Научный поиск: личность, образование, культура. 2026. № 3. С. 91–95.
Scientific search: personality, education, culture. 2026. No. 3. Pp. 91–95.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Научная статья
УДК 37.015.3
ББК 88.6
DOI: 10.54348/SciS.2026.3.14

Модель формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки

Ольга Алексеевна Корнилова[1], Азалия Амировна Шакурова[2]
[1,2]Московский городской педагогический университет, Самара, Россия
[1] oa.kornilova30@yandex.ru, ORCID ID: 0000-0002-8647-9985, SPIN: 2216-9192
[2] khasyanova.a@sgspu.ru, ORCID ID: 0009-0009-6126-963X, SPIN: 7124-5368

Аннотация. Статья посвящена проблеме формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки. Выявлены преимущества использования метода моделирования для достижения данной цели. На основе анализа моделей формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью разработана авторская модель. Описаны структурные компоненты модели и направления работы. Дано подробное описание содержания программы, перечислены используемые формы и методы. Подтверждено, что разработанная модель позволяет при соблюдении всех условий и этапов, достигнуть обозначенную цель-формирование ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки.

Ключевые слова: ценностное отношение, психологическое здоровье, модель формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью.

Для цитирования: Корнилова О.А., Шакурова А.А. Модель формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки // Научный поиск: личность, образование, культура. 2026. № 3. С. 91–95. https://doi.org/10.54348/SciS.2026.3.14

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

Original article

Model of forming students' value attitude towards their psychological health in the context of professional training

Olga A. Kornilova[1], Azaliya. A. Shakurova[2]
[1,2]Moscow City University, Samara, Russia
[1] oa.kornilova30@yandex.ru, ORCID ID: 0000-0002-8647-9985, SPIN: 2216-9192
[2] khasyanova.a@sgspu.ru, ORCID ID: 0009-0009-6126-963X, SPIN: 7124-5368

Abstract. The article is devoted to the problem of forming students' value attitude to their psychological health in the conditions of professional training. The advantages of using the modeling method to achieve this goal are identified. Based on the analysis of models of forming students' value attitude to their psychological health, an author's model has been developed. The structural components of the model and the areas of work are described. The content of the program is detailed, and the forms and methods used are listed. It is confirmed that the developed model allows, if all the conditions and stages are met, to achieve the stated goal of forming students' value attitude to their psychological health in the conditions of professional training.

Keywords: value attitude, psychological health, model of forming students' value attitude towards their psychological health.

For citation: Kornilova O.A., Shakurova A.A. Model of forming students' value attitude towards their psychological health in the context of professional training. *Nauchnyj poisk: lichnost', obrazovanie, kul'tura = Scientific search: personality, education, culture.* 2026. No. 3. Pp. 91–95. (In Russ). https://doi.org/10.54348/SciS.2026.3.14

© Корнилова О.А., Шакурова А.А., 2026

Актуальность. Современная ситуация в обществе, которая характеризуется быстрым экономическим и промышленным темпом развития, диктует новые требования к выпускнику вуза. Для того, чтобы быть успешным и востребованным профессионалом, недостаточно овладеть знаниями и навыками, которые содержат образовательные программы. Значительную роль в профессиональном становлении выпускника играет психологическое здоровье, которое способствует результативной деятельности человека. К сожалению, в вузах на данный момент недостаточно организована система психолого-педагогических условий формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью, теоретической и экспериментально обоснованности данной деятельности и кадровых ресурсов. Именно поэтому в рамках настоящего исследования была разработана модель формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки, реализуя которую, можно обеспечить положительную динамику по каждому из показателей ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью.

Методы и организация исследования. *Анализ современных моделей формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью.* В процессе теоретико-методологического анализа и исследовательского поиска мы пришли к убеждению, что формирование ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью связано с методом моделирования. К методу моделирования обращались такие ученые, как А.П. Панфилова [Панфилова, 2008], Н.Ф. Талызина [Талызина,2018], В.А. Ясвин [Ясвин, 2011] и др. По их мнению, моделирование используется при различных видах психологической работы, связанных с проведением опытно-экспериментальной работы. Психологическое моделирование связано с наличием знаний об объекте, субъекте.

