



Проблема развития и бытия личности

Ирина Дубровина

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ВОЗРАСТНОГО РАЗВИТИЯ

Аннотация. Речь идет о широких возможностях психологии, обслуживающей систему образования, в развитии личности и укреплении психологического здоровья учащихся, которое в настоящее время стало рассматриваться как приоритетная проблема современного образования. Обнаружено, что трудности решения этой проблемы связаны с тем, что психологическое здоровье само по себе не возникает, а является результатом глубинного взаимодействия развития, обучения и воспитания детей и школьников на каждом этапе онтогенеза. Показано, что именно взаимодействие этих процессов способствует развитию человека как Человека: психологическое здоровье растущего и взрослеющего человека обусловлено, с одной стороны, характером и уровнем его психического развития, с другой – подкрепляется его психологической грамотностью и в целом обуславливается психологической культурой его развивающейся личности.

Ключевые слова: психологическое здоровье; развитие; личность; самосознание; нравственность; психологическая грамотность; психологическая культура; воспитание; образование.

Abstract. The greater psychological opportunities in education system for development of personality and in consolidation of psychological health of students (that is considered nowadays as a priority problem of modern education) are discussed. It was discovered that difficulties of solving this problem are related to the idea that psychological health is a result of a deep interaction of development, training and education of children and students at the each stage of ontogenesis. It is shown that the interaction of these processes contributes to development of a person as a person: psychological health of a growing and maturing person is determined, on the one part, by the character and level of his psychic development and, on the other part, it is reinforced by his psychological literacy and is determined by psychological culture of a developing personality in general.

Keywords: psychological health; development; personality; self-consciousness; morality; psychological literacy; psychological culture; education; training.

Взросление – чертовски трудная штука.
Гораздо легче перейти из одного детства
в другое.

Ф.С. Фицджеральд

Воспитать человека интеллектуально,
не воспитав его нравственно, – значит
вырастить угрозу для общества.

Б.Т. Вашингтон

Здоровье человека –
состояние его
душевного,
физического и
социального
благополучия

Здоровье человека как комплексный, многоаспектный феномен, зависящий от множества факторов, активно обсуждается в медицине, психологии, педагогике, физиологии, философии, социологии, акмеологии и других науках. Поэтому понятие «здоровье» постоянно обогащается новыми смыслами и характеристиками.

Каждая из наук изучает свой аспект проблемы здоровья, имеет свое толкование феномена «здоровье», но все эти различные толкования так или иначе соотносятся с понятием «благополучие». Например, в медицине термином «здоровье» обозначается состояние полного душевного, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

В Кратком словаре по социологии дается толкование термина «здоровье населения». Подчеркивается, что здоровье – это состояние, противоположное болезни; состояние оптимальной жизнедеятельности субъекта; это полнота проявления жизненных сил, ощущения жизни, гармоничность развития личности; состояние полного физического, духовного и социального благополучия и др.

Психологию интересует свой аспект проблемы здоровья – психологическое здоровье, которое также рассматривается в связи с психологическим благополучием человека. Именно психологическое благополучие человека является показателем его психологического здоровья.

Психологическое
здоровье – свойство
развитой личности

В настоящее время не существует какого-то общепринятого определения феномена психологического здоровья. Однако учеными обозначен подход к проблеме психологического здоровья, и этот подход производится с точки зрения развития личности: здоровье личности лежит в ее «самореализации» (К. Хорни), «индивидуализации» (К. Юнг), в «осуществлении смысла» (В. Франкл), в «стремлении к самосовершенствованию» (А. Адлер), к «самоопределению» (Ш. Бюллер) и др.

Психологическое здоровье – это психологическое свойство развитой личности. Оно представляет собой одно из важнейших состояний личности и связано с нравственным развитием человека. Еще А. Маслоу писал о двух составляющих психологического здоровья. Это, во-первых, стремление людей быть «всем, чем они могут», развивать свой потенциал через самоактуализацию, необходимым условием которой, по его мнению, является нахождение человеком верного представления самого себя. И, во-вторых, стремление к гуманистическим ценностям.

Психологическое здоровье сопряжено с духовным становлением личности

Развитие психологического здоровья предполагает «духовное становление личности», полноту и богатство ее внутреннего мира на основе полноценного и всестороннего психического развития. Результатом духовного развития является психологическая культура личности, которая позволяет человеку воспринимать свое психологическое благополучие в контексте благополучия окружающих людей. Потому психологическая культура личности может рассматриваться как необходимое условие психологического здоровья человека.

Слово «культура» происходит от латинского *cultura* – «возделывание, обработка почвы». Постепенно термин «культура» стал употребляться и по отношению к человеку, означая облагораживание, воспитание, обучение, преобразование его внутреннего мира, «возделывание души». В.П. Зинченко писал: «Культура как бы предоставляет человеку инструментарий, соответствующее материальное оснащение и духовное оборудование для его поведения и деятельности» [1, с. 13].

Взаимообусловленность процессов развития и воспитания

Психологическое здоровье обусловлено, с одной стороны, развитием того, что дала человеку природа; с другой – развитием личности, воспитанием человека как субъекта деятельности и жизни в определенных социальных условиях. Развитие и воспитание – взаимообусловленные процессы, так как они имеют одну и ту же цель – помочь растущему человеку как можно полнее реализовать себя в обществе. Однако развитие обращено к тому, что уже присуще индивиду, а воспитание – к тому, чего у него нет, но что дано в общественной морали, в нравственных нормах и нравственных качествах людей, в культуре.

Развитие личности растущего человека – задача образования

Передача культурного, духовного наследия от одного поколения к другому не осуществляется автоматически. Для того чтобы процесс культурной преемственности поколений проходил успешно, нужны усилия. Нужна организация последовательной и внутренне

Главные составляющие психологического здоровья

Психическое здоровье как результат психического развития

согласованной системы домашнего и общего государственного образования. При этом в каждом человеке надо «видеть личность», имеющую равное и неотъемлемое право на полноценное духовное развитие. В.В. Давыдов, заимствуя идею у Ф.М. Достоевского, полагал, что личности надо «выделаться», а «разгадку “ставшей” личности следует искать на ранних этапах ее развития, то есть в детстве» [2, с. 111].

