

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
Л.Н.ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Л.Н.ГУМИЛЕВА
MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN
L.N.GUMILYOV EURASIAN NATIONAL UNIVERSITY



Әбу Насыр әл-Фарабидің 1150 жылдық,
Абай Құнанбайұлының 175 жылдық және
С.М. Жақыповтың 70 жылдық мерейтойына арналған
«Жаһандану әлеміндегі адамның денсаулық психологиясы»
тақырыбындағы халықаралық ғылыми - практикалық конференцияның

МАТЕРИАЛДАРЫ

2020 жылдың 15 мамыры

МАТЕРИАЛЫ

Международной научно-практической конференции
«Психология здоровья человека
в глобализирующемся мире»
к1150 - летию Абу Насыра аль-Фараби,
175-летию Абая Кунанбайулы и 70 - летию С.М. Джакупова
15 мая 2020 года

PROCEEDINGS

International scientific conference about
«Psychology of human health in a globalizing world»
dedicated to 1150th anniversary of Abu Nasyr al-Farabi,
175th anniversary of Abay Kunanbayuly and
70th anniversary of S.M. Dzhakupova

15 May 2020



Нұр-Сұлтан, 2020

УДК 159.9 (063)
ББК 88,3
П 86

Редакционная коллегия

Қашхынбай Б.Б.-декан факультета социальных наук, (ответственный редактор)

Сламбекова Т.С. - профессор, заведующий кафедрой Социальной педагогики и самопознания

Айкинбаева Г.К. -кандидат педагогических наук, доцент

Мамбеталина А.С. -кандидат психологических наук, доцент

Нурадинов А.С. -кандидат психологических наук, доцент

Рыскулова М.М. -кандидат педагогических наук, доцент

Исаханова А.А. – PhD психологии

Организационный комитет

Ақымбек Г.Ш. -магистр психологии

Бурдесбекова У.И. -магистр педагогики

Құнанбаева А.Ж. -магистр психологии

Лекенова А.-магистр социальной педагогики и самопознания

Психология здоровья человека в глобализирующемся мире: Сб. науч. статей Межд. конф. города Нур – Султана. 15 мая 2020 г. /Под ред. Б.Б. Қашхынбай, Т.С. Сламбековой, Г.К. Айкинбаевой. – Нур –Султан: ЕНУ имени Л.Н. Гумилева. – 498 с.

ISBN 978-601-337-343-0

В настоящий сборник вошли материалы II Международной научно-практической конференции «Психология здоровья человека в глобализирующемся мире» к 1150 – летию Абу Насыра аль-Фараби, 175- летию Абая Кунанбайулы и 70- летию С.М. Джакупова. (город Нур Султан 2020 г.)

Материалы предназначены для молодых ученых, соискателей, студентов, магистрантов, докторантов, интересующимися проблемами психологии.

ISBN 978-601-337-343-0

©ЕНУ имени Л.Н. Гумилева, 2020

©Кафедра социальной педагогики и самопознание

ЕНУ им Л.Н. Гумилева

Желаю всем участникам и организатором конференции плодотворной работы, конструктивного диалога и эффективного взаимодействия!

ЖОО БІЛІМ БЕРУ БАҒДАРЛАМАЛАРЫНДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ МӘСЕЛЕЛЕРІ

Сламбекова Т.С.

*Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, профессор
Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану кафедрасының меңгерушісі*
tolkyn_1969@mail.ru

Ежелгі грек тарихшысы өз заманында Геродот «Адам үшін ең маңызды құндылық ол – денсаулық. Денсаулық жоқ болса, ақыл-ой да үнсіз қалады, өнер де гүлденбейді, күш де ойнамай қалады, байлықтың да пайдасы жоқ» деген. Денсаулық Геродот заманында да құнды болса, бүгінгі ХХІ ғасырда да өз құндылығын жойған емес. Алайда денсаулық мәселесі тамырын тереңге жайғанымен әлде де болса бұл мәселе ашық қалпында.

Олай болса, денсаулық дегеніміз не? Денсаулықтың қандай түрлері бар? Олардың қандай белгілерін атай аламыз? Әлеуметтік денсаулық, психологиялық ... т.б.

