

# Антропологические аспекты психологии здоровья

А.В. Шувалов Институт психологии Российской академии наук, Москва, Россия

Поступила 25 февраля 2015/ Принята к публикации: 17 апреля 2015

## Anthropological aspects of health psychology

Alexander V. Shuvalov Institute of Psychology, the Russian Academy of Science, Moscow, Russia

Received: February 25, 2015 / Accepted for publication: April 17, 2015

В статье представлены результаты теоретического исследования, проведенного в рамках научного проекта «Детерминанты психологического здоровья современной личности». Проблема психологического здоровья рассматривается в контексте ситуации антропологического кризиса, который затрагивает общественный организм и влечет за собой сокращение синергичности социальной жизни. На уровне конкретных проявлений он связан с поражением духовно-нравственной сферы человека, искажением личного способа бытия и межличностных отношений, что приводит к общему снижению жизнеспособности. Растет число людей, чье субъективное состояние можно охарактеризовать как «психически здоров, но лично болен». Вторичные проявления таких состояний – депрессия, агрессия, зависимое поведение. Однако их существенные характеристики не улавливаются посредством сложившихся социально-психологических, психолого-педагогических или медико-психологических представлений и не укладываются в рамки типовых описаний психоэмоциональных и/или поведенческих расстройств. Автор придерживается гипотезы, что упомянутые состояния имеют специфические духовно-психологические предпосылки и проявления, которые заслуживают научного анализа и философского осмысления.

Лейтмотивом статьи является проблема психологического здоровья в ее научном и мировоззренческом восприятии. Обобщены представления о сути здоровья с позиций современного гуманитарного познания и традиционной духовной культуры. Сформулированы общие положения теории психологического здоровья. Представлены основные подходы к проблеме психологического здоровья. Приведен сравнительный анализ гуманистической и антропологической моделей психологического здоровья. Выявлено соответствие выделенных в рамках антропологической модели условий и критериев психологического здоровья представлениям о современном национальном воспитательном идеале. Педагогическая деятельность описана как антропопрактика, ориентированная на обретение ребенком всей возможной полноты своего существования как человека. В таком виде она максимально благоприятствует сохранению и укреплению психологического здоровья учащихся.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, гуманистическая психология, психологическая антропология, субъективная реальность, со-бытийная общность, традиционализм, постмодернизм, антропопрактика, духовная культура, духовные основы здоровья, теологическая антропология.

The paper presents the results of a theoretical study carried out in the framework of the research project «Determinants of psychological health of the modern person». The issue of psychological health is considered in the context of the anthropological crisis that affects public body and causes a decrease in synergetic social life. On the level of specific manifestations, it is associated with damage to the spiritual and moral sphere, distortion of personal way of life and interpersonal relationships, which leads to a general decline in viability. A growing number of people, whose subjective state can be described as mentally fit, but personally sick is identified. Secondary symptoms of such conditions are depression, aggression, dependent behaviour. However, their essential characteristics are not captured by the existing social psychological, psychological pedagogical and medical psychological concepts and also do not fit the typical description of psychological emotional and/or behavioural disorders. The author adheres to the hypothesis that these states have specific spiritual and psychological conditions and symptoms that deserve scientific analysis and philosophical reflection.

The leitmotif of the paper is the issue of mental health in its scientific and philosophical sense. Representation of health from the standpoint of modern humanitarian knowledge and traditional spiritual culture are generalized. The theory of general psychological health is developed. The main approaches to the problem of psychological health are presented. Comparative analysis of the humanistic and anthropological models of mental health is shown. Correspondence between the anthropological conditions and criteria of mental health concepts of the modern national educational ideal is presented. Educational activity is described as anthropological practice aimed at acquiring by a child the wide range of values as a person. As such, it is the most conducive to maintaining and strengthening the psychological health of students.

**Keywords:** anthropological crisis, the rate of mental health, mental health, psychological anthropology, theological anthropology, humanistic psychology, subjective reality, co-existent community, self-transcendence, traditionalism, post-modernism, the national educational ideal, anthropological practice.

Обращение к теме психологического здоровья обусловлено масштабностью и остротой проблем гуманитарного характера, которые в современной России носят стихийный характер и пока не находят адекватных подходов и способов решения. Эти проблемы требуют глубокого анализа и осмысления, в том числе, в русле рационального психологического знания.

В 1997 году Б.С. Братусь прозорливо дал оценку тенденциям, усиливающимся в индивидуальной и социальной жизни людей. Он отметил, что человек может быть вполне психически здоровым (хорошо запоминать и мыслить, ставить сложные цели, быть деятельным, руководствоваться осознанными мотивами, достигать успехов, избегать неудач и т.п.) и, одновременно – личностно больным, ущербным (не координировать свою жизнь, не направлять ее на достижение человеческой сущности, разобщаться с ней, удовлетворяться ее суррогатами и т.п.). Причем, для все большего количества людей становится характерным именно этот диагноз: психически здоров, но личностно болен (Братусь, 1997, С. 77).

детского алкоголизма, по объему потребления героина, по числу нападений педофилов на детей, по количеству суицидов среди всех возрастных категорий<sup>1</sup>. Инфернальные гуманитарные показатели дают основания для поднятия вопроса о снижении жизнеспособности людей (самая мягкая из возможных формулировок) в контексте более общей проблемы. При ее рассмотрении на макроуровне речь может идти об антропологическом кризисе, который затрагивает общественный организм, и влечет за собой снижение синергичности социальной жизни. На уровне конкретных проявлений он связан с поражением духовно-нравственной сферы человека, искажением способа личностного бытия и межличностных отношений. Растет число людей, чье субъективное состояние можно охарактеризовать как пограничное норме. Вторичные проявления таких состояний – депрессия, агрессия, зависимое поведение. Однако их сущностные характеристики не улавливаются посредством сложившихся социально-психологических, психолого-педагогических или медико-

которые заслуживают научного анализа и философского осмысления.

В 1990-е годы в профессиональный лексикон отечественных специалистов введено понятие «психологическое здоровье» (Дубровина, 2004). В самом общем, интуитивно понятном значении психологическое здоровье начинает рассматриваться как интегративный показатель нравственной зрелости и личностной состоятельности человека, как индикатор качества жизни людей, как смыслообразующая и системообразующая категория профессионализма практических психологов. Вместе с тем, в отношении термина «психологическое здоровье» сложилась двусмысленная ситуация: с одной стороны, он предложен как эвристичное понятие, необходимое для рациональной проработки феноменов личностного развития и функционирования людей в современном социокультурном контексте, с другой – за многозначность содержания и широту контекстов употребления он критикуется как неохваченный формальной дефиницией и малообоснованный.

Для успешного решения широкого круга профессиональных задач психологам необходимы научные знания о человеческой субъективности во всей полноте ее наиболее существенных проявлений. Они, помимо общих представлений о психологической норме, должны указывать практические возможности ее обеспечения и восстановления. Специалисты нуждаются в понятийном аппарате, фиксирующем специфику субъективных (внутриличностных, духовно-душевных) отклонений в этиогенетическом и феноменологическом аспектах, позволяющем не только их выявлять, анализировать, но и вырабатывать эффективные меры борьбы с этими отклонениями. Иначе нацеленность на психологическое здоровье выглядит декларативно-декоративной. В этом случае справедливо будет подвергнуть сомнению осмысленность практической деятельности психологов, не вооруженных адекватными рациональными средствами. Кроме того, теория психологического здоровья может оказать конструктивное влияние на раз-

В самом общем, интуитивно понятном значении психологическое здоровье начинает рассматриваться как интегративный показатель нравственной зрелости и личностной состоятельности человека, как индикатор качества жизни людей, как смыслообразующая и системообразующая категория профессионализма практических психологов

Минуло восемнадцать лет. Согласно экспертным данным, современная Россия находится среди мировых лидеров по количеству аборт, по числу разводов супружеских пар, по числу детей, брошенных родителями, и детей-сирот, по числу курящих детей, по масштабам

психологических представлений и не укладываются в рамки типовых описаний психоэмоциональных и/или поведенческих расстройств. Мы исходим из гипотезы, что упомянутые состояния имеют специфические духовно-психологические предпосылки и проявления,



**Александр Владимирович Шувалов** –

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии личности Института психологии РАН, руководитель психолого-логопедического отдела Центра развития творчества детей и юношества «Лефортово», главный редактор научного альманаха «Живая вода».

E-mail: [virtus@front.ru](mailto:virtus@front.ru)

<sup>1</sup> См., например: Доклад ЮНИСЕФ «Анализ положения детей в Российской Федерации» // Сайт Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, 2013. Электронный ресурс. – Режим доступа : [http://www.rfdeti.ru/files/1270207063\\_analiz\\_rf.pdf](http://www.rfdeti.ru/files/1270207063_analiz_rf.pdf) – (дата обращения: 05.04.2013); Павел Астахов считает суициды

вите профессиональной кооперации специалистов гуманитарного профиля. Пока же содержательные аспекты феноменов, которые можно квалифицировать как «психически не болен, но личностно не здоров», остаются на периферии внимания и понимания психологов, других специалистов помогающих профессий.

