

УДК 371.78

Е.А. Шерешкова,
канд. псих. наук, доцент кафедры психологии развития и педагогической психологии
ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»
г. Шадринск, Россия
О.А. Середкина,
магистрант факультета коррекционной педагогики и психологии
ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет»
г. Шадринск, Россия

Проблема формирования психологического здоровья у детей и юношей в психолого-педагогических исследованиях

Авторы статьи раскрывают понятие «психологическое здоровье» и его критерии. В статье представлен анализ условий, механизмов и факторов формирования психологического здоровья.

Психологическое здоровье, благополучие, адаптация, норма развития, критерии, условия формирования психологического здоровья.

Е.А. Shereshkova,
cand. of psychological sciences, docent of the chair of the psychology of the
development and pedagogical psychology
Shadrinsk state pedagogical university
Shadrinsk, Russia
О.А. Serechkina,
undergraduate student of the faculty of correctional pedagogics and psychology
Shadrinsk state pedagogical university
Shadrinsk, Russia

The problem of the formation of psychological health in children and young people in psychological and pedagogical studies

The author of the article reveals the concept of psychological health and its criteria. The article presents an analysis of the conditions, mechanisms and factors of the formation of psychological health.

Keywords: *Psychological health, well-being, adaptation, the norm of development, criteria, conditions for the formation of psychological health.*

Проблема формирования психологического здоровья детей и юношей вызывает научный интерес современных исследователей. Это связано с необходимостью научного поиска путей, методов и средств оптимизации психического развития детей, а также создания психологических условий для их успешной адаптации к социальной среде. Психологическое здоровье как состояние субъективного благополучия человека, позволяющее ему актуализировать свой личностный потенциал, является важным внутренним условием успешной адаптации человека к социокультурной среде.

К проблеме психологического здоровья в нашей стране обратилась И.В. Дубровина. Она указывала на необходимость изучения психологических аспектов психического здоровья, как совокупности личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации [4].

Разработкой понятия «психологическое здоровье» занимались В.Э. Пахальян [17], А.В. Шувалов [19], В.И. Слободчиков [19], О.В. Хухлаева [25], М.Г. Иванова [6], Р.М. Хусаинова [24], В.Н. Коновальчук [11], С.И. Оксанич [15] и др.

А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский [18], В.Э. Пахальян [17], Р.М. Хусаинова [24]

понимают психологическое здоровье через состояние внутреннего субъективного благополучия. А.В. Петровский и М.Г. Ярошевский указывает на отсутствие болезненных психических явлений у психологически здорового человека [18]. В.Э. Пахальян подчеркивает, что это состояние обеспечивает человеку выбор действий, поступков и поведения в ситуациях ее взаимодействия с окружающими объективными условиями [17]. Р.М. Хусаинова утверждает, что такое состояние выполняет функции организации, регуляции, обеспечения целостности жизненного пути [24]. Л.Д. Демина и И.А. Ральникова рассматривают психологическое здоровье как духовное благополучие личности, основу осуществления личностных выборов и личностной ответственности [3]. М.Г. Иванова полагает, что психологическое здоровье личности представляет собой ощущение эмоционального благополучия [6].

О.В. Хухлаева [25], Т.В. Башкирева [2] связывают понятие «психологическое здоровье» со способностью человека адаптироваться к окружающей действительности и поддерживать баланс, гармонию между личностью и социумом. О.В. Хухлаева для описания психологического здоровья в качестве одного из ключевых использует слово гармония, понимая под ней равновесие как внутри человека, так и между человеком и окружающей средой [25]. Т.В. Башкирева определяет психологическое здоровье как совокупность адаптационных особенностей и способностей человека, проявляющихся в гармонии субъектного, личностного развития [2]. О.В. Завгородняя понимает психологическое здоровье как состояние тесного контакта человека со своей внутренней реальностью и реальностью внешней, которое позволяет ей самовыражаться в жизненной практике [5].