В связи с тем, что модель отражает основные характеристики объекта исследования и может полностью заменить объект, при ее создании следует учитывать то, что она предполагает наличие новой информации об объекте. Следовательно, использование метода моделирования является важным аспектом при формировании ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки. Данный метод активно используется в современных исследованиях ценностных ориентаций на здоровье и здоровый образ жизни. Лаконизм, четкость и возможность представить объемное исследование в системе взаимосвязей всех составляющих делают моделирование удобным способом описания всего исследования. Так, в своей модели педагогического содействия студентам университета в формировании ценностной ориентации на здоровье и здоровый образ жизни Х.Б. Цакаева определила содержательные и организационно-педагогические средства последовательного формирования ценностной ориентации на здоровье и здоровый образ жизни студентов на установочно-профилактическом, ценностно-смысловом, диагностико-практическом и рефлексивно-прогностическом этапах. В модели Х.Б. Цакаевой были выделены педагогические условия, уточняющие характер педагогического содействия и применяемые для этого методы и способы деятельности, и детализировано представлена методика работы, предполагающей учет гендерных, культурных и психофизических особенностей студентов и вовлечение их в активную физкультурно-оздоровительную, культурно-досуговую и научно-исследовательскую деятельность [Цакаева, 2021].

В диссертационном исследовании Т.В. Белинской «Психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза» в модели представлены внутриличностные условия, которые влияют на результат развития ценностного отношения к здоровью. К ним автор относит: индивидуальные характеристики как основа своеобразия реакции личности на воздействия извне; потребности как форма связи организма с объектами и явлениями окружающего мира; усвоенные нормы, ценности и эталоны как составляющие прошлого опыта, определяющие специфику исходного отношения личности к здоровью. Среди индивидуальных характеристик, отмеченных в модели, т.е. на них нацелено особое внимание исследователя для определения центральной детерминанты отношения к здоровью, – самооценка, уровень притязаний, уровень субъективного контроля, мотивация к избеганию неудач, мотивация к успеху [Белинская, 2005].

В модели, представленной в диссертационном исследовании Т.Ю. Мысиной, предусматривающей объединенные усилия психолога, учителей и родителей школьников по формированию ценностного отношения к здоровью у старших школьников, отображена интеграция комплекса мер воздействия на личность старших школьников и отмечена роль внешних и внутренних факторов реализации данного процесса [Мысина, 2011].

Выстроенные модели являются основой раз-

работки программы для практического формирования ценностного отношения к психологическому здоровью.

Анализ результатов исследования. *Структурные компоненты модели формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки.* При создании нашей модели мы опирались на результаты теоретико-методологического анализа, позволяющего выделить базовые характеристики ценностного отношения к психологическому здоровью, психолого-педагогические условия, способствующие формированию ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью, наиболее эффективные направления в формировании ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в процессе профессиональной подготовки.

В нашем исследовании цель модели: формирование ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью (ЦОПЗ). Определены следующие задачи: формирование представлений/знаний студентов о психологическом здоровье; развитие личностных качеств, способствующих формированию ЦОПЗ; развитие умений и навыков, обеспечивающих укрепление ЦОПЗ.

Исходя из результатов теоретического анализа подходов к проблеме формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью, для изучения компонентов этого отношения были выделены следующие показатели: для когнитивного – «мировоззренческая ориентация на здоровый образ жизни» и «индивидуальное восприятие опыта»; для мотивационно-ценностного – «мотивационные установки», «удовлетворенность потребностей» и «ценностное отношение к здоровью»; для эмоционально-волевого – «стрессоустойчивость», «субъективное благополучие» и «чувствительность к жизненным проявлениям организма»; для деятельностного – «умение планировать» и «навыки здоровьесбережения».

Модель исследования ориентирована на изучение психолого-педагогических условий формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью: психологических (мировоззренческая ориентация на здоровый образ жизни; устойчивость внутренних морально-ценностных норм; точное восприятие себя, мира и будущего; новизна восприятия; созидательная позиция; автономность; креативность; спонтанность; интенциональность; эмоциональная саморегуляция; свобода от стереотипов; толерантность, способность к обучению у других людей; навыки планирования; навыки здоровьесбережения) и педагогических условий (психологическое просвещение, безопасность образовательно-воспитательной среды, компетентность преподавателей, построение учебных курсов, научно-исследовательская и проектная деятельность, совместная деятельность студента и преподавателя, инновации в образовании, рейтинговая система обучения, воспитательная работа, технические средства обучения, реализация содержания программы формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью).

Деятельность, согласно данной модели, осуществляется в направлениях: обращение внимания обучающегося к смыслу его жизни; познавание собственных сил, потенциала и творческих возможностей индивидуального самовыражения; осознание значения духовных ценностей для себя и других людей деятельности по формированию ценностного отношения к своему психологическому здоровью. Эти направления реализуются в рамках программы формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью.