Здоровье человека относится к числу наиболее интригующих, сложных и не утрачивающих своей актуальности проблем. Мнимая простота его обыденного понимания не должна вводить в заблуждение. Тема здоровья связана с фундаментальными аспектами человеческой жизни, она имеет не только рационально-прагматический, но и мировоззренческий уровень рассмотрения, и поэтому выходит за рамки узко дисциплинарного обсуждения. Прежде чем углубляться в ее личностно-психологические нюансы, целесообразно определиться с более общими вопросами, а именно, с представлениями о сути здоровья с позиций современного гуманитарного познания и незыблемых канонов традиционной духовной культуры.

## Наука о здоровье

В современной науке понятие «здоровье» не имеет общепринятого исчерпывающего определения. Знакомая с трудами, представляющими вариации научного подхода к проблеме здоровья, мы находим такие толкования этого феномена как: «отсутствие болезней или дефектов», «нормальная функция организма на всех уровнях его организации», «динамическое равновесие организма с окружающей средой», «способность приспосабливаться к изменяющимся условиям существования», «способность к полноценному выполнению основных социальных функций, участие в общественно полезном труде», «полное физическое, душевное и социальное благополучие». В зависимости от дисциплины и соответствующей ей рациональной основы выводятся биологический, медицинский, экологический, социальный, демографический, экономический, психологический, пе-

дагогический, культурологический критерии здоровья в качестве ориентиров для определения принципов и условий здоровьесбережения. Обобщая мнения специалистов относительно феномена здоровья, можно выделить ряд общих положений:

- 1 Понятие «здоровье» характеризуется неоднородностью и многозначностью состава, т.е. оно синкретично.
- 2 Здоровье – это одновременно и состояние и сложный динамический процесс, охватывающий созревание, формирование и работу физиологических структур организма, развитие и функционирование психического аппарата, личностное становление, переживания и поступки человека.
- 3 Учитывая многомерность человеческой реальности, можно говорить об оценке соматического, психического и личностного (в сложившейся терминологической традиции – психологического) здоровья человека.
- 4 Признаются и имеют эмпирическое подтверждение эффекты положительного и отрицательного взаимовлияния «духа», «души» и «тела» на общее состояние здоровья человека.
- 5 Здоровье – это культурно-историческое, а не узко-медицинское понятие. В разные исторические периоды, в разных культурах граница между здоровьем и нездоровьем определялась по-разному.
- 6 Категория «здоровье» изначально принадлежит полюсу индивидуальности: состояние здоровья персонифицировано.
- 7 Сохранение здоровья зависит преимущественно от избранного человеком образа жизни и далее по мере убывания – от наследственности, от влияния окружающей среды и от качества медицинского сопровождения.
- 8 Человек может быть здоров при определенных условиях жизни. Совокупность факторов, в целом, благоприятная для одного человека, может оказаться болезнетворной для другого.
- 9 Выявление общих аспектов здоровья позволяет определить способы и разработать программы здоровьесбережения.

10 Здоровье и болезнь относятся к числу диалектически связанных, взаимодействующих понятий.

Изучение здоровья и болезней связано с осмыслением природы и сущности человека. Поэтому, наряду с научными подходами, интересны представления о здоровье человека в контексте богословской антропологии. Осмысление этих представлений – удел не только духовенства, но и профессионалов гуманитарного профиля: ученых и специалистов-практиков. Если адекватно уяснить специфику способов научного познания, то становится понятно, что богословские представления отнюдь не диссонировать с научными данными и не являются обязательно альтернативой гуманитарным научным концепциям, как это иногда пытаются показать (если, конечно, не вставать априори в позицию отрицания). Скорее, это весомое дополнение в рамках иного – не рационального, а трансцендентного уровня познания и осмысления человека. В современной социокультурной ситуации сопряжение науки и богословия (упомянем в связи с этим и философию) особенно актуально, т.к. и классическая философия, и богословие работают в рамках многовековой традиции. Им чужды погоня за новизной ради новизны и стремление производить спекулятивные идеи и скороспелые «продукты», благодаря которым можно «пустить пыль в глаза» и поживиться на рынке.

В соответствии с вышесказанным мы посчитали целесообразным уделить специальное внимание представлениям о сути здоровья в свете библейского повествования и богословской антропологии.

## Богословская антропология и духовные основы здоровья

Согласно библейскому рассказу<sup>2</sup>, Бог сотворил человека как венец дел Своих: «И создал Господь Бог человека из праха земного, и вдунул в лице его дыхание жизни, и стал человек душою живою» (Быт. 2: 7). При этом Бог действует особенным образом, как бы сосредотачиваясь, прежде чем сотворить челове-

<sup>2</sup> Библия. Синодальное издание.

ческую природу. В богословии это называется предвечным Советом Троицы: «И сказал Бог: сотворим человека по образу Нашему и по подобию Нашему <...> И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его» (Быт. 1: 26-27). Человек наделен телом и душой, а душа включает и дух, как отличие его царственной природы, как сердцевину его родовой сущности.

Апостол Павел называет человеческое тело «храмом Святого Духа» (1 Кор. 6: 19-20). Богозданное тело совершенно строением (соразмерность), расположением в пространстве (вертикаль) и приспособлением к окружающему миру (при всей изощренности средств современной науки и техники не создано кибернетического устройства, которое может хотя бы отдаленно приблизиться к нему по своим возможностям).

«Душа живая» – жизненная сила (жизнеспособная крепость) ориентирует в окружающем мире и охраняет от разрушающих стихий. Душой наделен не только человек, но и иные существа, обитающие на земле. Но, в отличие от них, в акте творения «дуновением Божиим» человек обрел «бессмертную душу» по образу Творца.

Богословская антропология является методологической платформой для реализации теоцентрического подхода к проблеме здоровья. Пространство ее рассмотрения в данном случае – не многообразие телесных составов и психических феноменов, а человеческая реальность в своей целокупности

Становление человека предполагает пробуждение и утверждение в нем духовного начала, благодаря наличию которого он безмерно возвышается над всеми другими живыми существами. Главенство духа – один из основополагающих принципов богословской антропологии. Философ В.С. Соловьев писал, что человеческая субъективность проявляется в трех главных моментах:

- внутреннее саморазличение духа и плоти;
- реальное отстаивание духом своей независимости;
- преобладание духа над плотью, необходимое для сохранения нравственного достоинства человека (Соловьев, 1988, С. 151).

По своему составу и способу существования человек причастен двум мирам –

материальному и духовному. Телом он принадлежит земле: пришел из праха и возвратится в прах. Сознанием он преодолевает границы видимого дольнего мира и устремляется к горнему миру Божественной любви и свободы. Двойственность человеческой природы уникальна и свидетельствуют об особом месте и назначении человека в общем устройстве мира.

Богословская антропология является методологической платформой для реализации теоцентрического подхода к проблеме здоровья. Пространство ее рассмотрения в данном случае – не многообразие телесных составов и психических феноменов, а человеческая реальность в своей целокупности, которая может обсуждаться и может быть понята, по словам протоиерея А. Шмемана, только «в триединой интуиции о бытии человека: его творения, его падения и его спасения» (Шмеман, 2005, С. 314). Причем, необходимо говорить об этих трех событиях, как о реально продолжающихся в индивидуальной жизни каждого из нас.

Попробуем в предельно лаконичном виде воспроизвести аксиоматику теоцентрического восприятия проблемы здоровья.

- 1 В религиозно-философском понимании суть здоровья – это целостность человека в единстве и гармонии его духовного, душевного и телесного устройства. Изначально таким был первый человек и прародитель человеческого рода Адам: образ Божий в нем был чист, а Богоподобие – полно.
- 2 В результате грехопадения и последовавшего искажения человеческой природы, нарушения иерархии составляющих ее структур люди утратили и полноту здоровья. Ложные жизненные ориентиры, извращенное понимание счастья и благополучия, страстные привязанности и плотские злоупотребления, скверные привычки и наклонности, совершенные против совести дурные поступки, разлад и вражда повлекли за собой снижение

жизненных сил, телесные и душевные недуги.