Эту задачу психологи могут решить только в совместной деятельности с педагогами, но они могут предложить эффективные пути ее решения, организовать такое сопровождение детей в их учебной деятельности, создание таких психолого-педагогических условий, которые бы обеспечивали духовное развитие каждого ребенка как основу его психологического здоровья.

Психологическое здоровье зарождается и укрепляется в недрах таких социальных институтов, как семья, детский сад, школа, вуз, общество в целом и проч., и является результатом обучения, развития и воспитания на каждом этапе онтогенеза – от рождения до старости.

Основные взаимосвязанные составляющие психологического здоровья:

- психическое здоровье, зависящее от полноценности психического и личностного развития человека;
- психологическая грамотность, позволяющая человеку осознавать особенности и качества своего психического и личностного развития, осознанно к ним относиться;
- психологическая культура личности, обусловленная осознанием человека не только себя в мире, но и себя во взаимодействии с этим миром, развитием гуманистической направленности личности и формирующегося гуманистического мировоззрения;
- психологическое благополучие как показатель психологического здоровья.

Не только развитие, но и обязательно взаимодействие составляющих психологического здоровья идут непрерывно на протяжении всей жизни человека и имеют в каждом возрастном периоде свои особенности, влияющие на характер этого здоровья. Коротко рассмотрим каждое из них.

Первый шаг к психологическому здоровью – это укрепление психического здоровья. Как известно, термин «психическое здоровье» был введен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). В докладе Комитета экспертов ВОЗ «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей» (1979) психическое здоровье

детей рассматривается как состояние душевного благополучия, которое характеризуется отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности.

Психическое здоровье человека обусловлено его психическим развитием, которое идет непрерывно на протяжении всей жизни человека. Сензитивным периодом его становления является дошкольное и школьное (начальные классы) детство, именно в этом возрасте закладываются основы психического здоровья. Детство – начальный этап, самый ответственный, во многом определяющий все остальные этапы развития человека как Человека.

Семья –
социокультурный
очаг развития
ребенка

Семья – первый и главный социальный институт, источник развития и укрепления психического здоровья родившегося человека. Ребенок рождается и живет в мире людей, в мире предметов, созданных руками человека, в мире культуры, в мире человеческих отношений. Особое значение Л.С. Выготский придавал идее *врастания в культуру*: «Врастание ребенка в культуру является развитием в собственном смысле этого слова» [3, с. 291–292].

Культурное развитие происходит в контексте повседневного опыта усвоения культуры. Домашний быт – общий жизненный уклад, повседневная жизнь, определенная система межличностных отношений, культурный контекст и ценностные установки этой жизни – многое определяет в психическом и личностном развитии ребенка. Овладевая культурой в процессе неформального семейного образования, ребенок одновременно овладевает собой и своим поведением, постепенно накапливает свой собственный опыт отношений, интересов, успехов и неудач, переживаний. «Следует задуматься, – писал В.П. Зинченко, – не является ли то, что Л.С. Выготский называл социокультурным контекстом развития, духовным укладом, который начинает усваиваться в раннем детстве» [1, с. 419].

Согласно видению Л.С. Выготского, в результате постепенного овладения ребенком культурно заданными средствами и действиями с предметами, культурно заданными отношениями с другими людьми, культурно заданными средствами владения собой, своей психической деятельностью, своим поведением у него развиваются собственно человеческие, высшие психические функции, формируется личность.

Психическое здоровье обеспечивается развитием высших психических функций

Именно развитие высших психических функций обеспечивает психическое здоровье. Почему?

Родившемуся человеку присущи, помимо потребностей в еде, тепле, заботе, великие базовые потребности, удовлетворение которых позволяет ему стать человеком. Это потребность в познании того мира, куда он попал при рождении; потребность в общении, установлении контактов с людьми; потребность понять самого себя и занять достойное место в обществе людей и предметно-деятельностном мире; потребность в теплоте чувств, в любви.

В каждом возрастном периоде у ребенка на основе базовых потребностей возникают особые потребности в деятельности, общении, познании, понимании, эмоциональном принятии мира и проч. Становление личности как раз и связано с развитием и удовлетворением потребностей растущего человека.

Удовлетворение этих потребностей порождает положительные эмоции и чувства, способствует развитию ребенка и укрепляет его психическое здоровье, положительно сказывается на его психологическом благополучии.

Психологический дискомфорт

Неразвитые психические функции препятствуют удовлетворению этих потребностей, не позволяя ребенку полноправно взаимодействовать с миром людей, культуры, природы, познавать, чувствовать и понимать этот мир. Различные формы депривации – сенсорной, эмоциональной, двигательной, социальной – всегда приводят к нарушению нормального функционирования психики. В результате фрустрации потребностей у ребенка возникает психологический дискомфорт, или ощущение психологического неблагополучия, что создает депривационную ситуацию и, как следствие, нарушение психического здоровья (страхи, тревожность, психическое напряжение, комплексы, негативные переживания, неуверенность, неверие в свои силы, неадекватные реакции и проч.).

Аффективная депривация – одна из основных причин нарушения психического здоровья ребенка

Основное патогенное значение для нарушения развития и психического здоровья имеет недостаточное удовлетворение аффективных потребностей, то есть эмоциональная, аффективная депривация. Каждый ребенок для своего здорового развития нуждается, в первую очередь, в теплоте чувств, в любви. Наверное, самое ценное, что он получает в семье, это ощущение себя нужным, любимым, это дает ему спокойствие и уверенность в отношениях с окружающим миром, он к нему тоже начинает относиться с доверием и любовью. Чувство доверия,

согласно Э. Эриксону, формируется на основании первого года жизни ребенка и превращается в установку, определяющую его отношение к себе и миру.