Е.Р. Калитиевская, В.И. Ильичева понимают психологическое здоровье как состояние, которое позволяет человеку выступать активным и автономным субъектом собственной жизни в изменяющемся мире. [8].

А.В. Шувалов [19], Н.Н. Колотий [10], М.С. Мышкина, Т.Н. Клюева [9] рассматривают психологическое здоровье через понятие нормы развития.

А.В. Шувалов указывает, что основу психологического здоровья человека составляет нормальное развитие субъективной реальности в онтогенезе. Психологическое здоровье – это состояние, характеризующее процесс и результат нормального развития субъективной реальности в пределах индивидуальной жизни. При этом норма понимается как то лучшее, что возможно в конкретном возрасте для конкретного человека при соответствующих условиях развития [19].

Н.Н. Колотий рассматривает психологическое здоровье как показатель, дающий возможность определить качество психического развития человека на любом этапе онтогенеза. Под качеством психического развития автор понимает уровень психологического благополучия личности, а также особенности ее индивидуального развития. Н.Н. Колотий понимает психологическое здоровье как систему качественных характеристик развития личности на разных возрастных этапах, которая выражается в особенностях индивидуально-психологических свойств личности, взаимоотношений с социумом, процессов саморегуляции и саморазвития, реализации потребностей [10]. В.И. Стець, О.О. Волошин понимают психологическое здоровье как показатель личностного развития [21].

В.Н. Коновальчук рассматривает психологическое здоровье как системное образование психики человека, которое включает структурные компоненты, обеспечивая ее функциональный баланс. При дисфункции психологических защит дестабилизируется психика личности, нарушается состояние психологического здоровья [11].

И.М. Щербакова связывает психологическое здоровье с духовностью личности. По ее мнению, чем более духовно развитой является личность, тем сознательней ее отношение к

себе, к своему здоровью [27].

Таким образом, психологическое здоровье рассматривается как состояние субъективного благополучия, которое является условием и результатом успешной адаптации человека к окружающей действительности и обеспечивается осознанной субъектностью личности.

Остро встает вопрос о выделении критериев и показателей психологического здоровья как уровня субъективного благополучия личности, которое выражается с одной стороны в уровне удовлетворенности человека собой, своей деятельностью и взаимоотношениями с другими людьми, с другой стороны – уровнем актуализации своих потребностей и возможностей.

М.Г. Иванова выделила структурные и функциональные показатели психологического здоровья. К структурным показателям она отнесла показатели, определяющие соотношение компонентов структуры личности: благополучие, гармоничность личности. К функциональным показателям она отнесла: адаптированность, уравновешенность, устойчивость, согласованность [6].

Среди показателей психологического здоровья автор выделяет стабильные и вариативные, которые обусловлены возрастом. К стабильным показателям она отнесла параметры эмоционального состояния, которые являются маркером психологического здоровья человека в онтогенезе. К вариативным показателям она отнесла параметры социально-психологической адаптированности и интеллектуально-личностные особенности личности.

По мнению автора, интеллектуально-личностные особенности детерминируют состояние психологического здоровья. Пол и возраст обуславливает выраженность и иерархию показателей психологического здоровья личности.

М.Г. Иванова выделены три типа психологического здоровья личности. Для личности первого типа характерны низкий уровень адаптированности, пассивность, эмоциональный дисбаланс, «уход» от проблем. Для второго типа характерны активность, высокая адаптированность, эмоциональная уравновешенность, эмоциональное благополучие. Третьему типу присущи адаптированность, высокая активность, склонность к доминированию, неуравновешенность, эмоциональное напряжение [6].

Проблемой развития акмеологических ресурсов психологического здоровья молодежи занималась М.В. Хватова. Она выделила инвариативные и вариативные свойства акмеологического ресурса психологического здоровья личности. К инвариативным она отнесла продуктивность, социальность и самоактуализацию личности, а к вариативным – личностные притязания, систему целеполагания, достижения в деятельности, самооценку и др. [23].