- 3 Болезнь есть не столько маркер греха, сколько поучительный опыт или испытание во благо: она пробуждает в человеке сознание греховности и стремление к исцелению. Господь допускает хвори, потому что они смиряют людей: «страдающий плотию перестает грешить, чтобы остальное во плоти время жить уже не по человеческим похотям, но по воле Божией» (1 Пет. 4: 1-2).
- 4 Восстановление в человеке полноты здоровья Священное Предание относит к эсхатологической перспективе – жизни будущего века. В связи с этим цель истории и отдельной человеческой жизни схожи – спасение человека через воссоединение его с Богом. Жизнь в Боге и есть здоровье.
- 5 Священное Писание гласит: «Господь – Целитель твой» (Исход 15: 26). Целостный (здоровый) человек – это человек, оживающий и живущий в Боге, обретающий нравственное совершенство (святость) перед лицом противостояния сил добра и сил зла и вытекающей из него проблемы достойного и недостойного бытия в мире.
- 6 В качестве основы для исцеления падшего человека Спаситель указал в двух главнейших заповедях на преобразующую силу любви – любви к Богу и любви к ближнему, в которой восстанавливается первозданная симфония.
- 7 Условия и критерии истинной полноты жизни человека провозглашены Спасителем в Нагорной проповеди в Заповедях Блаженства. Блаженными Он называет «нищих духом» (смирненных), «плачущих» (сострадающих), «алчущих и жаждущих правды», «милостивых», «чистых сердцем», «миротворцев», «изгнанных за правду», а также, подобно ветхозаветным пророкам, поносимых и гонимых за имя Господне.
- 8 В отношении человека к Заповедям Блаженства проявляется его духовный настрой. Если возникает интерес к этим странным по меркам обыденной жизни, тревожащим словам, если появляется желание проникнуть в их смысл и воля руководствоваться ими, то это свидетельствует о внутренней готовности внимать Слову Божию.



- Если между внутренним миром человека и наставлениями Спасителя не находится ничего общего, созвучного, то это является «симптомом» духовного недуга, ибо человек в своих высших устремлениях сопряжен либо с Богом, либо с силами, Ему противостоящими.
- 9 Исконная духовная традиция открывает людям пути и способы поддержания эмоционального и физического благополучия. Душа и тело приводятся в порядок покаянием, молитвой, поучением из Священного Писания, участием в Таинствах, нравственной чистоплотностью, воздержанием, трудом и, главное – исполнением заповедей Божиих по отношению к ближнему.
- 10 Аскеза – укоренившаяся в традиционной духовной культуре практика «здорового образа жизни», направленная на восстановление внутренней свободы и изначальной целостности духовно-телесной сущности человека. Смысл аскезы как физической, так и духовной, состоит в разумном отказе от второстепенного ради достижения главного. Св. отцы предписывают «мирянам» посильную аскезу как действенное средство врачевания души от страстей и укрепления воли для духовной борьбы. Самоограничение совершается без одержимости, но с умеренностью и разумием, при постепенном восхождении от простого к более сложному, соразмерно состоянию организма и условиям жизни.

## Психология о здоровье

Длительное время проблема здоровья не являлась приоритетом психологической науки, которая по большей части была сосредоточена на аномалиях развития и функционирования человека. Только во второй половине прошлого века, главным образом, в рамках гуманистической психологии, ученых заинтересовала проблематика здоровой личности. Так, А. Маслоу пишет: «Я предполагаю, что уже в недалеком будущем мы получим своего рода теорию психологического здоровья, генерализованную, общевидовую теорию, которую можно будет применить ко всем человеческим существам, независимо от того,

какая культура их взрастила, в какую эпоху они живут» (Маслоу, 1999, С. 354). Он предпринимает конкретные шаги для построения такой теории. Появляются разработки первых психологических концепций здоровья. В конце 1970-х годов в общем своде психологических дисциплин выделилась психология здоровья (Health Psychology). Началось ее утверждение в качестве самостоятельной сферы психологических исследований. За сравнительно короткий период в странах западной цивилизации психология здоровья превратилась в достаточно обширную и влиятельную область исследований и их практических приложений. Сложилась тенденция к возрастанию роли психологии в обеспечении здоровья людей.

В современной России психология здоровья, как новое научное направление, еще только проходит начальную стадию своего становления. В числе приоритетных направлений ее исследований – выявление психологического оптимума жизнедеятельности человека и выработка критериев его оценки и самооценки. Многие ученые сходятся во мнении, что в качестве центрального объекта исследований здесь должна выступать «здоровая личность» (Никифоров, 2002, С. 26). Личность есть целостный, всеохватный способ бытия человека, через который раскрывается его духовная суть (Братусь, 1997; Братусь, 2000; Слободчиков, Исаев, 1995, 2000; Флоренская, 2009). Соответственно, особое значение приобретает гуманитарное познание, обращение к духовному миру человека, ценностно-смысловое освоение атрибутов человеческой жизни.

Возрастание внимания к проблеме психологического здоровья с исторической точки зрения выглядит вполне закономерным. Чтобы убедиться в этом, достаточно проследить логику развития психологической науки и эволюцию понимания проблемы нормы в психологии.

Методологи выделили и обосновали три этапа развития научной рациональности, которые распространяются, в том числе, и на психологию: классический, неклассический и постнеклассический (Степин, 2009; Слободчиков, 2012). На их протяжении логика развития пси-

хологии воспринимается как разворот от полюса психосоматики к полюсу психопневматики, как восхождение от психофизиологических аспектов существования к метаантропологическим феноменам бытия. Этот процесс влечет за собой преобразование системы научного психологического знания и пересмотр ее основных проблем. В отношении проблемы нормы такими шагами стали:

- перемещение фокуса исследований с психического аппарата на специфически человеческие проявления;
- понимание психической нормы как нормы развития;
- переход от заимствования способов решения проблемы в смежных науках к разработке психологических (как правило, описательных) моделей здоровья;
- возникновение (как бы в противовес клинической психологии) психологии здоровья как самостоятельного раздела научных знаний и их практических приложений;
- принципиальное различие терминов «психическое здоровье» и «психологическое здоровье»: первый характеризует отдельные психические процессы и механизмы, второй – относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа;
- выделение психологического здоровья человека в качестве одного из центральных объектов исследований психологической антропологии.

Определение «психологическое здоровье человека» составляют два категориальных словосочетания – психология здоровья и психология человека. На стыке этих областей знания возникают психологические модели, в которых проблема здоровья рассматривается с человековедческой позиции. В многообразии мнений и течений постепенно сформировались общие контуры теории психологического здоровья:

- 1 понятие «психологическое здоровье» фиксирует сугубо человеческое изменение, по сути, являясь научным эквивалентом здоровья духовного;
- 2 проблема психологического здоровья – это вопрос о норме и патологии в духовном развитии человека;

3 основу психологического здоровья составляет нормальное развитие человеческой субъективности<sup>3</sup>;  
4 определяющими критериями психологического здоровья являются направленность развития и характер актуализации человеческого в человеке.

### Основные подходы к проблеме психологического здоровья

Историческая инициатива в постановке и разработке проблемы психологического здоровья принадлежит видным западным ученым гуманистической ориентации – Г. Олпорту, К. Роджерсу, А. Маслоу. Гуманистическое течение в психологии оформилось на рубеже 1950-1960 гг. Его основополагающей особенностью стала сосредоточенность научной и практической деятельности на специфически человеческих проявлениях и общечеловеческих ценностях. Несмотря на разногласия внутри самого течения

Так, Г. Олпорт, введя представление о проприативности<sup>4</sup> человеческой природы, составил образ психологически зрелой личности. К. Роджерс, настаивая на том, что человек наделен врожденным, естественным стремлением к здоровью и росту, раскрыл образ полноценно функционирующей личности. А. Маслоу на основе теории мотивации личности вывел образ самоактуализированного, психологически здорового человека. Резюмируя доводы упомянутых и других, не менее именитых авторов, можно утверждать, что, с точки зрения гуманистической психологии, питающей безусловное доверие к человеческой природе, общим принципом психологического здоровья является стремление человека стать и оставаться самим собой в процессе самоактуализации.

Гуманистический подход стал яркой вехой в развитии психологии. Он способствовал преодолению редуцированного восприятия человека в науке, скорректировал профессиональные

ского сознания, для которого «самость» есть основополагающая и конечная ценность. Такая позиция больше соответствует укладу языческого мира. Только объектом поклонения (идолом, кумиром) людей становятся не природные силы как живые сущности, а их собственная природа (натура), нормой жизни – самоутверждение и самовыражение во всех доступных формах, целью жизни – земные блага. Суть такого рода «природной духовности» проявляется в стремлении к человекобожеству, когда индивид старается приравнять себя к Богу, так и не потрудившись быть человеком. В наше время эта тенденция оформилась в культ вождя успешности и приобрела характер социальной догмы. В действительности замыкание индивида в своем самосовершенствовании ради самосовершенствования чаще приводит к обесмысливанию бытия и общему снижению жизнеспособности.

Справедливости ради заметим, что установка на самоактуализацию получила неоднозначную оценку и среди гуманистически ориентированных психологов. Хорошо известна точка зрения В. Франкла, утверждавшего, что самоактуализация – это не конечное предназначение человека: «Лишь в той мере, в какой человеку удастся осуществить смысл, который он находит во внешнем мире, он осуществляет и себя <...>. Подобно тому, как бумеранг возвращается к бросившему его охотнику, лишь если он не попал в цель, так и человек возвращается к самому себе и обращает свои помыслы к самоактуализации, только если он промахнулся мимо своего призвания» (Франкл, 1990, С. 58-59).

