УДК 159.9:616

ВЗАИМОСВЯЗЬ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Н.В. Козлова, М.С. Щеглова (Томск)

Аннотация. Представлены результаты исследования взаимосвязи критического мышления и психологического здоровья студентов вузов. Исследование проводилось на основе оценки взаимосвязи критического мышления с показателями физического, психологического, экологического здоровья и с превентивными мерами. Результаты исследования показывают наличие взаимосвязи критического мышления с возрастом, полом, регулярными физическими нагрузками и превентивными мерами.
Ключевые слова: критическое мышление; психологическое здоровье; превентивные меры.

Жизнь предъявляет все более высокие требования к человеку в условиях неоднозначности и нестабильности современной ситуации. Последнее выражается в нестабильности политического, экономического положения как в стране, так и в мире, постоянно растущем потоке сложной неоднозначной информации, увеличивающемся темпе жизни [2]. Эти аспекты стали аксиомами современной действительности и ставят перед человеком задачи не столько технологического, сколько профессионально-личностного плана [12]. В свете актуальной ситуации (растущая неоднозначность и стрессогенность среды) важным и необходимым для человека становится его здоровье [3, 8, 10], в частности психологическое здоровье, которое выступает основным ресурсом для преодоления стрессовых ситуаций как в рамках жизни в целом, так и в профессии [5, 9].

Заинтересованность в вопросе психологического здоровья проявляется на различных уровнях государственной власти (федеральном, муниципальном). Актуальность проблемы отражается в предпринятых действиях Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации по повышению уровня здоровья населения, в частности психологического здоровья [13]. Кроме того, важность проблематики здоровья подтверждается активностью исследователей разных областей науки (психология, педагогика, социология и т.д.).

Кроме того, вопрос о критическом мышлении активно разрабатывается как в России [4, 11], так и за рубежом [15, 16]. При этом взаимосвязь критического мышления и психологического здоровья в актуальном для нас возрасте была исследована достаточно фрагментарно. Однако в контексте общей неоднозначности и стрессогенности среды нам видится особенно важным рассмотрение вопроса об уровне

критического мышления как аспекта психологического здоровья, где первый, обеспечивая оценку объективных условий собственной деятельности, позволяет на основе оценки ставить цели и планировать собственную деятельность.

Обращаясь к теоретическим основам проблематики психологического здоровья и критического мышления, мы обнаружили богатый научный багаж многолетней деятельности в данном исследовательском поле. В частности, впервые в России о критичности мышлении как характеристике человека говорили еще Б.В. Зейгарник, С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов [14]. Стоит отметить, что в работах указанных авторов критичность мышления рассматривалась в контексте патологии. Такой контекст задавался не просто стремлением научной мысли к решению вопросов болезни, но и актуальностью окружающих их обстоятельств, в которых работали и жили эти успешные ученые и практики. В настоящее же время ставка в обществе делается на ресурсы, потенциал человека. И одним из первых в списке ресурсов является здоровье человека. Психологическая наука отвечает на запрос современности, ставя перед собой острые и сложные вопросы о сути феномена здоровья. Это отражается в бесконечном многообразии понятий: профессиональное здоровье, психическое здоровье, экологическое, духовное и, наконец, психологическое.

Одним из первопроходцев в исследовании феномена здоровья является Г.В. Залевский, создатель биопсихосоционоэтической модели развития личности и здоровья [6]. Г.В. Залевский дает структурно-уровневое описание феномена здоровья, где последнее понимается как системное или интегративное явление, характеризующееся не просто комфортным состоянием человека на различных уровнях бытия. Этому явлению свойствен потенциал, запас определенных сил, возможностей проявления активности, ресурсов на всех уровнях (биологическом, психологическом, социальном и ноэтическом или духовном). «Эти уровни (человека и его здоровья) отражают уровни “человеческих связей с миром”, “взаимодействия с действительностью”, “разные уровни бытия”, которые можно мыслить как “миры (пространства), где совершаются развитие и саморазвитие личности, и которые могут быть структурированы следующим образом: мир (пространство) телесности, психологический (функциональный и душевный) мир, общественный (социальный) мир, духовный, культурный мир”» [7. С. 31]. Таким образом, рассматривая здоровье как интегративный феномен, характеризующийся ресурсным состоянием человека на каждом уровне (биологическом, психологическом, социальном и ноэтическом или духовном) и имеющий структурно-уровневую организацию, Г.В. Залевский придает интегративное понимание феномену здоровья, в том числе и психологического.