Автором исследования предложены критерии сформированности акмеологических ресурсов психологического здоровья личности: общая удовлетворенность, целеполагание, продуктивность в решении жизненных проблем, активность в преодолении препятствий, готовность к трудностям, избирательность в приоритетах, антиципация будущего, социальный статус, создание своего жизненного пространства.

М.В. Хватова утверждает, что формирование психологического здоровья возможно через развитие акмеологического ресурса. Ей выделены психологические условия его развития:

- адаптационные (умение адекватно воспринимать непредвиденные явления, умение подстраиваться под темп жизненных событий, умение действовать в стрессогенных обстоятельствах и реагировать на острые ситуационные воздействия);
- антропоцентрические (востребованность человека в окружающей среде, умение поддерживать высокий статус в системе межличностных отношений, контролировать

обстоятельства);

– феноменологические (умение самореализации и ценностной ориентация личности) [23].
Автором выделены факторы развития акмеологического ресурса психологического здоровья личности: деятельностный, институциональный, социальный, межличностный, внутриличностный. Эти факторы оказывают влияние на восприятие себя и своего психологического здоровья личностью, а также на психологическое здоровье в целом.

В исследовании разработаны психологические механизмы развития акмеологических ресурсов психологического здоровья личности:

- преобразование личностных свойств (самоограничение потребностей, эмоционально-волевая регуляция деятельности, иерархия и направленность ценностей, осознанные нравственные нормы, смысловую личностная ориентацию);
- оптимизация состояний (осознание удовлетворенности потребностей, осознание достижимости целей, ощущение самоэффективности, готовность действовать в трудных жизненных обстоятельствах);
- расширение функций (интеграция внутренних ресурсов деятельности, иерархизация целей и задач, планирование жизненной перспективы, поддержание системы межличностных отношений).

Н.П. Бабакова выделила показатели нарушений психологического здоровья: тревожность, агрессивность, враждебность, плохое самочувствием, отсутствие активности, сниженный фон настроения, неадекватная самооценка [1].

Автор разработала двухуровневую целостную технологию, направленную на коррекцию, стабилизацию показателей психологического здоровья, повышение показателей самочувствия, активности, настроения, самооценки.

С.А. Панченко полагает, что отклонения в психологическом здоровье являются следствием длительных противоречий между актуальными потребностями возраста и проблемами социализации, нарушениями личностного развития подростков. Подростковый возраст является критическим, что приводит к закономерным нарушениям психологического здоровья, а в старшем подростковом возрасте они приобретают устойчивый характер, который определяет все последующее развитие [16].

С.А. Панченко считает, что толерантность является важным условием сохранения психологического здоровья подростка. Формирование толерантности предполагает развитие толерантных установок по отношению к себе, к другим людям, к окружающему миру, которые позволяют подростку сохранить гармонию с самим собой и с окружающей средой. Толерантное сознание способствует целостности «Я-образа» личности, устойчивости и стабильности психики.

Показателями психологического здоровья личности являются: а) самопонимание и самопринятие; б) понимание и принятие других; в) умение жить настоящим; г) осмысленность жизнедеятельности; д) принятие ответственности за свою жизнь.

С.А. Панченко разработала модель и программу сохранения психологического здоровья подростков через развитие толерантности и создание толерантной образовательной среды [16].

Соколовская Л.Б. считает, что психологическое здоровье молодого человека опосредуется духовно-творческим потенциалом личности. Духовно-творческий потенциал проявляется в самосознающим, самодеятельном и самоустраемленном характере жизнедеятельности человека, в движении в сторону индивидуализации и универсализации психического развития [20].

Автором выделены внутренние и внешние психологические условия развития духовно-творческого потенциала личности: интеграция личностных процессов, активизация диалектического мышления личности и развитие навыков самоорганизации

личности.

Л.Б. Соколовской предложена авторская интегративная модель формирования психологического здоровья молодого человека, включающая в себя компоненты: актуализация духовно-творческого потенциала личности, доверие миру и управление собой и своей жизнью [20].

В.В. Кудряшова полагает, что для юношества показателями психологического здоровья являются характеристики, связанные с возрастными особенностями и новообразованиями, специфичными для данного возрастного этапа [13].