Надо признать, что сам термин «психологическое здоровье» вряд ли можно считать удачным. Тем не менее, он прочно вошел в профессиональный лексикон как эквивалент личностного (можно сказать – духовного, нравственно-психологического) здоровья

Гуманистический подход стал яркой вехой в развитии психологии. Он способствовал преодолению редуцированного восприятия человека в науке, скорректировал профессиональные принципы в гуманитарных сферах (прежде всего в образовании и здравоохранении) и придал мощный импульс становлению практики психологической помощи людям

и размытость его границ, гуманистическая психология была признана в качестве новой психологической парадигмы, проповедующей преимущественно самобытность и самодостаточность человека. Вместе с ней в профессиональный

принципы в гуманитарных сферах (прежде всего в образовании и здравоохранении) и придал мощный импульс становлению практики психологической помощи людям. В период освоения профессии он воодушевлял и автора этих

Надо признать, что сам термин «психологическое здоровье» вряд ли можно считать удачным. Тем не менее, он прочно вошел в профессиональный лексикон как эквивалент личностного (можно сказать – духовного, нравственно-психологического) здоровья

лексикон входят пока еще «поэтико-метафорические» термины, определяющие качество индивидуальной жизни. В их числе – психологическое здоровье. Появляются работы, посвященные созданию психологических моделей здоровой личности, существенно обогатившие рациональный взгляд на проблему нормы.

строк. Критически осмыслив и соотнеся гуманистическую доктрину с опытом практической работы, должен признать, что далеко не все ее идеи и идеалы воспринимаются сегодня с прежней убедительностью.

Гуманистическая психология реализовала установку персоноцентриче-

<sup>3</sup> «Субъективность» (по русски – «самость») - форма существования и способ организации человеческой реальности, суть - самостоятельность духовной жизни.

<sup>4</sup> Термин «проприум» (буквально – «собственное») объединяет все, что человек ощущает как важную часть себя, о чем говорит: «Это – я» или «Это – мое».

отечественной психологией. Психологическое здоровье детей начинает рассматриваться как смыслообразующая и системообразующая категория профессионализма практических психологов образования. Так, II Всероссийский съезд психологов образования (Пермь, 1995 г.) постановил, что одной из главных целей деятельности педагогов-психологов является профессиональная забота о психологическом здоровье детей дошкольного и школьного возраста.

Отечественная наука предложила иные основания и принципы рассмотрения проблемы психологического здоровья, сообразные нашей культурной традиции и ментальности. Они последовательно реализованы в русле антропологического подхода (Слободчиков, Шувалов, 2001; Шувалов, 2011б, 2011в, 2012).

Центральной для антропологического подхода в психологии является идея возможности и необходимости восхождения человека к полноте собственной реальности. Человек здесь предстает в различных обликах, раскрывающих сущностные стороны и уровни субъективной реальности: бытие в качестве субъекта (функциональное и обыденное), бытие в качестве индивидуальности (единичное и уникальное) и бытие в качестве личности (целостное и над-обыденное). В соответствии с этим определены поуровневые условия и критерии психологического здоровья, которые (в норме!) образуют структуру иерархического соподчинения: от субъективации, жизнеспособности и самообладания («быть в себе») через индивидуализацию, самобытность («быть самим собой») и созидательность к самоодолению («быть выше себя»), духовному возрастанию и нравственному совершенствованию личности.

Парадигмальное отличие и эвристическая ценность антропологического подхода состоит в том, что он постулирует антиномию человеческой субъективности (самости): она есть средство («орган») саморазвития человека, и она же должна быть преодолена (преображена) в его духовном росте. Вспомним в связи с этим слова св. апостола Павла: «И уже не я живу, но живет во мне Христос» (Галл. 2: 20).

В отличие от мировоззренческого контекста гуманистической психологии,

сосредоточенной на индивидуальной сущности человека, антропологический подход представляет собой соотнесение рациональной психологической мысли с православной традицией в стремлении к синергии научной методологии и духа учения Христа для решения проблем здоровья, развития и существования человека (табл. 1). Здесь общим принципом психологического здоровья является стремление человека быть выше себя в процессе универсализации индивидуального бытия, поскольку «человеческое бытие становится самым собой лишь превращаясь в со-бытие, когда свобода как любовь к Себе, развивается до свободы как любви к Другому. Во всей полноте развившихся свободы и любви в нас пробуждается Личность Бога. И всякий раз, когда мы относимся к Другому как к своему Ты, в таком отношении проглядывает божественное» (Хамитов, 2002, С. 140).

В отличие от мировоззренческого контекста гуманистической психологии, сосредоточенной на индивидуальной сущности человека, антропологический подход представляет собой соотнесение рациональной психологической мысли с православной традицией в стремлении к синергии научной методологии и духа учения Христа для решения проблем здоровья, развития и существования человека

Евангелие повествует о том, как один из «книжников» спросил Иисуса Христа: «Какая первая из всех заповедей?» Иисус отвечал ему: «Первая из всех заповедей: “Слушай Израиль! Господь Бог наш есть Господь единый; и возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею, и всем разумением твоим, и всю крепостию твоею: вот, первая заповедь! Вторая, подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя; иной большей сих заповеди нет”» (Мк. 12: 29-31).

Вершиной духовного восхождения человека-христианина является Нагорная проповедь Иисуса Христа (Мф. 5-7). Начинается проповедь с девяти Заповедей Блаженства. Первая Заповедь – «Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное» – на первый взгляд звучит парадоксально. Однако этот парадокс полон глубокого внутреннего смысла. «Нищие духом» – смиренные люди, отказавшиеся от произвола собственной самости ради единения с Богом и возрастания в меру Богочеловека. В этом и со-

стоит идея обретения полноты земной жизни как жизни во Христе.

Для наглядности сведем в таблицу общие положения гуманистической и антропологической моделей психологического здоровья (табл. 1).

Сравнение моделей психологического здоровья

В современном мире в духовно-мировоззренческой, социальной и культурной сферах ясно обозначилась поляризация и противостояние двух сил: традиционализма и постмодернизма. Сравнение двух моделей психологического здоровья человека с точки зрения этого противостояния позволяет лучше понять суть их различий.

Основу традиционализма составляет религиозное мировоззрение, ориентированное на мировые («авраамические») религии – христианство, иудаизм и ислам. Они происходят из древней традиции, восходящей к патриарху семитских

племен Аврааму, и признают Священное Писание Ветхого Завета. Западная цивилизация, к которой мы себя причисляем, возникла в лоне христианской культуры. Российская государственность оформилась на ниве православной духовной традиции. И это имеет для нас непреходящее значение.

Традиционализм аккумулирует в себе предельные ценности и смыслы земной жизни, объединяет духовный опыт многих поколений людей. Он предполагает прочные межпоколенные связи, обеспечивающие духовное наследование и культурную преемственность, ориентирует человека на путь духовно-нравственного возрастания, побуждает к сущностному познанию и осмыслению своей жизни, воодушевляет на благие дела, на служение не ради гордыни или обогащения, а ради торжества Добра и Истины.

Предтечей постмодернизма принято считать немецкого философа Ф. Ницше. В 1881-1882 гг. он пишет книгу «Веселая

Таблица 1. Модели психологического здоровья

Общие тематические параметры	Психологические модели здоровья	
	Гуманистическая	Антропологическая
Методологическая установка	Персоноцентрическая	Теоцентрическая
Вектор развития	Самоактуализация	Универсализация бытия
Основа психологического здоровья	Личностный рост как утверждение самости в наращивании способности полноценного функционирования	Духовное возрастание как преодоление самости в развитии способности к децентрации, самоотдаче и любви
Максима психологического здоровья	Стремление к самоидентичности: «быть самим собой»	Стремление к полноте человеческого бытия: «быть выше себя»
Образ нормы	Самобытность и самодостаточность	Самоодоление и синергичность
Дефициты развития	Диффузная идентичность, ограниченность мотивационно-смысловой сферы (поверхностность, приземленность), со-зависимость, выученная беспомощность	Отчуждение нравственных чувств, моральная незрелость (опустошенность) или моральная распушенность (ценностная дезориентированность), своенравие, следование в делах и поступках принципу «ничего святого»
Деформации развития	Развращение самомнением («комплекс полноценности»), иллюзия самодостаточности, односторонность мотивационно-смысловой сферы (эгоцентризм), самонадеянность и самозамкнутость (гордыня)	Метафизическая интоксикация, одержимость сверхценными идеями и фанатизм, иллюзия духовного совершенствования и самообольщение (духовная прелесть)
Установки психологической помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>Психологическая помощь исходит из презумпции индивидуальной этики и, в силу этого, осуществляется как бы «по ту сторону добра и зла»;</li> <li>эмпатическое слушание, феноменологическое проникновение, фасилитация личностного роста человека недирективными психотерапевтическими средствами;</li> <li>безоценочное поддерживающее отношение: человека нужно принимать таким, каков он есть.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Психологическая помощь затрагивает духовно-душевную сущность человека и, в силу этого, соотносима с нравственными аспектами жизни, с проявлениями «проблемы добра и зла»;</li> <li>диалогические формы контакта, ориентированные на пробуждение в человеке его «духовного Я»;</li> <li>доминанта на Другом и участная внеаходимость: сопереживание и вера в человека в сочетании со стремлением к объективности по отношению к отрицательным проявлениям его нрава.</li> </ul>
Мировоззренческая ориентация	Неоязыческая: эволюция человека как человекобожества (самоутверждение и самообожествление)	Святоотеческая: эволюция человека как Богочеловека (самоодоление и единение с Богом)