Источником доверия являются любовь, внимание и доверие взрослых, проявляющиеся в общении с растущим человеком на разных этапах онтогенеза. Рождаясь в благоприятной для ребенка ситуации общения, доверие постепенно укрепляется, становится личностным достоянием, входит в структуру психологической культуры личности. Если ребенок вырастает в обстановке бессердечности, у него не формируются чувство доверия к миру, людям, самому себе, способность ощущать оттенки чувств своих и других людей, он становится равнодушным к красоте и добру.

Социальная ситуация развития в переходный – от дошкольного к школьному детству – период

Не случайно основную характеристику условий, обеспечивающих психическое здоровье детей, Л.С. Выготский связывал с понятием социальной ситуации развития. А ее основу составляет переживание ребенком среды своего обитания и себя в этой среде. Если переживания позитивны, то среда обладает развивающим эффектом и в ней возможны реализация и укрепление потенциального психического здоровья ребенка.

Пожалуй, наиболее сложным и уязвимым в процессе укрепления психического здоровья ребенка является переходный период от дошкольного детства к школьному. Происходит как бы слияние двух социальных институтов – семьи и образовательного учреждения. Теперь развитие и здоровье ребенка находятся уже под влиянием двух социальных факторов – семьи и школы. Переживание младшим школьником среды своего «школьного» обитания и себя в этой среде составляет особую социальную ситуацию его развития. И теперь уже не только от родителей, но и от учителей зависит, чтобы эта ситуация способствовала позитивному переживанию ребенка в результате удовлетворения его новых потребностей, связанных с развитием способностей к усвоению новой для него деятельности – учебной, к установлению новых отношений со сверстниками, взрослыми и проч.

Фрустрация одной или нескольких потребностей в младшем школьном возрасте лежит в основе так называемых школьных неврозов, проявляющихся в виде различных заболеваний психосоматического генеза (бронхиальные астмы, головные боли и т.д.). Все это тормозит, искажает позитивный путь психического развития и становления личности, негативно влияет на его психическое здоровье и свидетельствует о психологическом неблагополучии.

Каждый ребенок в школе должен быть окружен вниманием и заботой

Не пропустить сензитивный период для психического развития ребенка!

Желание младшего школьника учиться и неумение это делать

Педагогам и психологам необходимо найти способы позитивного взаимодействия с семьей ребенка. Зная семейную обстановку, в которой живут дети, важно не дать угаснуть познавательному интересу, поддержать эмоциональную предрасположенность к миру и людям, сформированные у одних детей, и окружить вниманием и любовью других, дав им возможность не только почувствовать интерес к учению и знанию, но и соприкоснуться с абсолютной ценностью человеческих отношений как отношений любовных в широком смысле этого слова. В.А. Сухомлинский предупреждал: «Если маленькому ребенку не удастся вернуть веру в добро и справедливость, он никогда не сможет почувствовать человека в самом себе, испытать чувство собственного достоинства» [4, с. 17], чувство доверия к миру и людям.

Дошкольное и школьное детство является сензитивным периодом для развития всех познавательных способностей, речи, воли, эмоций. Поэтому основная задача дошкольного и начального школьного образования – развитие общих способностей детей. Однако сензитивность не означает, что способности разовьются сами по себе.

К сожалению, развитию таких познавательных способностей, как ощущения, восприятие, представление, воображение, уделяется недостаточное внимание в отличие от словесно-логического мышления и памяти. Между тем неразвитость этих познавательных психических процессов «осушает» источник внутренних возможностей познания мира, тормозит творческое развитие растущего человека. Чем сильнее развита способность видеть (замечать), слышать, осязать, улавливать различные запахи, ощущать радость движений, тем богаче становится его психика, то есть его внутренний мир, расширяется его образ мира. По существу, человек и начинает формироваться как личность с момента становления своей собственной картины (образа) мира, которая в значительной степени начинает определять направленность его складывающейся жизненной позиции.

С поступлением в школу у ребенка возникает ряд трудностей и противоречий, связанных с желанием учиться и неумением это делать. У школьника нередко отсутствует ясное понимание того, что, как и зачем он делает, для чего выполняет то или иное задание, чему учится в настоящий момент и какое отношение всё это имеет к нему самому. Между тем учебная деятельность с самого начала обучения должна приобретать для него личностный смысл: она должна быть для него интересна, и он должен понимать, зачем ему это нужно.

Важно познакомить детей с научным содержанием познавательных процессов

Младший школьный возраст (3–4 классы) – благоприятное время для включения детей в область научного познания психологии. Приобщение к научным знаниям (на доступном для их понимания уровне) о психологии человека имеет особое значение именно на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления. Изучение основ научной психологии в начальной школе отвечает возрастным задачам развития и помогает школьникам стать подлинным субъектом учебной деятельности. Знакомство детей с научным содержанием познавательных процессов приближает их к пониманию сути учебной деятельности, которая заключается в развитии самого себя на основе усваиваемых знаний и способов самостоятельного добывания этих знаний.

Эмоции не менее важный агент, чем мысль

Большого внимания в контексте укрепления психического здоровья заслуживает и эмоциональное развитие детей, развитие их чувств и сохранение эмоционального комфорта. Не случайно Л.С. Выготский подчеркивал, что «эмоциональная сторона личности имеет не меньшее значение, чем другие стороны, и составляет предмет и заботу воспитания в такой же мере, как ум и воля». Ведь эмоции, утверждал психолог, «не менее важный агент, чем мысль» [5, с. 142].

Переживания ребенка в процессе обучения, его эмоциональное отношение к содержанию урока, к учителю, одноклассникам остры, часто непредсказуемы. Чувства органично связаны с познавательными процессами и влияют не только на качество обучения, на развитие способностей, но и на складывающееся мировоззрение ученика. Ведь действительность познается ребенком не только рационально, но и эмоционально. Растущий человек воспринимает мир, «взирает» на него, относится к нему сквозь призму своих переживаний. От настроения, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Переживания составляют суть формирующегося внутреннего мира растущего человека. Рассмотрение способностей человека как проявлений его внутреннего мира позволило В.Д. Шадрикову ввести понятие духовных способностей человека и дать им научное обоснование. Автор показал, что интеграция рационального и эмоционального познания мира ребенком – через знания и переживания – закладывает условия для разви-

Любой ребенок нуждается в индивидуальном подходе

Возрастной подход не предполагает стандарта психического развития

тия не только его общих, но и духовных способностей, которые определяют поступки и отношение к людям, к значимым явлениям общественной жизни, к тем культурным и социальным ценностям, которые существуют в обществе.