В.В. Кудряшовой разработана авторская модель психологической службы педагогического колледжа, которая способствует позитивной динамике показателей психологического здоровья студентов [13].

М.Н. Коркоценко выделила педагогические условия психологического здоровья детей в образовательной среде: признание таких ценностей, как любовь, забота, доверие; уважение педагогов и обучающихся друг к другу; психологический комфорт для всех участников педагогического процесса; творческая активность педагогов и обучающихся, интеллектуальная инициатива, сотворчество и соуправление педагогического коллектива [12].

А.В. Медведев утверждает, что конструктивным фактором развития психологического здоровья студентов вуза является самоактуализация их личности. Деструктивным фактором психологического здоровья студентов является тревожность. В структуре тревожности наиболее представлены компоненты, имеющие социальную и учебно-профессиональную составляющую [14].

С.И. Оксанич считает, что для формирования психологического здоровья студентов медицинского колледжа необходимо использовать социально-психологический тренинг. Тренинг способствует налаживанию отношения членов группы через развитие чувства защищенности и уверенности в себе. Тренинг включает в себя упражнения на осознание потребностей и ценностных ориентаций при решении проблемных ситуаций, связанных с психологическим здоровьем студентов, на развитие готовности к социальной активности, направленной на выбор позитивной самореализации [15].

Е.А. Шерешкова полагает, что повышению уровня психологического здоровья способствует формирование осознанного отношения к психологическому здоровью у подростков, которое осуществляется посредством специально смоделированной программы [26].

О.В. Хухлаева предложила формировать психологическое здоровье в соответствии с его уровнями [25].

К высшему уровню психологического здоровья – креативному – она относит людей с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности, наличием созидательной позиции. К среднему уровню – адаптивному – отнесены люди, в целом адаптированные к социуму, однако имеющие несколько повышенную тревожность. Низший уровень – это дезадаптивный, или ассимилятивно-аккомодативный. К нему отнесены люди с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации и использующие для разрешения внутреннего конфликта либо ассимилятивные, либо аккомодативные средства.