Table 1. Mental Health Models

General Theme Attitudes	Mental Health Models	
	Humanistic	Anthropological
Methodological Attitudes	Personoriented	Theocentric
Vector	Self-Actualization	Universalization of Being
Basis of Mental Health	Personal development as an assertion of the self in acquiring the full functioning capacity	Spiritual growth as the overcoming of the self in the development of the ability to decenteration, dedication and love
Maxim of Mental Health	The desire for self-identity: "To be oneself"	The desire for the fullness of human existence "to be above oneself"
The image of the norm	Originality and self-sufficiency	Self-transcendence and synergy
Development Deficiency	Diffuse identity, limited motivational semantic sphere (superficiality, earthiness) codependency, learned helplessness	Alienation of moral feelings, moral maturity (drained) or moral turpitude (disorientation of values), perversity, following in deeds and behaving according to the principle of "nothing is sacred"
Development Deformation	Corruption conceit ("Usefulness Complex"), the illusion of self-sufficiency, one-sidedness of the motivational-semantic sphere (self-centeredness), self-enclosed and self-confidence (arrogance)	The metaphysical intoxication, obsession with overvalued ideas and fanaticism, delusion and self-deception of spiritual perfection (spiritual beauty)
Attitudes of Psychological Assistance	<ul style="list-style-type: none"> <li>Psychological assistance is based on the presumption of individual ethics and, therefore, is carried out, as it were, "beyond good and evil";</li> <li>empathic listening, phenomenological penetration, facilitation of personal growth nondirective psychotherapeutic means;</li> <li>supporting non-judgmental attitude: man must be taken for what it is.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Psychological assistance affects the spiritual and the spiritual nature of man and, therefore, correlates with the moral aspects of life, with the manifestations of the "problem of good and evil";</li> <li>dialogical forms of contact, focused on awakening in the person of his "spiritual self";</li> <li>dominance over the Other and participator's outsideness: empathy and faith in man, combined with the desire for objectivity in relation to the negative manifestations of his character.</li> </ul>
Ideological Orientations	Neopagan: the evolution of man as man-godhood (self-assertion and self-deification)	Patristic: the evolution of man as a God-man (self-transcendence and union with God)



наука». Один из персонажей книги – безумный человек, который в светлый полдень посреди рынка с зажженным фонарем ищет Бога и, не найдя его, заявляет, что Бог умер. Эта фраза не только выражает позицию самого философа, но и отражает настроение того времени, и становится афоризмом. В ней отголоски надвигающегося нравственного кризиса человечества, связанного с утратой веры в космический порядок и в абсолютные моральные законы. Люди отвернулись от Бога и Он «умер» в их сердцах. В это же время Ф.М. Достоевский через своего героя Ивана Карамазова задается вопросом: «Если Бога нет, значит, все можно?»

Традиционализм теснится, с одной стороны, позитивной наукой, с другой – богоборческим гуманизмом. Ученые-естествоиспытатели обещают посредством научно-технического прогресса в самое ближайшее время решить основные проблемы человечества. На деле достижения науки и технологический бум порождают в человеке иллюзию всемогущества, подталкивают к безоглядно экспансивному характеру деятельности. Интенсивное вмешательство в природу, провокативно-манипулятивные действия в общественной и культурной жизни провоцируют экологические и этические проблемы, которые бумерангом возвращаются к человеку, но уже в масштабе социальной энтропии и глобальных аномалий.

В 1933 г. в США был опубликован первый гуманистический манифест – программный документ апологетов гуманизма, главная идея которого состояла в необходимости создания новой нетрадиционной гуманистической доктрины, которая должна прийти на смену традиционным верованиям. Эта доктрина проповедует самоценность человеческой индивидуальности и ориентирует человека исключительно на мирские ценности.

Во второй половине XX века в условиях отхода западного общества от ценностей традиционной культуры формируется постмодернизм – специфическое мировоззрение и умонастроение с претензией на переосмысление самой сущности культуры, места и назначения человека в мире. Человеческое бытие в постмодернизме получает

весьма сомнительное толкование. Вслед за «смертью Бога», провозглашенной Ф. Ницше, постмодернисты заявляют о «смерти Человека», имея в виду уход с исторической сцены людей, ориентированных на традиционные ценности. Постмодернизм упраздняет нормы морали и раскрепощает человека: все относительно и все допустимо, вплоть до

Интенсивное вмешательство в природу, провокативно-манипулятивные действия в общественной и культурной жизни провоцируют экологические и этические проблемы, которые бумерангом возвращаются к человеку, но уже в масштабе социальной энтропии и глобальных аномалий

принципа «ничего святого». Возникнув как явление духовной жизни Запада, постмодернизм на рубеже 1980-1990-х гг. преодолел его границы и стал распространяться на просторах всего мира, затрагивая разные сферы жизнедеятельности людей.

Ошибочность гуманистической модели, на наш взгляд, заключается в абсолютизации «индивидуального Я», возведении «самости» человека в ранг верховной ценности. Такая линия неизбежно ведет к индивидуализму и, в конечном итоге, к одиночеству человека, замыканию на своем самосовершенствовании ради самосовершенствования

Антропологическая модель психологического здоровья ориентирована на традиционную концепцию человека, призванного к духовному возрастанию и преобразению. Традиционная концепция человека системно представлена в богословской антропологии и творчески воспринята в рамках антропологического подхода к решению проблемы психологического здоровья. Здесь норма – это самоодоление человека: преодоление эгоцентризма, подчиненность душевных и физических сил, мотивов и поступков нравственному началу личности; это синергия: переживание человеком сопричастности Единому Первоначалу и добродетели; это децентрация: приобщение к ценностям и обретение смыслов, которые воодушевляют к самоотдаче, терпимости и любви к ближнему.

Гуманистическая модель психологического здоровья тяготеет к постмодернистскому идеалу самодостаточного человека, освобожденного от бремени нравственной проблематики ради сохранения чувства самоидентичности и самоактуализации. Здесь норма – это

стремление человека преуспеть, оставаясь всегда и во всем верным себе. Но, как показывает жизнь, самоутверждение возможно и на основе негативных образцов и ценностей, побуждающих к анархии, хаосу, допингу, кощунству и вандализму.

Ошибочность гуманистической модели, на наш взгляд, заключается в аб-

солютизации «индивидуального Я», возведении «самости» человека в ранг верховной ценности. Такая линия неизбежно ведет к индивидуализму и, в конечном итоге, к одиночеству человека, замыканию на своем самосовершенствовании ради самосовершенствования.

На этом пути уходят сакральность и тайна, теряется метафизический, духовный компонент развития (Братусь, 2000, С. 48). Безрелигиозный гуманизм «обожествляет» человека в его природном естестве и своеволии, что неминуемо порождает аморальность. Видимо поэтому «посевы» гуманизма, не подкрепленные духовно-нравственным воспитанием личности, на деле дают сомнительные «всходы» эгоцентризма, а вместе с ним и множества человеческих недостатков и пороков. Вспомним в связи с этим очень точное замечание К.Н. Леонтьева о том, что индивидуализм, ставший доминантой развития, губит индивидуальность людей и своеобразие наций (Леонтьев, 1992, С. 59). Нечто подобное мы можем наблюдать теперь в нашей стране.