Основными концептуальными положениями программы по формированию ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью стали следующие утверждения: «здоровье» – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, способность к адаптации в постоянно меняющихся условиях существования; «психологическое здоровье» – это динамическая совокупность психических свойств и состояний личности, которые обеспечивают состояние гармонии, полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности, осознание своей индивидуальности и своеобразия всех окружающих людей, высокий потенциал достижения благополучия в жизни» «ценностное отношение к своему психологическому здоровью – это мировоззренческая ориентация личности, основанная на индивидуальном восприятии своего опыта, связанного с его взглядами, установками, степенью удовлетворенности своих потребностей и реализации собственных жизненных планов, а также способности личности выдерживать различные стрессы, изменения в жизни и умение восстанавливаться после этого, что обеспечивает ему возможность выражать своё психологическое состояние в виде познавательных действий, реакций и переживаний; «психолого-педагогические условия формирования ценностного отношения к своему психологическому здоровью» (когнитивный: индивидуальное восприятие опыта, мировоззренческая ориентация на здоровый образ жизни; мотивационно-ценностный: мотивационные установки, удовлетворенность потребностей, ценностное отношение к здоровью; эмоционально-волевой: эмоциональная саморегуляция, субъективное благополучие, чувствительность к жизненным проявления организма; деятельностный: умение планировать) могут успешно

реализовываться только через деятельность конкретных специалистов, а именно психолога/психотерапевта, коуча и тьютора; психологическое сопровождение является активным психологическим воздействием, направленным на развитие профессиональных и личностных качеств у студентов.

Цель программы: формирование у студентов ценностного отношения к своему психологическому здоровью. Задачи программы: повысить уровень компетентности студентов в вопросах формирования ценностного отношения к своему психологическому здоровью – его компонентов: когнитивного, мотивационно-ценностного, эмоционально-волевого и деятельностного; предоставить студентам необходимые знания о психологическом здоровье, его факторах и способах поддержания; сформировать навыки саморегуляции, управления стрессом, решения проблем и адаптации к изменениям; развитие у студентов положительной самооценки, самопринятия и уверенности в своих способностях; организовать систему раннего выявления и сопровождения студентов, испытывающих проблемы психического здоровья. Предоставить доступ к профессиональным консультациям и услугам.

При реализации программы формирования ценностного отношения к своему психологическому здоровью необходимо опираться на следующие принципы. Принцип гуманистической направленности обеспечивает отношение педагогов к студентам как к субъектам воспитательного и образовательного процесса. Гуманистическая направленность помогает создать условия, в которых студенты чувствуют важность и значимость своего психологического здоровья, а также получают поддержку и понимание со стороны программы и ее участников. Она способствует развитию самосознания, саморазвития и самоактуализации студентов, что является важной основой для формирования ценностного отношения к своему психологическому здоровью; принцип добровольности. При реализации программы участие студента в программе должно быть добровольным и основано на их собственном выборе и интересе. Этот принцип учитывает индивидуальные предпочтения и потребности студентов, создавая условия, в которых они могут активно и свободно включаться в процесс обучения и развития. Принцип добровольности помогает установить эмоциональную связь и вовлеченность студента в процессе формирования ценностного отношения к своему психологическому здоровью. Он уважает индивидуальные права и волю студентов, способствуя более эффективной и приятной обучающей среде; принцип системности и последовательности. Принцип предполагает организацию структурированного и целенаправленного процесса обучения и развития, который последовательно включает в себя различные этапы и компоненты. Принцип системности и последовательности позволяет студентам получить систематическую и последовательную информацию и опыт, в результате чего они смогут более полно осознать и воспринять значение своего психологического здоровья и развить позитивное отношение к нему; принцип активности. Он предполагает активное включение студентов в учебный процесс и создание условий, которые способствуют их активному участию, взаимодействию и самоопределению. Принцип активности помогает студентам активно и сознательно осваивать материалы и навыки, развивать свои способности и саморегуляцию. Он способствует глубокому и продуктивному обучению, формированию позитивного отношения к психологическому здоровью и развитию практической применимости полученных знаний в реальных ситуациях жизни студентов; принцип опоры на внутренний потенциал. Предполагает поддержку и стимулирование роста и развития студентов, основываясь на их внутренних ресурсах, силе и возможностях. Помогает студентам осознать свою самоценность и развивать позитивное отношение к своему психологическому здоровью. Это способствует укреплению и развитию их внутреннего потенциала, способности к саморазвитию и нахождению смысла в жизни; принцип постоянной обратной связи подразумевает регулярную и систематическую обратную связь со студентами для оценки их прогресса, понимания их потребностей и предоставления им необходимой поддержки. Помогает поддерживать связь и диалог между организаторами программы и студентами, что способствует лучшему пониманию их потребностей и прогресса в формировании ценностного отношения к своему психологическому здоровью. Он также помогает внести корректировки и улучшения в программу, чтобы она была более эффективной и соответствовала потребностям студентов; принцип единства теоретических знаний и практических умений и навыков. Интеграция и взаимодействие между теоретическими знаниями и практическими навыками обеспечить глубокое понимание и применение полученных знаний в реальной жизни студентов. Позволяет студентам не только получить теоретическую базу в психологии и психологическом здоровье, но и применить эти знания на практике в своей повседневной жизни. Это поможет им развить практическую применимость и понимание важности ценностного отношения к своему психологическому здоровью.