Трудно предвидеть степень воздействия на внутренний мир ребенка любых условий, отношений и проч. Даже незначительное, казалось бы, событие может иметь для него значение или в настоящий момент, или в будущем в качестве отсроченного эффекта. Поэтому социальная ситуация приобретает характер ситуации развития тогда, когда осуществляется индивидуальный подход к каждому ребенку как к зарождающейся личности и индивидуальности.

Конечно, важно учитывать возраст ребенка при определении оптимальных условий его развития. Возрастные особенности существуют как наиболее типичные, наиболее характерные общие особенности конкретного возрастного этапа развития. Они указывают на общее направление этого развития.

Однако возрастной подход не предполагает стандарта психического развития. Возрастные особенности существуют в единстве с особенностями индивидуальными, которые свойственны именно данному растущему человеку и которые определяют своеобразие его психики, его неповторимость, оригинальность. Ребенок не объект образования, а субъект. Субъект учения, познания, предметной деятельности, культуры. Взаимодействуя с ребенком, а затем с подростком, юношей, взрослым на всех этапах образования, следует понимать, что «индивидуальность ребенка есть главная ценность, реальная основа, живая сила психического развития, его источник и причина» [6, с. 182].

Любой ребенок самоценен уже потому, что он появился на свет, что ему дарована жизнь. Каждый ребенок интересен сам по себе: послушный и непослушный, успевающий и неуспевающий, красивый и не очень, подвижный и спокойный. Психологу (да и педагогу!) важно не определять, кто «лучше», кто «хуже» из детей одного и того же возраста, а уметь распознавать и учитывать индивидуальные варианты возрастного развития, индивидуальные пути и темпы взросления ребенка.

Нельзя заклиниваться на сегодняшних неудачах, слабостях школьника. Контекст неуспешности лишает образовательную ситуацию развивающего потенциала, что негативно влияет на психическое развитие, ослож-

Быть способным –
не исключение,
а правило

няет становление личности ребенка, не способствует укреплению его психического здоровья.

Формирующаяся личность растущего человека не может быть понята и не может рассматриваться вне развития его способностей. Быть способным – это не исключение, а правило при профессионально грамотной организации условий его жизни и развития. Но становление способностей ребенка требует терпения со стороны взрослых, внимания и бережного отношения к малейшим его успехам, а этого взрослым – родителям, воспитателям, учителям, да и психологам – часто не хватает! И они успокаивают свою совесть расхожей формулой о том, что способности – это исключение, а не правило.

Л.С. Выготский не случайно подчеркивал, что задача всякого творческого воспитания во всех нормальных случаях должна исходить из наличия величайших творческих возможностей человеческого существа и таким образом располагать и направлять свои воспитательные воздействия, чтобы развить и воспитать эти возможности.

Растущему человеку необходимо дать шанс, возможность почувствовать, что в него верят. Прекрасно эту мысль высказал М.М. Пришвин: «Тот человек, кого ты любишь во мне, конечно, лучше меня: я не такой. Но ты люби, и я постараюсь быть лучше себя». Почему ребенок нередко не получает такого шанса? Да потому, что мы чаще всего не знаем его. Проверяем уровень развития той или иной функции, того или иного психического свойства, качества. Но как результаты проверки свести воедино, соотнести с возрастом ребенка, с его индивидуальными особенностями, индивидуальным темпом развития, с историей его жизни? Это сложно, требует от взрослых больших интеллектуальных затрат и профессионального мастерства.

Между тем еще В.А. Сухомлинский писал: «Одна из важнейших задач состоит в том, чтобы в процессе овладения знаниями ребенок переживал чувство гордости. Учитель не только открывает мир перед учеником, но и утверждает ребенка в окружающем мире как активного творца, создателя, испытывающего чувство гордости за свои успехи» [4, с. 115]. Он замечал, что, не поддерживая в ребенке чувства собственного достоинства, не помогая ему преодолевать трудности и гордиться успехом, нельзя увеличить его способности, какие бы инновационные методы обучения ни применялись.

От личностного развития родителей и педагогов зависит развивающий эффект образовательной среды

Ученики в школе – это мальчики и девочки

Детям нередко в семье и школе не хватает эмоционального тепла

Психическое здоровье детей требует от взрослых постоянного анализа и в случае необходимости коррективы не только окружающей среды, но и своего собственного характера, поведения, отношений и проч. От уровня личностного развития родителей и педагогов, спектра их культурного, мировоззренческого и социального кругозора зависит духовная атмосфера, в которой живет ребенок. Иными словами, психическое здоровье детей зависит от той культурной социальной среды, в которой проходит их дошкольное и школьное детство и которая создает благоприятную почву для прорастания черт личностного духовного менталитета и их укрепления на последующих возрастных ступенях. Поэтому важно понять уровень развивающей эффективности среды, ее адекватность для каждого возрастного периода и каждого конкретного ребенка, вступившего в этот период.

Еще один важный момент возрастного и индивидуального развития ребенка требует внимания взрослых: существуют половые различия, которые дети весьма рано осознают, а затем довольно остро переживают. Обобщенные понятия, такие как «дошкольники», «младшие школьники», «подростки» на самом деле включают в себя конкретных мальчиков и девочек, весьма не похожих друг на друга.