Таким образом, психологи рассматривают процесс формирования психологического здоровья как процесс актуализации духовного, экмологического, личностного потенциала человека. Методом актуализации личностного потенциала является тренинг личностного роста.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бабакова, Н.П. Особенности коррекции психологического здоровья в юношеском возрасте / Н.П. Бабакова. – Ростов на/Д, 2007. – 196.
2. Башкирева, Т.В. Общие критерии психического, психологического, социального / Т.В. Башкирева // Мир психологии. – 2007. – № 2. – С. 140-151.
3. Демина, Л.Д. Психологическое здоровье и защитные механизмы личности / Л.Д. Демина, И.А. Ральникова. – Барнаул : АТУ, 2000. – 121 с.
4. Дубровина, И.В. Психологическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы : метод. пособие для дет. практиков психологов учреждений образования / И.В. Дубровина. – Екатеринбург : Деловая книга, 2000. – 170 с.
5. Завгородняя, О.В. Психологическое здоровье человека: теоретические и прикладные аспекты : монография / О.В. Завгородняя, Л.О. Курганская. – К. : Информационно-аналитическое агентство, 2008.
6. Иванова, М.Б. Структурные, функциональные и динамические характеристики психологического здоровья личности : дис. ... канд. психол. наук / М.Б. Иванова. – Кемерово, 2010. – 242 с.
7. Калитиевская, Е.Р. Психическое здоровье как способ бытия в мире: от объяснения к переживанию / Е.Р. Калитиевская // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. – М. : Смысл, 1997. – С. 29-34.
8. Калитиевская, Е.Р. Адаптация или развитие: выбор психотерапевтической стратегии / Е.Р. Калитиевская, В.И. Ильичева // Психологический журнал. – 1995. – № 1. – С. 115-121.
9. Мышкина, М.С. Состояние психологического здоровья детей дошкольного возраста в условиях вариативной образовательной среды / Т.Н. Ключева, М.С. Мышкина, В.Э. Пахальян // Прикладная психология. – 2001. – № 2.
10. Колотий, Н.Н. Особенности социально-психологической адаптации первоклассников к условиям обучения в динамике года / Н.Н. Колотий, С.Н. Цилюрик // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке : материалы Междунар. конгр. – М., 2004. – С.68.
11. Коновальчук, В.Н. Теория вариативного развивающего начального образования с позиции аксиологического подхода / В.Н. Коновальчук // Образование. Наука. Инновации. Южное измерение. – 2007. – № 1. – С. 20-24.
12. Коркоценко, М.Н. Педагогические условия сохранения психологического здоровья учащихся : автореф. дис. ... канд. пед. наук / М.Н. Коркоценко. – М., 2007. – 24 с.
13. Кудряшова, В.В. Обеспечение психологического здоровья студентов средствами психологической службы педагогического колледжа : дис. ... канд. психол. наук / В.В. Кудряшова. – Ростов н/Д, 1999. – 185 с.
14. Медведев, А.В. Самоактуализация как фактор сохранения психического здоровья студентов вуза / А.В. Медведев, Л.Б. Кузнецова // Вестник Поморского университета. – 2010. – № 1. – С. 117-124.
15. Оксанич, С.И. Психолого-педагогические условия сохранения и поддержания психологического здоровья студентов медицинского колледжа : дис. ... канд. психол. наук / С. И. Оксанич. – Самара, 2007. – 221 с.
16. Панченко, С.А. Развитие толерантности как условие сохранения психологического здоровья подростков : автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ставрополь, 2007. – 24 с.
17. Пахальян, В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст / В.Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
18. Психология : словарь / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990.
19. Слободчиков, В.И. Антропологический подход к решению проблемы психологического здоровья детей / В.И. Слободчиков, А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2001. – № 4. – С. 91-105.
20. Соколовская, Л.Б. Актуализация духовно-творческого потенциала личности как фактора психического здоровья молодого человека : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Л.Б. Соколовская. – Красноярск, 2001. – 23 с.

21. Стець, В.И. Психологическое здоровье подростков и особенности его оценки / В.И. Стець, О.О. Волошин // Педагогическая наука: теория, история, инновационные технологии. – 2010. – № 1.
22. Федоренко, Л.Г. Психологическое здоровье в условиях школы: психопрофилактика эмоционального напряжения / Л.Г. Федоренко. – СПб. : КАРО, 2003. – 208 с.
23. Хватова, М.В. Психологические факторы развития акмеологических ресурсов психологического здоровья молодежи / М.В. Хватова // Вестник ТГУ. – 2011. – № 8 (100). – С. 132.
24. Хусаинова, Р.М. Зависимость психологического здоровья учителя от возраста и стажа педагогической деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Р.М. Хусаинова. – Казань, 1999. – 20 с.
25. Хухлаева, О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников / О. В. Хухлаева. – М. : Академия, 2003. – 176 с.
26. Шерешкова, Е.А. Изучение особенностей отношения к психологическому здоровью у подростков воспитанников интерната / Е.А. Шерешкова // Вестник Костромского государственного университета. Сер. Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2007. – № 2.
27. Щербакова, І. М. Духовний вимір психологічного здоров'я особистості в сучасному глобалізованому просторі / І. М. Щербакова // Проблеми сучасної психології. – 2010. – 10. – С. 892-901.