Отчуждение от духовной традиции и ориентация на постмодернистский идеал разжигают в человеке эгоцентризм, пробуждают своенравие и самонадеянность, влекут, с одной стороны, ценностную дезориентированность, страстность, с другой – внутреннее опустошение, переживание бессмысленно-

сти жизни и, в конечном итоге, приводят к общему снижению жизнеспособности. Эгоцентризм – «ахиллесова пята» человека замыкает его на собственных интересах, целях и пристрастиях, пробуждает гордыню, толкает к деструктивным и/или аутодеструктивным действиям. Преобладание постмодернистских тенденций в обществе ведет к кардинальной смене (по сути, перекодировке) приоритетов человеческого бытия. Ориентация на нравственное достоинство, крепкую семью, служение Отчизне и обществу подменяется признанием самоценности отдельной личности, поощрением ее самовыражения и самоутверждения любыми средствами и любой ценой. При таком целеполагании обостряются проблемы, обусловленные всплеском эгоцентризма и распространением антисоциального поведения. В обществе нарастают девиантные и аномические тенденции: люди привыкают действовать за счет других, в ущерб другим, про-

нирывать личное будущее, ставить перед собой цели и творчески подходить к решению жизненных задач, иметь смелость принимать решения и совершать поступки от первого лица. Именно в процессе индивидуализации по мере взросления и вступления в самостоятельную жизнь человек сталкивается с необходимостью нравственного самоопределения. Но индивидуализация – не самоцель, а одно из важных условий нравственного совершенствования личности, ступень на тернистом пути духовного возрастания человека. При этом ошибочно полагать, что перед лицом извечной проблемы добра и зла человек в состоянии блости верность самому себе. В ситуациях нравственного выбора мы вынуждены снова и снова решать пожизненно неразрешимую дилемму: либо «быть выше себя» и, вопреки усталости, лености, скупости, страху, вступаться за правду и справедливость, протягивать руку помощи нуждающимся, делать шаги навстречу оступившим-

и верность, любовь и терпение, чувство долга и служение. А противостоят им обезличенность (в просторечии – «малодушие»<sup>5</sup>), дезинтеграция личности (в просторечии – «осуетление»<sup>6</sup> и «равнодушие»), деформация личности (в просторечии – «криводушие», «окаянство»<sup>7</sup>), выделенные и описанные как формы дигногенеза человеческой субъективности в рамках антропологической модели психологического здоровья (Шувалов, 2011б, 2011в).

Проницательный ум заметит весьма существенное обстоятельство: гуманистическая и антропологическая модели разномасштабны (рис. 1). Это позволяет конструктивно преодолевать противоречия, если воспринимать первую в качестве частичного и подчиненного аспекта второй. Теоцентрический подход отнюдь не умаляет зорко подмеченные и изложенные в рамках гуманистической модели нюансы развития человека, органично вживляя их в общую структуру человеческой субъективности на новой мировоззренческой и методологической основе, но теперь уже в качестве теогуманизма (Шувалов, 2014б).

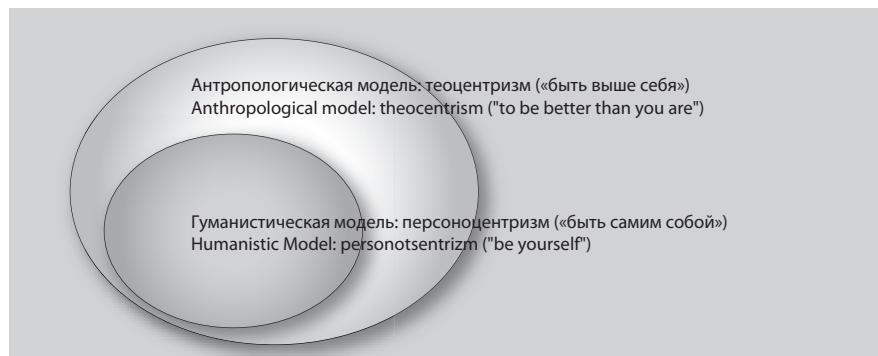


Рисунок 1. Соотношение моделей психологического здоровья

Fig. 1. The ratio of mental health models

Чтобы не создалось впечатления посягательства на право человека иметь частную жизнь и огульной критики гуманистического подхода, отдадим ему должное. Гуманистический подход, безусловно, несет в себе рациональное зерно: человеку важно научиться формировать собственное видение и понимание действительности, обрести свой почерк и свой стиль в деятельности, уметь пла-

ся, либо «быть ниже себя», лукавя, пасуя или самоустраиваясь. Вариант «быть самим собой» здесь, увы, нереализуем, ибо человек в духовно-нравственном плане не тождественен самому себе, потому что в своих личностных устремлениях он сопряжен с силами добра или силами зла в их явных или латентных проявлениях. Здесь (в норме!) действуют другие, более высокие мотивы: вера

## Психологическое здоровье и национальный воспитательный идеал

Отечественному образованию традиционно отводится ведущая роль в духовно-нравственной консолидации общества, его сплочении перед лицом внешних и внутренних вызовов, в укреплении социальной солидарности, в повышении уровня доверия человека к жизни в России, к согражданам, обществу, государству, настоящему и будущему своей страны. В связи с этим была разработана «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России» (Данилюк и др., 2011), которая представляет собой ценностно-нормативную основу взаи-

<sup>5</sup> Буквально – упадок духа, малодушный человек – слабохарактерный человек, легко поддающийся стороннему убеждению и своим мелочным рас-  
четам.

<sup>6</sup> Погружение в не имеющие истинной ценности, пустые и бесплодные заботы.

<sup>7</sup> Недостойный человека и заслуживающий осуждения образ мыслей и поступков, ведущий к духовной гибели; «окаянный» – по-церковнославянски каиноподобный, то есть подобный первому человекоубийце.

модействия общеобразовательных учреждений с другими субъектами социализации – семьей, общественными организациями, религиозными объединениями, учреждениями дополнительного образования, культуры и спорта, средствами массовой информации. Целью этого взаимодействия является обеспечение условий для духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся.

Важнейшими национальными задачами нашей страны в Концепции названы преумножение численности многонационального народа Российской Федерации, повышение качества его жизни, улучшение условий труда и творчества, укрепление духовности и нравственности, гражданской солидарности и государственности, развитие национальной культуры. Решение этих задач должно обеспечить устойчивое и успешное развитие России. Ключевое значение в тексте документа отводится современному национальному воспитательному идеалу, который определяется:

- национальными приоритетами;
- необходимостью сохранения преемственности по отношению к национальным воспитательным идеалам прошлых исторических эпох;
- положениями Конституции Российской Федерации;
- содержанием Закона Российской Федерации «Об образовании».

Современный национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации (Данилюк и др., 2011, С. 11).

Полагаем, что порядок перечисления педагогических приоритетов: нравственность, творчество, компетентность не является случайным и отражает систему их соподчинения – от региональных задач формирования компетентностей, необходимых для существования в мире, через развитие способности их творческого приложения, к общезначимой установке на личностное развитие и нравственное воспитание детей.

Таким образом, представления о современном национальном воспитательном идеале буквально соответствуют выделенным в рамках антропологической модели условиям и критериям психологического здоровья: от субъективации, самообладания и жизнеспособности через индивидуализацию, самобытность и созидательность к самоодолению, духовному возрастанию и нравственному совершенствованию личности.

Закономерно, что представления о психологическом здоровье наиболее основательно закрепились именно среди специалистов системы образования. Для системы образования проблема психологического здоровья сводится к вопросу о том, какой субъективный настрой и духовный облик складывается у ребенка в процессе развития. Поэтому психологическое здоровье является не столько диагностическим, сколько контекстным понятием, фокусирующим педагогов и специалистов на профес-

и взаимодополнения (рис. 2). Этот настрой системы образования мы называем «симфонией» (Шувалов, 2011а). При первом приближении он может быть очерчен в виде трех уровней образовательных процессов, на которых осуществляется и результируется развитие.

На первом уровне ребенок, интеллектуально познавая и практически осваивая разнообразные предметы, развивается как самостоятельный субъект, приспособляющийся к сложным условиям природной среды и социокультурного окружения. Здесь отношения взрослого и ребенка строятся по типу формальной общности, в которой параметры совместной деятельности (образовательные стандарты, учебный план, учебная программа) заранее заданы, статусы (учитель и ученик) и функции (учить и учиться) предписаны. Развитие и качество образования обеспечиваются грамотной организацией и методикой ведения учебного процесса.