«Физиолог И.П.Павлов:«... өкінішке орай, бізге әлі күнге дейін организмнің негізгі принципі – «денсаулық» деп аталатын сыртқы және ішкі біркелі (тұрақтылық) қалыптың айқын анықтамасы жоқ...» - деп денсаулық ұғымының күрделілігіне тоқталса [1], И.И.Брехман «Денсаулық– адамның ерекшелігіне сәйкес өзгермелі ортадағы тұрақтылығы, сонымен бірге сенсорлық, вербалды және құрылымды ақпараттарды қабылдау қабілеттілігі» [2],Н.Амосов, И.И.Брехман, Э.Н.Вайнерлер «Денсаулық - жеке тұлғаның барлық құрамдас бөлігінің, яғни, дене, психикалық, адамгершілік және кәсіби денсаулығы жиынтығының үндестігі мен үйлесімділігі», академик В.П.Казначеев «Денсаулық– ағзаның ұзақ өмір сүру барысында биологиялық және психикалық әрекеттері мен тиімді жұмыс жасауының, әлеуметтік белсенділігінің, сондай-ақ жас ерекшеліктеріне байланысты дені сау ұрпақ жалғастыру қабілеттілігінің сақталуы және дамуы» [3]; Д.Д.Венедиктов «Денсаулық- организмнің қоршаған ортамен динамикалық теңесуі, сондай-ақ, адам бойындағы биологиялық және әлеуметтік нышандардың толық та үйлесімді көрініс беруі» деген ой-тұжырымдар жасаған. Байқасақ, әрбір ой-тұжырымда денсаулық түрлері, белгілері, сипаты, мәні мен мазмұны берілген.

Мұндағы денсаулық түрлері: дене саулығы, психикалық денсаулық, психологиялық (тұлғалық) денсаулық, адамгершілік (рухани), эмоционалдық денсаулық, интеллектуалдық саулық, әлеуметтік саулық және кәсіби денсаулық.

Олай болса, денсаулық - ол гармония, тән мен жанның, тұлға мен қоршаған ортаның, адам бойындағы биологиялық және әлеуметтік нышандардың үндестігі, үйлесімділігі, камфорт. Оның ішінде психологиялық денсаулық - денсаулық түрлерінің үндестігі мен үйлесімділігі, тұрақтылық, сабырлық, сәттілік. Психологиялық денсаулық дегеніміз – психологиялық мәдениет пен психологиялық құзіреттілік.

Психологиялық денсаулықтың, демек тұрақтылықтың, сабырлықтың, ізгіліктің адам өміріндегі маңызын бүгінгі әлемді дүр сілкіндірген пандемия жағдайы дәлелдеді. Өйткені әлемді жаулаған бүгінгі «Covid – 19» миллиондаған адамдардың психикасына зақым әкелуі себепті де, ірі стрессорлар қатарында.

Бүгінде бүкіл адамзат осы жағдайға байланысты алаңдауда, оларды алаңдатып отырған ұрпақ денсаулығы, олардың болашағы, тұрмыс мәселесі, медициналық көмектің тиімділігі және т.б. Және осы аталған жағдайлардың нәтижесінде адамда шаршау, қобалжу, қажу, дегбірсіздену немесе мазасыздану, болашақта өмір сүретін ұрпақ денсаулығының төмендеп кету мүмкіндігі туралы күдік, қауіптену байқалуда.

Олайболса, адам осыжағдайданқалай шығады, одан не талапетіледі? Әрине, осы жағдайдан әрбір тұлғаның психологиялықсауаттылығы, психологиялық мәдениеттілігі, психологиялық денсаулығы ғана алып шығады. Ол дегеніміз саналылық, тұрақтылық, эмоционалдық интеллект, жағдайды шынайы талдай білу, рефлексиялық қабілет, позитивтілік, ақпараттарды дұрыс қабылдау қабілеттілігі, әлеуметтік белсенділік, әлеуметтік иммунитет, өз әрекеттерін ойластыру қабілеті, өзін-өзібақылау, өзін-өзі тану, орташа статистикалық нормаға сәйкес организмнің функционалды қалпы, стрессогендерге тұрақтылық, организмнің резервтік мүмкіндіктерінің болуы, моральдық-еріктік, эмоционалды-мотивациялық бағдарлар.

Социумдағы әр түрлі жағдай мен одан шығу жолын меңгертуде еліміздің ЖОО мамандар да еңбек етуде.

Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінде даярланып жатқан мамандықтар, атап айтқанда «Психология», «Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану», «Педагогика және психология», «Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу» стрессогенді мамандықтардың қатарында. Оны болашақ мамандардың атқаратын педагогикалық-психологиялық іс-әрекеттерінің көпқырлығымен, жауапкершіліктің жоғарлығымен, интеллектуалдық қысымның жоғарлығымен және үнемі кәсіби өзін-өзі жетілдірудің сондай-ақ, стандартты емес ситуациялардың көптеп кездесуімен, тез және тиімді шешім қабылдау қажеттілігімен және т.б. жайттармен түсіндіруге болады.

А.А.Баранов, А.К.Маркова, Л.М.Митина, О.А.Прохоров, А.А.Реан және т.б. зерттеулерінде көптеген мамандардың стресстік жағдайларға төзімділік пен болжанбаған күрделі ситуациялардағы эмоционалды жағдай мен әлеуметтік бейімділіктің деңгейінің төмендігі байқалған. Көптеген дерек көздеріндегі ақпараттарда педагогикалық-психологиялық әрекетпен

айналысушы мамандардың тітіркенгіштік жағдайға, депрессияға, кәсіби дағдарысқа, жұмысқа қабілеттіліктің төмендеуіне, психосоматикалық өзгерістерге тап болатындығы туралы айтылады. Мұның бәрі мамандардың психологиялық денсаулығын сақтай алмауынан, әр түрлі стрессогендерден қорғану механизмдерін қалыптастырмауларынан туындайтыны белгілі. Әрине мұның бәрі бала мен маманның денсаулығына кері әсер ететіндігі анық. Сондықтан бүгінгі маман даярлайтын ЖОО осы жайттардың барлығы, олай болса мамандықтардың ерекшеліктері білім беру бағдарламаларында ескерілуі негізгі шарт. Және бұл жерде маман өзі ғана қорғанбайды, денсаулықты сақтау жолдарын меңгермейді, өзі жұмыс жасайтын субъектінің, социумның психикалық, психологиялық, әлеуметтік және рухани денсаулығын сақтай алады. Өйткені бүгінгі күні қоғамға дені сау ұрпақ пен дені сау маман қажет.

Олай болса, заманауи мамандарды даярлауда психологиялық денсаулықты сақтау мен нығайту жолдарын ескеру басты орында. Оған дәлел Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінде «Психология» (бакалавриат, магистратура), «Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану» білім беру бағдарламасындағы денсаулық психологиясы мәселесі қарастырылатын пәндердің негізгі модульдер қатарында болуы (Кесте - 1).

Кесте 1 - ЖОО білім беру бағдарламалары бойынша пәндер каталогы

Компоненттер	Пәннің аталуы	Семестр	Кредит саны	Нәтижесі
БВ03103 – «Психология» білім беру бағдарламасы				
БП ЖООК	Кәсіби психологиялық денсаулық	5	6	Бұл пән бойынша кәсіби іс-әрекеттің нәтижесі мен жетістіктерінің көрсеткіштері ретінде психологиялық денсаулықтың генезисін, оған әсер ететін факторларды, сондай-ақ, оның превенциясын оқып-үйренеді.
БП ТК	Психофизиология және нейропсихология	6	2	Бұл курсты оқытудың қажеттілігі студенттерде қазіргі заманғы психофизиологияның негізгі әдістерін түсінуді және психикалық процестердің мидың жетілу заңдылықтары туралы білімін қалыптастыруға негізделеді.
БП ЖООК	Медициналық психология	5	6	Психиканың ауытқу немесе бұзылыс себептерін айқындау және талдауды жасай алу, психоневрологиялық, психосоматикалық және соматикалық, бұзылыстар клиникасында дифференциалды-психологиялық диагностика жүргізу, сонымен бірге, пациенттермен жұмыс жасаудағы психологиялық түзету мен оңалту дағдыларын игереді.
БП ТК	Посттравмалық стресс және	8	6	Курстың нәтижесінде студенттер посттравматикалық стресс пен төтенше жағдайдағы