Половая принадлежность – самая первая категория, в которой осмысливает себя ребенок. Еще Л. Фейербах указывал, что осознание индивидом себя в качестве мужчины и женщины является неременным условием успешного развития личности. Дети очень неравнодушны к своей внешности, которая уже в дошкольном возрасте фокусирует их напряженные эмоциональные переживания, а затем влияет и на формирующуюся общую самооценку. Очень важно помочь ребенку увидеть и осознать достоинства своей внешности, помочь ему полюбить свой внешний облик, относиться к нему спокойно, не стесняться его, обратить внимание ребенка на то, что все девочки и мальчики, в том числе и он (она) прекрасны, надо только уметь увидеть это.

Нарушения психического здоровья возникают тогда, когда своевременно не реализуются возрастные и индивидуальные возможности развития ребенка, не создаются условия для формирования возрастных психологических новообразований, не удовлетворяются социальные потребности в общении, личностные потребности в уважении и любви окружающих людей и проч. К сожалению, детям часто и в семье, и в школе не хватает сочувствия, эмоционального тепла, доброты, понима-

ния их желаний, действий, радости, огорчений. В жизни многих детей отсутствует любовь как явление культуры, как тип нормальных отношений между людьми. Поэтому задачей психологической службы и дошкольных, и школьных образовательных учреждений является не столько (ну хотя бы не только) поиск одаренных детей, а создание условий, при которых каждый ребенок мог бы почувствовать себя способным, талантливым хотя бы в одной из сфер человеческих деятельности. Это является первой и необходимой ступенькой на долгом и сложном пути его личностного самоопределения.

От психического
здоровья –
к здоровью
психологическому

Таким образом, полноценное психическое развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и на основе интеграции рационального и эмоционального познания мира ребенком – через знания и переживания, по сути, является той плодотворной почвой, на которой «взрастает» психическое здоровье и зарождаются истоки личности и индивидуальности человека, создаются условия для развития не только его общих, но и духовных способностей, интегрирующих в себе интеллект и чувства и закладывающих основу его психологического здоровья.

Самосознание –
осознание
школьником самого
себя

Второй шаг к психологическому здоровью – формирование у школьников научного знания о качествах своего психического и личностного развития, осознание ими их сущностного содержания и смысла. Сензитивным периодом для такого осознания является подростковый возраст, когда, по словам Л.С. Выготского, в драму развития (в связи с формированием самосознания) вступает новое действующее лицо, новый качественно своеобразный фактор – личность самого подростка.

Подросток постепенно приходит к пониманию, что самого себя надо «делать» самому, не надеяться на других. Какими бы хорошими и умными ни были окружающие взрослые и сверстники, они будут (вольно или невольно) воспитывать по своему образу и подобию. «Но я-то другой, – решает подросток, – только я сам, наверное, знаю, чего хочу, что могу и, вообще, какой я».

В.А. Сухомлинский признавался, что он не один год думал, в чем наиболее ярко выражается результат воспитания. Жизнь, говорил он, убедила его, что первый и наиболее ощутимый результат воспитания выражается в том, что человек стал думать о самом себе, задавать вопрос: «*Что такое Я-сам?*».

Думая о себе, человек сравнивает себя с другими: в чем он похож на них и в чем отличается. Это позволяет ему, с одной стороны, почувствовать общность с другими

людьми, с другой – создает основу для осознания своих личностных особенностей. Быть может, основной смысл развития в этом возрасте состоит в осознании школьником своей принадлежности к человеческому сообществу и в то же время – уникальности своей личности, своей индивидуальности.

В.С. Мухина подчеркивает: «Самосознанием мы называем знание нашего присутствия в мире, уверенность в том, что я есть и должен быть, что я представляю собой особое бытие, обладающее особым характером, отличающим меня от всего существующего вне меня. Это отличие составляет мою абсолютную инаковость, определяет мое существование как нечто единственное в своем роде, неповторимое и ни с чем не сравнимое...» [7, с. 28]. Самосознание есть осознание человеком своих чувств, побуждений, помыслов, мыслей, мотивов и особенностей своего поведения, ценностных ориентаций, своего положения среди людей, в обществе; самосознание предполагает адекватную рефлексивную рефлексию человека на самого себя.

Интересно проследить за особенностями возрастного развития самосознания. Если дошкольника интересует вообще, что такое «хорошо» и что такое «плохо» (помните, у В.В. Маяковского: «Крошка сын к отцу пришёл, и спросила кроха: “Что такое хорошо и что такое плохо?”»), то подросток уже сам пытается понять, что есть хорошего и что есть плохого в нем самом.

Здесь как раз и возникает главный вопрос: а что о себе как человеке знает современный школьник?

К сожалению, в современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, вступающего во взаимодействие с окружающим миром.

Любая образовательная программа в школе включает в себя много разных учебных предметов – литературу, математику, историю, физику, биологию и др. Каждый учебный предмет представляет собой область определенной науки и дает возможность ученику соприкоснуться с этой наукой как частью общей культуры. Иными словами, содержание любого учебного предмета вводит ребенка на доступном для его понимания уровне в пространство своих культурных смыслов, значений, ценностей, расширяет тем самым мировоззренческий горизонт ученика, создает условия для его развития,

Весьма
неопределенное
знание о себе как
человеке
у современного
школьника

предоставляет ему возможность самостоятельного и осознанного выбора своего места в жизни.

Однако психология как наука о человеке в этом культурном образовательном пространстве сегодня не представлена. Поэтому среди базовых ценностей культуры, которые вносят в это пространство различные науки, сам человек не только как ценность, но вообще как явление отсутствует. Б.Г. Мещеряков справедливо писал, что «живой человек с душой выпал из содержания общего образования, а с ним вместе и тот духовный фундамент, на котором должны строиться гуманистическое мировоззрение, процессы саморазвития личности подростка, наконец, гуманитарное образование на самых разных уровнях» [8, с. 12].

Наши школьники имеют слабые представления о человеке вообще и о себе как человеке, в частности, о своих возможностях, способностях, характере, волевых качествах, о богатстве человеческих чувств, о сущности гуманных отношений с людьми и миром и проч. Подростки пытаются как-то разобраться в самих себе, но их интерес к самопознанию превышает их возможности. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках и самооценках, намерениях и проч. Неумение понять личностные проблемы, отсутствие представлений о возможных способах их разрешения нарушают отношение школьников к себе, деформируют образ жизни в целом, толкают к социально не одобряемым формам поведения.