Программа состоит из 3 разделов – просветительского, консультативного и тренингового. Программа объединяет 35 занятий (по 2 часа). Просветительский раздел программы реализуется в течение 10-ти занятий. В консультативном разделе предусмотрено

проведение 7-ми групповых консультаций и индивидуальных консультаций, проводимых по запросу студентов в течение реализации программы. На тренинговый раздел предусмотрено 18 занятий. Занятия со студентами проводились 1 раз в неделю.

Целью просветительского раздела является формирование у студентов основных теоретических знаний, которые помогут им понять и оценить значимость и влияние психологического здоровья на их жизнь, а также оказать информационную поддержку в области поддержания и укрепления психологического благополучия. Данный раздел представляет собой цикл занятий (10 занятий), в ходе которых глубоко и всесторонне рассматриваются: понятие психологического здоровья, его основные аспекты, факторы, которые влияют на психологическое здоровье, психологическое стратегии и подходы к регуляции здоровья и собственного состояния. В содержании просветительских занятий включены: теоретическая информация, примеры из практической работы, беседы, дискуссии, упражнения или кейс-стади. Студентам предоставляется возможность задать вопросы и провести их обсуждение.

Консультативный раздел программы направлен на предоставление студентам средств и ресурсов, которые способствуют формированию и поддержанию психологического здоровья. Этот раздел также может помочь студентам осознать важность обращения за помощью и составить план действий для получения необходимой поддержки, сохранения и укрепления психологического здоровья. Консультативный раздел программы реализуется в форме индивидуального и группового консультирования. В рамках программы консультационный раздел направлен на осуществление психологической поддержки и развитие ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью.

Цель тренингового раздела программы заключается в создании благоприятных условий для развития практических навыков и компетенций, необходимых для поддержания и укрепления психологического здоровья. В Программе предусмотрено проведение 18 занятий, продолжительность каждого 2 часа. Частота встреч – раз в неделю. Время проведения всего цикла тренинговых занятий – 20 недель. Каждое занятие тренинга раскрывает конкретную тему, связанную с особенностями формирования ценностного отношения к психологическому здоровью, включают в себя вводную, основную и заключительную части, каждая из которых решает свои конкретные задачи, определяющие ее содержание.

Результатом модели формирования ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью» является восприятие психологического здоровья как важной составляющей их жизни и стремление к его достижению и поддержанию.

Выводы. Таким образом, данная разработанная модель позволяет при соблюдении всех условий и этапов достигнуть обозначенную цель – формирование ценностного отношения студентов к своему психологическому здоровью в условиях профессиональной подготовки.

Список источников

Белинская Т.В. Психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза. Дисс. … канд. псих. наук. Москва, 2005. 174 с.

Мысина Т.Ю. Психолого-педагогические условия регуляции психоэмоциональных состояний студентов младших курсов вуза. Дисс. … канд. псих. наук. Самара, 2011. 265 с.

Панфилова А.П. Игровое моделирование в деятельности педагога: учебное пособие. Москва: Академия, 2008. 360 с.

Талызина Н.Ф. Педагогическая психология: учебное пособие. Москва: Академия, 2018. 288 с.

Цакаева Х.Б. Педагогическое содействие студентам университета в формировании ценностной ориентации на здоровье и здоровый образ жизни. Дисс. … канд. пед. наук. Грозный, 2021. 203 с.

Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. Москва: Смысл, 2011. 365 с.

References

Belinskaya T.V. Psychological components of the development of a value attitude to health among students of a pedagogical university. PhD thesis (Psychology). Moscow, 2005. 174 p. (In Russ).

Mysina T.Y. Psychological and pedagogical conditions of regulation of psychoemotional states of university undergraduates. PhD thesis (Psychology). Samara, 2011. 265 p. (In Russ).

Panfilova A.P. Game modeling in the activity of a teacher: a textbook. Moscow: Academy, 2008. 360 p. (In Russ).

Talyzina N.F. Pedagogical psychology: a textbook. Moscow: Academy, 2018. 288 p. (In Russ).

Tsakaeva H.B. Pedagogical assistance to university students in the formation of a value orientation towards health and a healthy lifestyle. PhD thesis (Pedagogy). Grozny, 2021. 203 p. (In Russ).

Yasvin V.A. Educational environment: from modeling to design. Moscow: Sense, 2011. 365 p. (In Russ).

Статья поступила в редакцию 05.03.2026; одобрена после рецензирования 03.04.2026; принята к публикации 16.04.2026.

The article was submitted 05.03.2026; approved after reviewing 03.04.2026; accepted for publication 16.04.2026.