цілісно та системно, у всіх взаємозв'язках її внутрішніх резервів та зовнішніх умов (соціальних, природних, енергоінформаційних).

Нами розроблено модуль цілісного підходу у забезпеченні збереження психічного здоров'я особистості:

- психологія здоров'я як наука і практика пробудження й розвитку внутрішніх резервів людини: психосоматичних, психофізіологічних, психічних, соціальних, моральних;
- методи моніторингу динаміки розвитку комплексного здоров'я (психологічні, медико-біологічні, біоенергоінформативні).

До цього часу накопичено велику кількість даних, котрі стверджують, що неприпустимо розглядати особистість як щось статичне й автоматичне. Однак заперечувати існування таких рис особистості, як екстраверсія, психастенія тощо, неправильно. Життєвий та клінічний досвід свідчить, що люди з такими рисами існують.

Психологічна служба пройшла етап становлення, довівши свою необхідність для соціальної та педагогічної практики. Практичні психологи (соціальні педагоги), виконуючи свої професійні обов'язки, вирішували актуальні завдання сучасної освітянської галузі – оновлення змісту й форм навчально-виховного процесу, психологічний супровід педагогічних новацій, пошук та робота з обдарованими дітьми, захист психічного здоров'я усіх учасників навчально-виховного процесу, профілактика алкоголізму, наркоманії, СНІДу, протиправної поведінки, насильства над дітьми, підвищення психологічної культури учнів, батьків, учителів, керівників освітніх закладів тощо.

Основними завданнями діяльності служби за цей період стало забезпечення якісного психологічного супроводу процесу навчання школярів. За допомогою психофізіологічного тестування виявлено обдарованості дитини, розвинуто її здібності. Впроваджено у практику методику психофізіологічного супроводу учнівської молоді. Розроблено комплексну модель психокорекційної роботи.

Перевагою комп'ютерної психофізіологічної діагностики є можливість, з одного боку, після проведення тестування надрукувати протокол дослідження, психодіагностичний висновок для історії хвороби, іншу документацію, а з іншого боку, помістити ці дані в комп'ютерний банк даних для подальшого їх використання, зокрема як довідкового матеріалу для статистичного аналізу тощо.

Запровадження комп'ютерної психодіагностики у процесі збереження психічного здоров'я особистості знімає суперечність між клініко-психологічними та тестовими методами психодіагностики.

В той же час зберігаються всі існуючі переваги тестового підходу: об'єктивність, менша залежність від суб'єктивних особливостей експериментатора тощо. Випускник школи, знаючи власні психофізіологічні можливості та перелік професій, який відповідає цим можливостям, робить наступний свідомий крок до обраної професії.

Метою, стратегією та завданнями нашого наукового психолого-педагогічного проекту є запровадження інноваційної технології розвитку здатності учнівської молоді до збереження власного фізичного та психічного здоров'я, до навчально-виховного процесу загальноосвітнього навчального закладу.

Основне завдання проекту полягає у розробці та реалізації програмно-методичної системи комп'ютерної психофізіологічної діагностики пізнавальних процесів учнів; складанні психологічної характеристики дитини, що розкриває її розвиток та психологічне здоров'я; для діагностики і коректування уваги, пам'яті, мислення, емоційної поведінки дітей, моніторингу їх протягом навчання. Велике значення має робота над виробленням у дитини власного позиціонування у навколишньому світі, її свідомого сприйняття реальності життя.

Для цього ми використовуємо програмний комплекс ЛОНГИТЮД-ЭДК. Це комп'ютерний набір психофізіологічних діагностичних, дослідницьких та навчальних методик, призначений для навчального використання; вирішення широкого спектру дослідницьких та діагностичних завдань в галузі психології та педагогіки. Лонгитюд – прикладний напрям використання, розроблений на основі експертної системи індивідуального супроводу розвитку дітей Лонгитюд. Зараз ця методика розширюється за рахунок прикладних методик для ширшого діапазону використання в сфері прикладної роботи психолога.

Для моніторингу динаміки фізичного та психічного здоров'я ми використовуємо метод газорозрядної візуалізації (ГРВ), що набув широкого поширення. Наукова новизна та значущість результатів за методом ГРВ підтверджена численними незалежними науковими групами у різних країнах світу.