	төтенше жағдайлар психологиясы			жұмыс салдарынан пайда болатын бұзылыстар туралы білім алады, адамның басынан өткен экстремалды жағдайлардан соң пайда болатын психикалық өзгерістер мен психокоррекциялық жұмыс жасау дағдыларын дамытады.
КП ТК	Арттерапия	5	7	Арттерапия психотерапияның әдісі ретінде терең ғылыми сипаттамаға ие, әртүрлі жастағы клиенттердің түрлі проблемаларымен жұмыс істеуде қолданылады. Курс барысында студент изотерапия, музыкатерапия, ертегі терапиясы әдістерін қолдану дағдыларын меңгереді.
6В01823 - «Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану» білім беру бағдарламасы				
БП ТК	Денсаулық психологиясы	6	4	Курс барысында студенттер дене саулығы, психикалық денсаулық, психологиялық әлеуметтік, рухани денсаулық мәні және мазмұнымен танысады. Рухани денсаулық және мәдениет, психотип және денсаулық, әлеуметтік-психологиялық және психосоматикалық дезадаптация, аддиктивті мінез-құлық, тұлғаның психологиялық тұрақтылығы, кәсіби денсаулық, стресс және денсаулық, денсаулыққа қатынас туралы білім алады. Балалар мен педагогтардың психикалық денсаулығын сақтаудағы өзін-өзі реттеу жолдары мен дені сау тұлға психологиясын меңгереді.
6В01103 – «Педагогика және психология» білім беру бағдарламасы				
БП ТК	Психотерапия	6	7	«Психотерапия» курсының мазмұнында қазіргі заманғы психотерапияның теориялық негіздері; әлемдік және отандық психотерапияның жағдайы мен мәселелері; әртүрлі психотерапевтік бағыттардың мақсаты мен тәсілдері, сонымен бірге кәсіби құзыретті психотерапевт тұлғасына қатысты сұрақтар ашып көрсетіледі.
7М03103 – «Психология» білім беру бағдарламасы				
БП ТК	Денсаулық психологиясы: теория, технология, әдіснама	2	3	Денсаулық психологиясының теориясы, технологиясы және әдіснамасы туралы білімді меңгереді.

Олай болса, аталған пәндердің барлығының дерлік мазмұны психологиялық денсаулық мәселелеріне, психологиялық мәдениетті, психологиялық күзіреттілікті қалыптастыруға, адамның өзіне, қоршаған ортаға дұрыс психологиялық қатынасты құруға бағытталған. Яғни адам саналы да жарқын өмір суруі қажет.

Әдебиеттер:

1. КоштоваңцХ. С. Павлов И.П. и его учение// Наука и жизнь. № 6, 2020<https://www.nkj.ru/>

2. Брехман И. И. Валеология - наука о здоровье <https://www.ozon.ru/context/detail/id/29408525/>
3. <https://elibrary.ngonb.ru/catalog/kaznacheev/>
4. 6В03103, 7М03103 – «Психология», 6В01103 – «Педагогика және психология», 6В01823 - «Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану» білім беру бағдарламалары. Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ, 2020 ж.

ПЯТЬ ПРИНЦИПОВ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИКИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

В.Т. Кудрявцев,

*доктор психологических наук,
профессор Международной кафедры ЮНЕСКО «Культурно-
историческая психология детства»
Московского государственного психолого-педагогического
университета
e-mail: vtkud@mail.ru*

Г.К. Уразалиева,

*кандидат философских наук,
доцент социологического факультета
Российского государственного гуманитарного университета
e-mail: urazalieva@bk.ru*

Тело, оно – чье? «Что за наивный вопрос? Конечно же, мое, ну, или ваше...», - скажет читатель. И будет совершенно прав. Уже первые уроки самосознания ребенок получает благодаря ему, телу, переживая его состояния. И себя узнает в нем. Так и получается, что тело оказывается такой принадлежностью нашей личности, такой же ипостасью «человеческого в человеке, как то же самосознание, мышление, речь. И не просто «домом», в котором это «человеческое» живет – активным инструментом его жизни.

За одной оговоркой. Рождаемся мы уже «при теле». Разумеется, человеческим способом, в человеческих условиях, в культуре, а не из первозданного природного лона. Наши родители вначале мечтают о нас, «задумывают», ждут и любят нас еще до того, как мы появились на свет. Даже пуповину, как писал замечательный философ Э.В. Ильенков, у людей принято не перегрызать, а перерезать скальпелем – социальным орудием.

И все же. Тело уже «дано», тогда как говорить, мыслить, сознавать приходится учиться. В том числе, занимая тело человеческим делом с человеческими вещами: от погремушек до персональных компьютеров.

Но что интересно. Ребенок точно так же открывает свое тело и овладевает им, как овладевает он этими вещами. А куда не овладел – оно, можно сказать, не его. Интересный факт: вплоть до пяти-шести недель от