REFERENCES

1. Babakova N.P. Osobnosti korrekcii psihologicheskogo zdorov'ja v junosheskom vozraste [Peculiarities of the correction of health in young age]. Rostov-na-Donu. 2007. 196 p.
2. Bashkireva T.V. Obshhie kriterii psihicheskogo, psihologicheskogo, social'nogo [General criteria of mental, psychological, social]. *Mir psihologii* [The world of psychology], 2007, no. 2, pp. 140-151.
3. Demina L.D., Ral'nikova I.A. Psihologicheskoe zdorov'e i zashhitnye mehanizmy lichnosti [Psychological health and protective mechanisms of the personality]. Barnaul: Publ. ATU, 2000. 121 p.
4. Dubrovina I.V. Psihologicheskoe zdorov'e detej i podrostkov v kontekste psihologicheskij sluzhby: metod. posobie dlja detskih prakt. psihologov uchrezhdenij obrazovanija [Psychological health of children and teenagers in the context of psychological service]. Ekaterinburg: Delovaja kniga, 2000. 170 p.
5. Zavgorodnja O.V., Kurganskaja L.O. Psihologicheskoe zdorov'e cheloveka: teoreticheskie i prikladnye aspekty: monografija [Psychological health of the person: theoretical and practical aspects]. K.: Publ. Informacionno-analiticheskoe agentstvo, 2008.
6. Ivanova M.B. Strukturnye, funkcional'nye i dinamicheskie harakteristiki psihologicheskogo zdorov'ja lichnosti. Diss. kand. psihol. nauk [Structural, functional and dynamics characteristics of psychological health of the person]. Kemerovo, 2010. 242 p.
7. Kalitievskaja E.R. Psihicheskoe zdorov'e kak sposob bytija v mire: ot ob#jasnenija k perezhivaniju [Psychological health as the means of being in the world]. *Psihologija s chelovecheskim licom: gumanisticheskaja perspektiva v postsovetskoj psihologii* [Psychology with the person's face: humanistic perspective in post-soviet psychology]. Moscow : Smysl. 1997, pp.29-34.
8. Kalitievskaja E.R., Il'icheva V.I. Adaptacija ili razvitie: vybor psihoterapevticheskij strategii [Adaptation or development: the choise of the psychotherapic stragedy]. *Psihologicheskij zhurnal* [Phylosophy journal], 1995, no. 1, pp. 115-121.
9. Myshkina M.S., Kljueva T.N., Pahal'jan V.Je. Sostojanie psihologicheskogo zdorov'ja detej doskol'nogo vozrasta v uslovijah variativnoj obrazovatel'noj sredy [Condition of the psychological health of the children of pre-school age in the conditions of variative educational environment]. *Prikladnaja psihologija* [Practical pscology], 2001, no. 2.
10. Kolotij N.N., Ciljurik S.N. Osobnosti social'no-psihologicheskij adaptacii pervoklassnikov k uslovijam obuchenija v dinamike goda [Peculiarities of social psychological adaptation of first-class pupils to the conditions of studying during the year]. *Zdorov'e, obuchenie, vospitanie detej i molodezhi v XXI veke: materialy mezhdunar. kongr.* [Health, education, up-bringing of children and young people in XXI century]. Moscow, 2004, pp. 68.
11. Konoval'chuk V.N. Teorija variativnogo razvivajushhego nachal'nogo obrazovanija s pozicij aksiologicaleskogo podhoda [Theory of variative developing primary education from the position of axiological approach]. *Obrazovanie. Nauka. Innovacii. Juzhnoe izmerenie* [Education. Science. Innovations. South Observation],

2007, no. 1. pp. 20-24.