Понимание себя как личности – процесс сложный

Достигнув определенного возраста, школьник познает себя в физическом отношении. Признаки физиологической зрелости во многом самоочевидны. А понимание себя как личности – процесс более сложный. Он предполагает осознанное взаимодействие со своим внутренним миром, осознанное отношение к самому себе, к смыслу своего существования.

Сутью укрепления психологического здоровья как раз и является постепенное осознание и принятие подростком особенностей своего психического развития, своей личности, своих предпочтений, устремлений, ценностей на основе осознанного им отношения к миру, к людям, к самому себе, к своим способностям, возможностям, к смыслу своего существования. Осознание – это необходимое условие и первая ступень произвольного овладения своим психическим состоянием, чувствами, поведением.

Человек – субъект своего здоровья

Само по себе развитие психических процессов подготавливает, но не гарантирует психологического здоро-

вья. Субъектом этого здоровья является сам человек. А.Н. Леонтьев замечал, что мыслит не мышление, чувствуют не чувства, стремится не стремление – мыслит, чувствует и стремится человек. На это же обращал внимание и А.Ф. Лосев, отмечая, что не ухо воспринимает музыку, а человеческое «Я» при посредстве уха. Ухо – орган и инструмент, а не субъект восприятия.

И подросток... Когда мы говорим о психологическом здоровье подростка, главным является то, чем лично для него становятся те мысли, которые его посещают, те знания, которые он получает, тот мир, в котором он живет, те стремления, которые у него возникают, та музыка, которую он воспринимает, те люди, которые его окружают, и др.

Осознанные и пережитые школьником знания, отношения, культурные и общественные события создают духовный опыт, в котором постепенно накапливаются его представления о себе, о людях, об обществе, о мире, формируя его внутренний мир. Рождение личности и связано с развитием внутреннего (субъективного) мира.

Однако, чтобы осознавать самого себя, управлять и властвовать собою, надо себя знать, а для этого – иметь научные представления о психологии человека. Важным содержательным аспектом психологической грамотности, по утверждению Е.А. Климова, является собственно научная – пусть элементарная, но истинная – осведомленность о фактах и закономерностях, характеризующих субъективный мир человека.

Субъективный (внутренний) мир личности включает в себя: язык, интеллектуальные, нравственные, волевые качества, потребности, мотивы, желания, чувства, эмоции, отношения, знания, творчество и т.п. Не только развитие, но и осознание растущим и взрослеющим человеком этих психологических феноменов составляет базу для освоения им необходимых нравственных, социальных, научных и культурных ценностей. Без этой базы никакая культура – культура искусств, литературы, науки, религии, культура общения, отношений и поведения и проч. – не может стать собственным достоянием человека, что ведет к ущербности развития его психики и не способствует укреплению его психологического здоровья.

Наличие этой базы закладывает основу для воспитания психологического здоровья при условии, если не только идет развитие психических свойств и качеств, характеризующих субъективный мир человека, но

Содержательный
аспект
психологической
грамотности

Осознание приходит
через «ворота»
научной мысли

также формируется научное знание о них и происходит осознание их сущностного содержания и смысла.

Л.С. Выготский указывал, что основные изменения школьного возраста – осознание и овладение психическими процессами – обязаны своим происхождением именно обучению. Он писал, что осознание приходит через «ворота» научной мысли.

Чем глубже ученик осознает самого себя, тем более четкими становятся у него представления о мире, о своем месте в этом мире, о дальнейшем жизненном пути. Очевидно, что одна из задач школьного образования должна состоять в том, чтобы обеспечить каждому учащемуся необходимый минимум научных психологических знаний и доступных средств индивидуального развития, которые составили бы базу для освоения им основных культурных ценностей, для обогащения его внутреннего мира.

Специфика психологического знания о человеке состоит, прежде всего, в том, что оно для каждого имеет личностный смысл. Понятое и личностно принятое учеником психологическое знание может помочь ему почувствовать себя человеком, почувствовать ответственность за самого себя, наметить такие жизненные цели, которые в наибольшей степени адекватны его внутреннему миру. Особенности представления о мире и то, как человек видит себя в этом мире, существенно влияют на способности индивидуального поведения, стратегии построения отношений с окружающим миром, с другим человеком, с самим собой.

Владение психологическими знаниями позволяет человеку лучше понимать себя, способствует развитию умения управлять проблемами собственной жизни, проблемами личностного, профессионального и гражданского самоопределения.

Основные ориентиры
школьной
программы
психологического
знания

Важно подчеркнуть, что при определении содержательной последовательности научных знаний во внимание необходимо принимать, прежде всего, возраст учащихся. Отбор научного материала для изучения и его распределение по возрастным параллелям должны быть обусловлены как логикой самой науки, так и логикой возрастных закономерностей психического и личностного развития школьников. В этом случае сам процесс усвоения знаний приобретает выраженный личностный характер. Усваиваемые знания становятся личностным достоянием школьника, приобретают для него личностную ценность, постепенно погружают его в атмосферу психологической культуры личности [9].

Возраст младших школьников благоприятен для развития общих способностей

Так, уроки психологии в младшем школьном возрасте помогают детям постепенно понимать, что такое внутренний мир человека, каким богатством возможностей познания мира и общения с людьми обладает каждый человек и он сам в том числе. И переживать себя как представителя рода человеческого, как человека, живущего среди людей, обладающего, как и все, такими же психическими способностями, развитие которых зависит в значительной степени от него самого. Сочетание понимаемого и переживаемого знания закладывает основу для формирования духовных способностей.