В исследовательское поле психологического здоровья входит и представление о критическом мышлении. Анализ зарубежной и отечественной литературы говорит о важности и необходимости решения этого вопроса. В частности, мы обратились к работам Д.Э. Леви [16], который определяет критического мышление как активное и систематическое использование когнитивных стратегий, направленных на изучение, оценку и понимание событий, способность решать проблемы и принимать решения на основе здравого смысла и веских доказательств. При этом критическое мышление, по мнению Д.Э. Леви, включает в себя: поддержание взаимодействия, обладающее одновременно закрытостью и открытостью, а также долей скептицизма при условии, что человек понимает разницу между убеждениями и фактами; стремление в рассуждениях к опоре на факты и логику; объективный сбор, оценка и синтез информации, формирование разумных выводов, суждений, и заключений; рефлексия собственных базовых предположений и убеждений; обращение к второстепенным ценностям; восприятия сходства и различия между явлениями, понимание причинно-следственных связей, снижение ценности логических ошибок и личных пристрастий, таких как отказ от упрощения и чрезмерных обобщений, развитие толерантности к неопределенности; обращение к альтернативным точкам зрения и объяснения, а также способность принятия решений.

Таким образом, Д.Э. Леви [16] в своей работе дал обширное определение и понимание критического мышления, которое характеризуется активной позицией человека к жизни, к принятию решения, рефлексивностью и т.д.

Альянс обоих ресурсов, вероятнее всего, позволит человеку быть более успешным на всех жизненных этапах. Одним из наиболее важных жизненных этапов является юность, когда человек, находящийся перед выбором (профессиональное самоопределение), в неопределенности новой социальной ситуации (поступление в вуз и обучение), должен делать выбор, осваивать новые социальные роли (студент) и психологические реалии жизни (самостоятельность, ответственность).

Понимая важность и необходимость исследований по проблематике критического мышления и психологического здоровья, мы провели исследование взаимосвязи критического мышления и психологического здоровья студентов высшей школы, обоснованное не только актуальностью выбранной проблематики, но и значимостью возрастного периода.

Исследование проводилось на базе факультета психологии Томского государственного университета. Выборку составили 35 студентов первого и второго курсов, обучающихся на специальностях «Психология» и «Клиническая психология», 27 девушек и 8 юношей в возрасте от 18 лет до 21 года. Исследование проводилось с применением методики «Вопросник жизненного стиля и уровня здоровья» Р. Страу-

ба, адаптированной Г.В. Залевским [8], и опросника «Critical Thinking Question-naire (CTQ)» Й. Шарпа [15], адаптированного нами в рамках дипломной работы. Адаптация методики заключает в себе перевод текста опросника и собственно адаптацию к российскому менталитету, которая проводилась студентами старших курсов факультета психологии Томского государственного университета, уже имеющими опыт адаптации иностранных методик.

В ходе исследования были выделены особенности здоровья и критического мышления студентов. Корреляционный анализ с применением статистической программы IBM SPSS Statistic (версия 19) позволил определить наличие взаимосвязи критического мышления с полом, возрастом по шкалам «Вопросника жизненного стиля и уровня здоровья»: «Зарядка и физический фитнес» и «Превентивная практика здоровья» (таблица).

Результаты корреляционного анализа. Коэффициент корреляции Пирсона

Показатель		Шкала			
		Возраст	Пол	Зарядка и физический фитнес	Превентивная практика здоровья
Критичность мышления	Корреляция Пирсона	,433	,380	,278	–,324
	Знч. (2-сторон)	,009	,024	,106	,058
	n	35	35	35	35

Установлена прямая положительная достоверная корреляционная связь критического мышления с возрастом и полом ($r = 0{,}433$, $p = 0{,}009$; $r = 0{,}380$ $p = 0{,}024$). Полученные данные позволяют утверждать, что чем юноша старше, тем выше показатели критического мышления; мужчины имеют более высокие показатели критического мышления, нежели женщины.

Это можно объяснить тем, что женщины, в отличие от мужчин, чаще обращаются к интуиции и эмоциональным составляющим мышления. Связь критического мышления с возрастом может быть объяснена тем, что в юности одним из новообразований является рефлексия и саморефлексия, позволяющие людям обращаться к объективным данным и фактам и не быть заложниками собственных установок и пристрастий.

Кроме того, была обнаружена прямая положительная тенденция связи критического мышления со шкалой «Зарядка и физический фитнес» ($r = 0{,}278$, $p = 0{,}106$), что может говорить о том, что люди, которые обладают высокими показателями критического мышления, склонны заботиться о собственном теле, о его форме и состоянии. Также нами установлена отрицательная обратная тенденция связи кри-

тического мышления со шкалой «Превентивная практика здоровья»: люди с высоким уровнем критического мышления редко прибегают к превентивным мерам. Это может быть связанно с социально-экономическим контекстом, заданным содержанием шкалы «Превентивная практика здоровья», актуальной ситуацией студенчества и этапом развития медицины в России [1].