12. Korkocenko M.N. Pedagogicheskie uslovija sohraneniya psihologicheskogo zdorov'ja uchashhihsja. Avtoref. diss. kand. ped. nauk [Pedagogical conditons of keeping of pscycological health of the schoolchildren]. Moscow, 2007. 24 p.
13. Kudrjashova V.V. Obespechenie psihologicheskogo zdorov'ja studentov sredstvami psihologicheskoy sluzhby pedagogicheskogo kolledzha. Diss. kand. psihol. nauk [Proving the psychological health of students by means of psychological service of pedagogical college]. Rostov na Donu, 1999. 185 p.
14. Medvedev A.V., Kuznecova L.B. Samoaktualizacija kak faktor sohraneniya psihicheskogo zdorov'ja studentov vuza [Self activation as the factor of mental health of students of higher educational establishment]. *Vestnik Pomorskogo universiteta* [*Herald of Pomorsk University*], 2010, no. 1, pp. 117-124.
15. Oksanich S.I. Psihologo-pedagogicheskie uslovija sohraneniya i podderzhanija psihologicheskogo zdorov'ja studentov medicinskogo kolledzha. Diss. kand. psiholog, nauk [Pscycological pedagogical conditions of keeping and suppoting of psychological health of students of medical college]. Samara, 2007. 221 p.
16. Panchenko S.A. Razvitie tolerantnosti kak uslovie sohraneniya psihologicheskogo zdorov'ja podrostkov. Avtoref. diss. kand. psihol. nauk [Development of the tolerance as the condition of keeping psychological health of teenagers]. Stavropol', 2007. 24 p.
17. Pahal'jan V.Je. Razvitie i psihologicheskoe zdorov'e. Doshkol'nyj i shkol'nyj vozrast [Development and psychological health. Pre-school and school age]. Saint-Petersburg: Piter, 2006. 240 p.
18. Psihologija. Slovar' [Philosophy. Dictionary]. In Petrovskogo A.B., Jaroshevskogo M.G. (eds.). 2-e izd., ispr. i dop. Moscow: Politizdat. 1990.
19. Slobodchikov V.I., Shuvalov A.V. Antropologicheskij podhod k resheniju problemy psihologicheskogo zdorov'ja detej [Anthropological approach to the decision of the problems of psychological health of children]. *Voprosy psihologii* [*Questions of psycology*], 2001, no. 4, pp. 91-105.
20. Sokolovskaja L.B. Aktualizacija duhovno-tvorcheskogo potenciala lichnosti kak faktora psihicheskogo zdorov'ja mladogo cheloveka. Avtoref. diss. kand. psihol. nauk [Actualization of spiritual creative potential of the person as the factor of psychological health of a young man]. Krasnojarsk, 2001. 23 p.
21. Stec', V.I., Voloshin O.O. Psihologicheskoe zdorov'e podrostkov i osobennosti ego ocenki [Psychological health of teenagers and peculiarities of its evaluation]. *Pedagogicheskaja nauka: teorija, istorija, innovacionnye tehnologii* [*Pedagogical science: theory, history, innovational technologies*], 2010, no. 1.
22. Fedorenko L.G. Psihologicheskoe zdorov'e v uslovijah shkoly: psihoprofilaktika jemocional'nogo naprjazhenija [Pscycological health in the conditions of schools: pscycoprevention of emotional stress]. Saint-Petersburg: KARO, 2003. 208 p.
23. Hvatova M.V. Psihologicheskie faktory razvitija akmeologicheskikh resursov psihologicheskogo zdorov'ja molodjozhi [Pscycological factors of the development of acmeological resources of psychological health of the youth]. *Vestnik TGU* [*Herald of TSU*], 2011, no. 8 (100), pp. 132.
24. Husainova P.M. Zavisimost' psihologicheskogo zdorov'ja uchitelja ot vozrasta i stazha pedagogicheskoy dejatel'nosti. Avtoref. diss. kand. psihol. nauk [Dependence of psychological health of the teacher on the age and the standard of pedagogical activity]. Kazan', 1999. 20 p.
25. Huhlaeva O.V. Korrekcija narushenij psihologicheskogo zdorov'ja doshkol'nikov [Correction of the disturbance of psychological health of pre-school children]. Moscow: Akademija, 2003. 176 p.
26. Shereshkova E.A. Izuchenie osobennostej otnoshenija k psihologicheskomu zdorov'ju u podrostkov vospitannikov internata [Study of the peculiarities of the relation to the psychological health of teenagers of boarding school]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. Pedagogika. Psihologija. Sociokinetika* [*Herald of Kostroma State University. Series: Pedagogics. Psychology. Sociokinetics*], 2007, no. 2.
27. Shherbakova I. M. Duhovnij vimir psihologichnogo zdorov'ja osobistosti v suchasnomu globalizovanomu prostori [Spiritual world of psychological health in the conditions of modern globalization of space]. *Problemi suchasnoj psihologii* [*Problems of modern psycology*], 2010, no. 10, pp. 892-901.