Зарождение и развитие индивидуальных особенностей

Пятиклассники (возраст которых сензитивен к развитию индивидуальных особенностей – специальных интересов, способностей и проч.) узнают, почему психика каждого человека, с одной стороны, подчиняется общим законам психического развития, с другой – имеет свои индивидуальные особенности памяти и мышления, восприятия и воображения, интересов и способностей, темперамента и характера, переживаний, отношений и проч. Они начинают понимать, что именно индивидуальные особенности делают людей непохожими друг на друга, то есть неповторимыми, что все люди разные, и это нормально, что внутренний мир любого человека не только сложен, но и уникален.

Здоровье человека – состояние его душевного, физического и социального благополучия

Шестиклассники при изучении актуальной для них проблемы общения и межличностных отношений уже осознают, что люди, которые вступают в общение друг с другом, имеют свои индивидуальные особенности. И что суть общения как раз и состоит в том, что оно обогащает людей: дает возможность приобщиться к мыслям, чувствам другого человека, уточнить свое понимание, мироощущение и проч. В.В. Давыдов полагал, что изучение проблем психологии общения можно рассматривать как важное условие для развития одного из основных личностных новообразований подросткового возраста – умения понимать чувства, мысли, настроение, интересы других людей и строить свое поведение и отношения в соответствии с этим. Это служит основой гуманистической позиции в системе межличностных отношений.

Участие в группах сверстников – актуальная проблема подросткового возраста

Семиклассники, изучая проблемы социальной психологии, знакомятся с психологическими характеристиками малых и больших социальных групп, с особенностями общения, поведения и деятельности людей в различных группах и коллективах, с причинами конфликтов и позитивными способами их предупреждения или разрешения. Важно, чтобы они, изучая и участвуя в самых разных группах сверстников, научились пони-

Выбор
предпрофильного
обучения – сложная
задача для
восьмиклассников

мать и осознавать, что ответственность за ту деятельность, ради которой люди собираются в группу, несет каждый член этой группы, в том числе и он сам. Не случайно Л.Н. Толстой предупреждал, что один из самых обычных и ведущих к самым большим бедствиям соблазнов есть соблазн словами: «Все так делают».

Восьмиклассники должны быть готовы к тому, что после окончания средней школы, в конце девятого класса им предстоит совершить первичное профессиональное самоопределение, которое включает выбор профессионального направления дальнейшего образования. Главными условиями готовности учащихся восьмого класса к такому выбору являются: во-первых, полноценное психическое развитие – интеллектуальное и мотивационное, эмоциональное и волевое, определенный уровень развития склонностей, способностей, самосознания; во-вторых, осознание школьниками этих своих психических и личностных особенностей. Правильный выбор сначала профиля обучения, а затем профессии в значительной степени определяется удачной «встречей» содержательных характеристик выбранных учебных предметов или будущей профессии с личностными качествами школьника. Речь, как видим, идет о психическом здоровье учащихся и их психологической грамотности.

Половая
идентификация –
важный фактор
развития личности

Психологические знания обуславливают и такую сторону развития самосознания подростков, как осознание себя представителем определенного пола. В этом возрасте начинают складываться идеалы «взрослой женщины», «взрослого мужчины» (или женственности – мужественности), чаще всего не знаемые и не контролируемые взрослыми – родителями, учителями, которые на эту сторону развития самосознания подростков явно обращают недостаточное внимание.

Мальчик начинает осознавать себя мужчиной, девочка – женщиной: у подростков формируется потребность понять себя с этой точки зрения. Однако подростки чаще всего остаются один на один с возникающими в связи с этим новыми чувствами, переживаниями, сомнениями, потребностью понять себя. Программы учебно-воспитательной работы в школе не предусматривают создания особой системы представлений ребенка, подростка о себе как человеке определенного пола, включающих специфические для мальчиков и для девочек потребности, мотивы, ценностные ориентации, отношения к представителям другого пола и соответствующие этим образованиям формы поведения. Между тем зада-

Психологическая грамотность и учебная деятельность школьника

ча развития личности растущего и взрослеющего человека в соответствии с его полом включает формирование, с одной стороны, психологического пола, с другой – психологической культуры межличностных отношений с лицами противоположного пола.

Психологическая грамотность нужна и для более успешной учебной деятельности школьника. То или иное универсальное учебное действие может быть освоено лишь при условии его осознания, понимания сущности психологических механизмов, лежащих в основе его формирования. Это один из важных аспектов полноценного формирования умения учиться. Кроме того, психологические знания о человеке помогают учащимся лучше понимать учебный материал по многим учебным предметам, например по истории, литературе и др.

Таким образом, уроки психологии помогают школьникам постепенно понимать, что такое внутренний мир человека, каким богатством возможностей обладает каждый человек и он сам в том числе. Это закладывает основу формирования психологического компонента мировоззрения, включающего в себя отношение к человеку как ценности, как активной и созидательной части реального мира.

Психологическая грамотность – условие психологической культуры личности

Психологическая грамотность несет в себе потенциальную возможность воспитания психологической культуры личности. В.А. Сухомлинский писал: «Странно и непонятно, почему во время утверждения личности школа не дает человеку никаких знаний о нем, о человеке, в частности, о том специфическом, что возносит человека над миром живого: о человеческой психике, мышлении и сознании, об эмоциональной, эстетической, волевой и творческой сфере духовной жизни. Тот факт, что человек, по существу, не знает о себе ничего, часто бывает источником большой беды, за которую обществу приходится дорого расплачиваться. Физическая, моральная, эстетическая культура немислима без психологической культуры» [10, с. 108].

Психологическое образование готовит человека к восприятию культуры в целом и восприятию культуры человеческих взаимодействий. Однако сами по себе психологические знания, сам по себе интерес человека к вопросам психологии или интерес, подкрепленный особым вниманием к своему собственному внутреннему миру, не гарантирует его интереса к личности другого человека, желания понять и принять его своеобразие. Надо помочь взрослеющему человеку войти в пространство психологической культуры личности, пробудить в

Формирование гуманистического мировоззрения – составляющая психологического здоровья

Ранняя юность – период самоопределения

Духовные потребности и нравственная направленность личности

нем желание жить по совести, то есть отвечать перед людьми и самим собой за свои поступки, действия и их последствия.