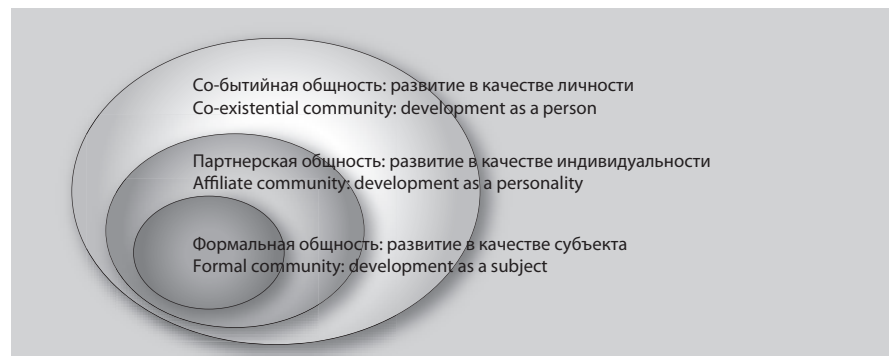


Рисунок 2. Соотношение форм педагогической деятельности

Fig. 2. Value forms of pedagogical activity

сиональной сверхзадаче. В образовании – это приоритет развития ребенка как личности. Соответственно, педагогическая деятельность может быть понята и описана как антропопрактика, ориентированная на обретение ребенком всей возможной полноты своего существования. В таком виде она максимально благоприятствует сохранению и укреплению психологического здоровья учащихся. При этом, определение основной миссии образования – обеспечение личностного развития и нравственного воспитания ребенка – подразумевает и другие функции образования, приводя их на основе принципа иерархии (соподчинения) к состоянию согласия

Но приобретаемые знания и умения (компетенции) в подлинном смысле облагораживают ребенка лишь в той мере, в которой благоприятствуют развитию его индивидуальности: помогают ему формировать собственное видение и понимание действительности, оттачивать свой почерк и свой стиль деятельности, учиться принимать решения и совершать поступки от первого лица. Залогом решения образовательных задач второго уровня является «человеческий фактор» – личное обаяние и педагогический такт взрослых, которые обнаруживают себя в чутком и бережном отношении к проявлениям нарождающейся детской самобытности, умению заинте-

ресовать, воодушевить ребенка, предоставить соразмерные его возрастным возможностям степень свободы и пространство самоопределения. Задача педагога (специалиста) состоит в том, чтобы, не стесняя развитие детей формальными требованиями и ограничениями, постараться помочь каждому ребенку понять и проявить себя, определить свои интересы и обрести вкус к творчеству, крепко встать на ноги и пойти по жизни своим путем. Здесь образовательная практика перестраивается на эгалитарный стиль отношений, складывается партнерская общность взрослого и ребенка.

В процессе индивидуализации по мере взросления и вступления в самостоятельную жизнь человек начинает лично сталкиваться с необходимостью нравственного самоопределения. Поэтому индивидуализация – не самоцель, а одно из важных условий нравственного совершенствования личности, ступень на тернистом пути духовного роста человека. Человек как личность непрерывно экзаменуется мучительной проблемой добра и зла и вытекающей из нее проблемой достойного и недостойного бытия в мире. Необходимость делать нравственный выбор побуждает человека искать высшие (спасительные) ориентиры, укрепляющие и направляющие

его. В контексте истории и культуры – это духовная традиция как источник и форма обретения своей подлинной сущности, а с ней и всей возможной полноты существования. В религиозном миропонимании – это чувство присутствия Живого Бога, твердая вера и добрые дела. Пространством личностного развития и нравственного воспитания ребенка является со-бытийная общность: духовное единение людей на основе общих ценностей и смыслов, преодоление каждым тяготения собственного эгоцентризма и границ своей индивидуальности, переживание чувства солидарности, ответственности и преданности, которое включает в себя и «я», и «ты», и «мы».

Со-бытийная общность теоцентрична и синергийна. Педагогической нормой здесь является опыт децентрации взрослого и ребенка в диалогическом общении, сотрудничестве и сопереживании. На этом уровне развития в нас утверждается понимание человека как носителя образа Божия, когда другой человек в наших глазах обретает особую сакральную ценность.

Мера соответствия современного отечественного образования положениям национального воспитательного идеала и стандартам антропопрактики – это отдельная и весьма злободнев-

ная тема, которой мы уделяем внимание в других наших исследованиях (Шувалов, 2011а, 2014а).

## Заключение

Для нормализации психологического здоровья отдельных людей и жизни общества в целом недостаточно приведения в действие политических, экономических, правовых или культурных регуляторов. Необходима деятельная забота о духовно-личностном развитии и нравственном совершенствовании человека. Такие возможности открываются в условиях семейного воспитания, в сферах педагогической деятельности и психологической помощи. Это основные области приложения антропологической модели психологического здоровья. Антропологический подход к проблеме здоровья позволяет восполнить научную базу гуманитарных практик рациональными представлениями, отвечающими современным вызовам. Чтобы психология могла полноценно включиться в процесс исцеления современного человека и общества требуется реабилитация духовного начала внутри самой психологии. Сегодня это важный аспект развития научного психологического знания.

## Литература:

Анализ положения детей в Российской Федерации : Доклад ЮНИСЕФ // Сайт Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, 2013. – Электронный ресурс. – Режим доступа : [http://www.rfdeti.ru/files/1270207063\\_analiz\\_rf.pdf](http://www.rfdeti.ru/files/1270207063_analiz_rf.pdf) – (дата обращения: 05.04.2013).

Бахтин М.М. Проблемы поэтики Достоевского / М.М. Бахтин. – Москва : Советский писатель, 1963.

Братусь Б.С. Образ человека в психологии / Б.С. Братусь // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. – Москва : Смысл, 1997. – С. 67-91.

Братусь Б.С. Русская, советская, российская психология / Б.С. Братусь. – Москва : Флинта, 2000.

Данилюк А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. – Москва : Просвещение, 2011.

Дубровина И.В. Введение в практическую психологию образования // Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – С. 15-178.

Зинченко Ю.П. Психологическое здоровье и профессиональная самореализация руководителя / Ю.П. Зинченко, И.С. Бусыгина // Национальный психологический журнал. – 2013. – № 1(9). – С. 89-95.

Леонтьев К.Н. Записки отшельника : публицист. и филос. ст. / К. Леонтьев ; сост., вступ. ст., примеч. В. Чочеткова. – Москва : Рус. кн., 1992. – 538 с., портр.

Маслоу А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу. – Санкт-Петербург : Евразия, 1999.

Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество : учебник для студ. вузов / В.С. Мухина. – Москва : Академия, 1999.

Олпорт Г. Становление личности / Г. Олпорт. – Москва : Смысл, 2002.



- Павел Астахов считает суициды государственной трагедией : комментарии пресс-службы Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка Павла Астахова // Сайт Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, 2013. – Электронный ресурс. – Режим доступа : <http://www.rfdeti.ru/display.php?id=4735> – (дата обращения: 05.04.2013).
- Рассказова Е.И. Модели стадий изменения поведения в психологии здоровья: возможности и ограничения // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 2014. - №4 – с.102-119.
- Решетников М.М. Психическое здоровье населения – современные тенденции и старые проблемы. // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 1(17). – С. 9-15.
- Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К.Р. Роджерс. – Москва : Прогресс, 1994.
- Слободчиков В.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности : учеб. пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – Москва : Школа-Пресс, 1995.
- Слободчиков В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе : учеб. пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – Москва : Школьная Пресса, 2000.
- Слободчиков В.И. Духовно-нравственное становление и развитие человека // Духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения как определяющее условие развития общества : сб. материалов межрегиональной научно-практической конференции (16-18 февраля 2011 г.) / под ред. Т.А. Синоюшкиной. – Петропавловск-Камчатский : Изд-во КИПКПК, 2011.
- Слободчиков В.И. Категориальный строй постнеклассической психологии человека // Современная личность: Психологические исследования / отв. ред. М.И. Воловикова, Н.Е. Харламенкова. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Слободчиков В.И. Антропологический подход к решению проблемы психологического здоровья детей / В.И. Слободчиков, А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2001. – № 4. – С. 91-105.
- Соловьев В.С. Оправдание добра. Нравственная философия // В.С. Соловьев Соч. В 2 т. Т. 1. – Москва, 1988.
- Степин В.С. Классика, неклассика, постнеклассика: критерии различия // Постнеклассика: философия, наука, культура. – Санкт-Петербург : Издательский дом «Мирь», 2009. – С. 249-295.
- Флоренская Т.А. Мир дома твоего. Человек в решении жизненных проблем / Т.А. Флоренская. – Москва : Русский Хронограф, 2009.
- Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – Москва : Прогресс, 1990.
- Хамитов Н.В. Философия человека: от метафизики к метаантропологии / Н.В. Хамитов. – Киев: Ника-Центр, 2002.
- Чеснокова М.Г. Общепсихологические основания исследования здоровья личности // Национальный психологический журнал. – 2013. – № 1(9). – С. 96-102.
- Шмеман А., протоиерей. Дневники 1973-1983 / протоиерей А. Шмеман. – Москва : Русский путь, 2005.
- Шувалов А.В. Принцип симфонии в системе образования (психолого-педагогическое эссе) / А.В. Шувалов // Образовательная политика. – 2011а. – № 3. – С. 97-105.
- Шувалов А.В. Антропологический подход к проблеме психологического здоровья / А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2011б. – № 5. – С. 3-16.
- Шувалов А.В. Проблема психологического здоровья в свете православной духовной традиции / А.В. Шувалов // Человек. – 2011в. – № 6. – С. 134-151.
- Шувалов А.В. Психологическое здоровье и гуманитарные практики / А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2012. – № 1. – С. 1-10.
- Шувалов А.В. Психолого-педагогические аспекты реализации воспитательного идеала / А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2014а. – № 5. – С. 57-70.
- Шувалов А.В. Методологические аспекты психологического человекознания / А.В. Шувалов // Национальный психологический журнал. – 2014б. – № 3 (15). – С. 17-27.