Таким образом, в процессе исследования нами обнаружены взаимосвязи критического мышления с полом и возрастом, а также положительная тенденция связи с регулярными физическими нагрузками и отрицательная – с превентивными мерами здоровья. Полученные данные определяют необходимость как дальнейшего исследования критического мышления в контексте профессионализма, так и разработки психологических практик, направленных на прогрессивное поступательное профессиональное становление человека труда.

Литература

1. *Анализ* рынка медицинских услуг в России в 2005–2010 гг. и прогноз на 2011–2014 гг. // Анализ рынка медицинских услуг в России в 2005–2010 гг. и прогноз на 2011–2014 гг. URL: http://r-trends.ru/netcat_files/253/323/h_24af6f09bd659b0e72ecd57e7f919e7f (дата обращения: 28.05.2013).

2. *Бобков В.Н.* Психологическая и экономическая составляющие категории качества и уровня жизни // Психология в экономике и управлении. 2010. № 2. С. 52–58.

3. *Братусь Б.С.* Аномалии Личности. М. : Мысль, 1988. 301 с.

4. *Волков Е.Н.* Критическое мышление: принципы и признаки // Список публикаций по проблеме критического мышления. URL: http://evolkov.net/critic.think/ articles/ (дата обращения: 28.05.2013).

5. *Деркач А.А., Зазыкин В.Г., Маркова А.К.* Психология развития профессионала. М. : РАГС, 2000. 352 с.

6. *Залевский Г.В.* Биопсихосоционоэтическая модель природы человека и его здоровья // Материалы V съезда Общероссийской общественной организации «Российское психологическое общество» (14–18 февраля 2012) / под ред. О.В. Решетникова. М., 2012. С. 30–31.

7. *Залевский Г.В.* В поиске интегративного подхода к проблеме психологии здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи // Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии : материалы Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. Н.А. Кравцовой. Владивосток : Мор. гос. ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. С. 17–25.

8. *Залевский Г.В.* Введение в клиническую психологию : учеб. пособие для студентов вузов. Томск : ТМЛ-Пресс, 2010. 224 с.

9. *Козлова Н.В., Гуляев А.С.* Психологическая безопасность как критерий профессионального здоровья студентов старших курсов инновационных университетов // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. № 4 (15). URL: http://medpsy.ru (дата обращения: 28.04.2013).

10. *Кравцова Н.А.* Самооценка и «я» функции личности подростков, страдающих психосоматическими расстройствами // Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии : материалы Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. Н.А. Кравцовой. Владивосток : Мор. гос. ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. С. 27–40.

11. *Кукушкина Ю.А.* Критическое мышление как фактор профессиональной компетентности (на примере программистов) : дис. … канд. психол. наук. М., 2008. 47 с.

12. *Локалова Н.П.* Психологическое развитие как составляющее образования // Вопросы психологии. 2003. № 1. С. 27–40.

13. *Федеральный* закон РФ от 27 июля 2010 г. № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг»; Проект Федерального закона РФ «Об охране психологического здоровья граждан в Российской Федерации». URL: http//m-d-n.livejournal.com/444690html (дата обращения: 13.01.2013 г.).

14. *Харлампьева Т.В.* Психология и педагогика : учебно-методические рекомендации к выполнению самостоятельных работ студентов для специальностей «Социальная работа», «Документоведение и документационное обеспечение управления» и «Организация и технология защиты информации». Челябинск, 2008. 48 с.

15. *Ian R. Sharp.* The role of critical thinking skills in practicing psychologists' theoretical orientation and choice of intervention techniques: Phd 2003 the Faculty of Drexel University. Philadelphia, 2003. 92 c.

16. *Levy D.A.* Tools of critical thinking: Metathoughts for psychology. Boston, MA : Allyn and Bacon, 1997. 250 c.

THE INTERCORRELATION OF CRITICAL THINKING AND PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HIGHER EDUCATION STUDENTS

Kozlova N.V., Shcheglova M.S. (Tomsk)

Summary. The results of research of the intercorrelation of critical thinking and psychological health of higher education students. The study was conducted based on an assessment of critical thinking with indices of physical, psychological, environmental health and preventive measures. The results of research showed the intercorrelation with age, sex, regular physical exercises and preventive measures.

Key words: critical thinking; psychological health; preventive measures.