Метод заснований на реєстрації свічення пальців рук в електромагнітному полі двічі: безпосередньо з поверхні шкірного покриву та через спеціальний фільтр. Фільтр дозволяє розділити активність симпатичного та парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи людини або, іншими словами, розділити активність фізичного та психоемоційного компонента біоенергетичного поля.

За допомогою цієї методики ми досліджуємо:

- скринінгову оцінку психофізіологічного стану та функціональної активності людини;
- оцінку рівня тривожності та стресу;
- динаміку функціональних та тимчасових процесів в організмі;
- визначення психологічного профілю особи;
- визначення впливу психоемоційного стану на здоров'я людини;
- виявлення психосоматичних захворювань;
- спостереження зміни стану організму в часі (моніторинг стану);
- оцінку психічного стану людини;
- оцінку психіки людини в критичних станах;
- оцінку впливу психологічного типу особи на її фізичний стан;
- дослідження змінених станів свідомості (ЗСС);
- моніторинг загального функціонального стану людини для корекції програм, що призначаються;
- дисфункцію організму на ранній стадії.

Отже, психофізіологічна комп'ютерна психодіагностика за допомогою методики Лонгітюд та методу газорозрядної візуалізації дає можливість ранньої діагностики відхилень у фізичному та психічному здоров'ї особистості. Вона доступна для впровадження в широку практику, зручна для зберігання і обробки отриманої інформації, придатна для контролю ефективності корекційної роботи.

Це дозволить своєчасно діагностувати, відновлювати та розвивати фізичне, генетичне, моральне, соціальне, психологічне й екологічне здоров'я дітей, молоді, дорослого населення.

Список використаних джерел

1. Вознюк Н.М. Етико-педагогічні основи формування особистості: навчальний посібник / Н.М.Вознюк. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 196 с.
2. Канкин С.М. Психология здоровья / С.М.Канкин. – СПб.: Союз, 1998. – 107 с.
3. Колісник О.П. Саморозвиток духовної особистості / О.П.Колісник // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – №2. – С. 12-18
4. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М.С.Корольчук. – К.: Фірма "ІНКОС", 2002. – 272 с.
5. Крейн У. Теория развития. Секреты формирования личности / У.Крейн. – 5-е международное изд. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. – 512 с.

6. Кузнєцова О.А. Педагогічні умови формування моральних норм поведінки молодших школярів: Наукове видання / О.А.Кузнєцова. – Миколаїв: Вид-во “ІЛІОН”, 2004. – 154 с.
7. Москалець В.П. Психологія релігії: Посібник / В.П.Москалець. – К.: Академвидав, 2004. – 240 с.
8. Найн А.А., Сериков С.Г. Проблема здоров'я учасників освітнього процесу / А.А.Найн, С.Г.Сериков // Педагогіка, 1998. – № 6. – С.53-57.
9. Оришка С. Рання соціальна реабілітація дітей-інвалідів: перші кроки // Соціальний захист. – 2003. – № 3. – С. – 28.
10. Проблемы здоровьесбережения // Духовное обновление общества. – М.: МВТУ, 1996. – С. 14-21.
11. Сидоренко Т.П. Реабілітація дітей із порушенням психічного розвитку (методичні рекомендації) / Т.П.Сидоренко. – Харків: Український інститут охорони здоров'я дітей та підлітків, 2000. – 26 с.
12. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія / М.І.Хижняк, А.М.Нагорна. – К.: Здоров'я, 1995. – 232 с.

The issue is devoted to the problems of theoretical aspects of saving mental and physical individual's health. The author's model of uniting a computer complex of psychophysiological diagnostics is introduced by computer techniques.

Key words: mental and physical health, personality, psychophysiological diagnostic, gas-discharge visualization, Longitude.

Отримано: 28.01.2011

УДК 371.044+371.398

О.М. Гріньова

Проблема характеру в українській та зарубіжній психології (теоретичний аспект)

У статті досліджуються питання формування характеру в дітей шкільного віку в роботах українських і зарубіжних вчених. Представлено результати теоретичного аналізу розуміння змісту поняття “характер”, особливостей взаємозв'язку становлення характеру та інших феноменів психіки (особистості, темпераменту, волі тощо). Також вивчено підходи вчених до проблем детермінант, співвідношення індивідуального та