## References:

- Allport, G. (2002) Stanovlenie lichnosti [Development of the person]. Moscow, Smysl.
- Bakhtin, M.M. (1963) Problemy pojetiki Dostoevskogo [Issues of Dostoevsky's poetics]. Moscow, Sovetskii pisatel'.
- Bratus', B.S. (1997) Obraz cheloveka v psikhologii [The image of person in psychology]. *Psikhologiya s chelovecheskim litsom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetsoy psikhologii* [Psychology with a human face: a humanistic perspective in the post-Soviet psychology]. Moscow, Smysl, 67-91.
- Bratus', B.S. (2000) Russkaya, sovet'skaya, rossiyskaya psikhologiya [Russian, Soviet, Russian psychology]. Moscow, Flint.
- Chesnokova M.G. (2013). General psychological bases for individual health research. *National Psychological Journal*, 1, 96–102.
- Danyluk, A.Y., Kondakov, A.M., & Tishkov, V.A. (2011) Kontsepsiya dukhovno-nravstvennogo razvitiya i vospitaniya lichnosti grazhdanina Rossii [The concept of spiritual and moral development and education of a citizen of Russia]. Moscow, Prosveschenie.
- Doklad YuNISEF «Analiz polozheniya detey v Rossiyskoy Federatsii» [UNICEF report «Analysis of the situation of children in the Russian Federation»]. *Sayt Upolnomochennogo pri Prezidente Rossiyskoy Federatsii po pravam rebenka, 2013* [Website of the Commissioner of the President of the Russian Federation for the Rights of the Child, 2013]. URL: [http://www.rfdeti.ru/files/1270207063\\_analiz\\_rf.pdf](http://www.rfdeti.ru/files/1270207063_analiz_rf.pdf) (date of treatment: 04/05/2013).
- (Ed.) Dubrovin, I.V. (2004) Vvedenie v prakticheskuyu psikhologiyu obrazovaniya [Introduction to the practical psychology of education]. *Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya* [Practical psychology of education]. SPb, Piter, 15-178.
- Florenskaya, T.A. (2009) Mir doma tvoego. Chelovek v reshenii zhiznennykh problem [The world of your house. Man in solving life's problems]. Moscow, Russkii Khronograf.
- Frank, S.L. (2010) Chelovek i Bog [Man and God]. Minsk, Belorusskaya Pravoslavnaya Tserkov'.
- Frankl, V. (1990) Chelovek v poiskakh smysla [Man in search of meaning]. Moscow, Progress.

- (2014) K 70-letiyu V.I. Slobodchikova [On the 70th anniversary of V.I. Slobodchikov]. *Voprosy psikhologii [Issues of psychology]*. 4, 143-149.
- Khamitov, N.V. (2002) *Filosofiya cheloveka: ot metafiziki k metaantropologii [The philosophy of the person, from metaphysics to meta-anthropology]*. Kiev, Nika-Tsenter.
- Leontiev, K.N (1992) *Vizantizm i slavyanstvo [Byzantium and the Slavs]. Zapiski otshel'nika [Notes of a hermit]*. Moscow.
- Maslow, A.G. (1999) *Motivatsiya i lichnost' [Motivation and Personality]*. SPb, Evrasia.
- Nicholas Serbian, St. (2010) *Mysli o dobre i zle [Thoughts of right and wrong]*. Minsk, Izdatel'stvo D. Kharchenko.
- (Ed.) Nikiforov, G.S. (2003) *Psikhologiya zdorov'ya. Uchebnik dlya vuzov [Health Psychology. Textbook for high schools]*. SPb, Piter.
- Pavel Astakhov schitaet suitsidy gosudarstvennoy tragediy [Pavel Astakhov considers suicides a public tragedy]. *Sayt Upolnomochennogo pri Prezidente Rossiyskoy Federatsii po pravam rebenka, 2013 [Website of the Commissioner of the President of the Russian Federation for the Rights of the Child, 2013]*. URL: <http://www.rfdeti.ru/display.php?id=4735> (the date of circulation: 04.05.2013).
- Reshetnikov I.I. (2015). Mental health of Russian population: new tendencies and old problems. *National psychological journal [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal]*, 1, 9-15.
- Rogers, K.R. (1994) *Vzglyad na psikhoterapiyu. Stanovlenie cheloveka [A look at psychotherapy. Becoming a person]*. Moscow, Progress.
- Schmemmann, A., Archpriest (2005) *Dnevniky 1973-1983 [Diaries 1973-1983]*. Moscow, Russkiy put'.
- Shuvalov, A.V. Printsip simfonii v sisteme obrazovaniya (psikhologo-pedagogicheskoe esse) [The principle of the symphony in the education system (psycho-pedagogical essay)]. *Obrazovatel'naya politika [Educational Policy]*, 2011a. № 3. S. 97-105.
- Shuvalov, A.V. (2011b) *Antropologicheskii podkhod k probleme psikhologicheskogo zdorov'ya [The anthropological approach to the problem of psychological health]*. *Voprosy psikhologii [Issues of psychology]*. 5, 3-16.
- Shuvalov, A.V. Problema psikhologicheskogo zdorov'ya v svete pravoslavnoy dukhovnoy traditsii [The issue of mental health in the light of the Orthodox spiritual tradition]. *Chelovek 2011 [Man 2011]*. 6, 134-151.
- Shuvalov, A.V. (2012) *Psikhologicheskoe zdorov'e i gumanitarnye praktiki [Psychological health and humanitarian practice]*. *Voprosy psikhologii [Issues of psychology]*. 1, 1-10.
- Shuvalov, A.V. (2013) *Invarianty psikhologicheskogo chelovekoznanija [Invariants of psychological anthropology]*. [Bulletin of Saint Tikhon's Orthodox University]. Series 4, Pedagogy, Psychology.1 (28), 109-128.
- Shuvalov, A.V. (2014a) *Psikhologo-pedagogicheskie aspekty realizatsii vospitatel'nogo ideala [Psychological pedagogical aspects of the implementing the educational ideal]*. *Voprosy psikhologii [Issues of psychology]*. 5, 57-70.
- Shuvalov, A.V. (2014b) *Metodologicheskie aspekty psikhologicheskogo chelovekoznanija [Methodological aspects of psychological anthropology]*. *National Psychological Journal [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal]*, 3, 17-27.
- Slobodchikov, V.I., & Isaev, E.I. (1995) *Osnovy psikhologicheskoy antropologii. Psikhologiya cheloveka: vvedenie v psikhologiyu subektivnosti. Uchebnoe posobie dlya vuzov. [Fundamentals of psychological anthropology. Human Psychology: An Introduction to the psychology of subjectivity. Textbook for high schools]*. Moscow, Shkola-Press.
- Slobodchikov, V.I., & Isaev, E.I. (2000) *Osnovy psikhologicheskoy antropologii. Psikhologiya cheloveka: razvitie subektivnoy real'nosti v ontogeneze. Uchebnoe posobie dlya vuzov. [Fundamentals of psychological anthropology. Psychology of human development: the development of subjective reality in ontogeny. Textbook for high schools]*. Moscow, Shkola-Press.
- Slobodchikov, V.I. (2012) *Kategorial'nyy stroy postneklassicheskoy psikhologii cheloveka [Categorical structure of postnonclassical human psychology]. Sovremennaya lichnost': Psikhologicheskie issledovaniya [Modern personality: Psychological studies]*. Moscow, Izdatel'stvo «Institut psikhologii RAN».
- Slobodchikov, V.I., & Shuvalov, A.V. (2001) *Antropologicheskii podkhod k resheniyu problemy psikhologicheskogo zdorov'ya detey [Anthropological approach to the problems of mental health in children]*. *Voprosy psikhologii [Issues of psychology]*. 4, 91-105.
- Sokolova, E.T. (2013). Cultural-psychological and clinical perspectives of research on phenomena of subjective uncertainty and ambiguity. *Psychology in Russia: State of the Art*, 6(2), 78-88. doi: 10.11621/pir.2013.0207
- Solovyov, V.S. (1988) *Opravdanie dobra. Nравstvennaya filosofiya [Justification of the Good. Moral philosophy]*. Vol. 2. Moscow.
- Stepin, V.S. (2009) *Klassika, neklassika, postneklassika: kriterii razlicheniya [Classical, non-classics, post- non-classics: criteria for distinguishing]. Postneklassika: filosofiya, nauka, kul'tura [Post-non-classics: philosophy, science, and culture]*. St. Petersburg: Izdatel'skiy dom "Mir", 249-295.
- Zinchenko Yuriy D., Busygina Ina S. (2013). Psychological health and professional actualization of the company executive. *National Psychological Journal [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal]*, 1, 89-95.