Третий шаг к психологическому здоровью состоит в том, чтобы помочь школьникам осмыслить свои психологические особенности и суть личности в контексте ее психологической культуры.

Развитие психологически здоровой личности связано с осознанием растущим и взрослеющим человеком себя не только в мире, но и во *взаимодействии* с этим миром, с формированием гуманистического мировоззрения, с пониманием сути этических аспектов социальных процессов, с развитием духовных способностей, с осознанным построением личностных смыслов, которые определяют качественную специфику его поведения.

Сензитивным периодом является старший школьный возраст, или период ранней юности, – самый сложный, интереснейший и ответственный период в развитии личности. Именно в этом возрасте приобретает свою центральную значимость проблема самоопределения, формируются содержание и направленность будущей самостоятельной жизни сегодняшних старшеклассников. Самоопределяться молодому человеку приходится во многом: в своих отношениях к миру и людям, в вопросах смысла существования, в проблемах собственного самосознания (общечеловеческое, этническое, религиозное, историческое, нравственное, профессиональное и др.), в социальных и культурных ценностях, в своих чувствах, идеалах, в человеческом предназначении.

Конечно, моменты самоопределения представлены уже и у подростка. Однако формирующаяся потребность в самоопределении в раннем юношеском возрасте отличается тем, что выступает как потребность в формировании определенной смысловой системы жизни, в которой слиты воедино представления о мире и о самом себе, определены более или менее четкие планы на ближайшее и более отдаленное будущее. Чем понятнее человеку его призвание, тем отчетливее выражено его самоопределение – личностное, профессиональное, социальное.

Воспитание психологической культуры личности обусловлено развитием духовных потребностей в познании и самопознании, рефлексии, красоте, творчестве, общении, поиске смысла жизни и предполагает не только глубину интеллектуального развития, но и тонкость и богатство эмоциональной сферы человека, что помогает ему воспринимать и понимать чувства и переживания других людей, откликаться на них.

Отношение к человеку как высшей ценности составляет основу нравственных чувств и духовности личности. Духовная направленность определяется доминированием мотивов духовно-нравственной самореализации. Этическая мотивация, замечал Б.Г. Ананьев, выражает потребность человека в людях и социальных связях. Она возникает и развивается в процессе общения, отражая нравственные условия жизни индивида. К нравственным чувствам относятся чувства любви, дружбы, уважения, товарищества, патриотизма, достоинства, признательности, долга, ответственности, чести, совести и др. Каждое из нравственных чувств – сложнейшее единство переживания и размышления – формирует определенные качества личности. По словам И.А. Ильина, люди лишь постепенно приходят к таким переживаниям, как сочувствие, совесть, достоинство, честь, чувство Родины и проч.

Роль осознания чувств, переживаний в развитии самосознания и становлении личности

У многих школьников эмоциональное отношение к самим себе и к окружающим настолько неопределенно, противоречиво и запутанно, что они не могут использовать свои интеллектуальные способности и личностные особенности для понимания самих себя, для успешной учебы и налаживания хороших отношений с окружающими людьми. Им надо помочь.

В настоящее время молодые люди стали эмоционально более глухими. К сожалению, такие слова, как совесть, честь, достоинство, долг, доброта, чуткость, и им подобные стали редкостью в речи современных подростков и юношей. Понятия, заключенные в этих словах, кажутся им устаревшими и не соответствующими нашему рациональному и расчетливому времени. Тем важнее разговор со школьниками об этих чувствах, обсуждение их личностной и социальной значимости, их роли в становлении личности каждого человека, да и в сохранении самого человечества.

Осознание многообразия и многогранности, сути и важности сферы чувств, эмоциональных переживаний вносит существенный вклад в развитие самосознания старшеклассника и становление его личности. Оно обогащает его внутренний мир, помогает ему лучше понять себя, научиться понимать других людей, сочувствовать и сопереживать им, принимать собственные решения при выборе варианта поведения или отдельного поступка. Чувства помогают оценить то или иное явление, событие, поступок, эмоционально отнестись к нему, выбрать линию поведения.

Чувства присутствуют во всех видах самоопределения молодого человека.

Правильно
выбранная
профессия
определяет
мажорный
эмоциональный тон
мироощущения
человека

Так, одним из важнейших условий психологической готовности к профессиональному самоопределению является не только осознание своих интересов, склонностей, способностей, призвания, но и понимание того, что выбранная специальность доставляет удовольствие, что нет творческих и нетворческих специальностей. Главное – отношение к любому делу, творческим не может быть занятие, которое неинтересно и нелюбимо.

Психологическая
готовность
к созданию
собственной семьи –
важный аспект
самоопределения

Нередко в тени оказывается один из важных аспектов социального самоопределения взрослеющего человека – формирование его психологической готовности к созданию собственной семьи. Между тем здесь как бы сливаются в единое русло потоки личностного, профессионального и социального самоопределения. Уместно вспомнить предупреждение В.А. Сухомлинского: «Труднейшая страница человеческой мудрости – это постичь умом и сердцем, что значит любить так, чтобы был счастлив тот, кого ты любишь, чтобы счастливым приходил в мир тот, кого порождает любовь. От того, как будут овладевать молодые поколения этой великой мудростью, зависит не только личное счастье. От этого зависит нравственная чистота и счастье всего общества» [10, с. 340].

Причины конфликта
сексуальности
с высшими
чувствами

Подготовка молодых людей к семейной жизни заключается, прежде всего, в повышении их нравственного уровня. Нельзя готовить человека отдельно к семейной жизни, к межличностным отношениям в коллективе, к трудовой деятельности и проч. Формируется (или не формируется) личность человека, которая во всех сферах жизни проявляет себя едино. Недостаточный уровень духовного развития личности взрослеющего человека к моменту его полового созревания приводит к конфликту сексуальности с высшими чувствами и стремлениями. Об этом свидетельствуют описанные в литературе факты наличия у подростков конфликта между чувственностью и возвышенной платонической любовью.

В такой ситуации, как пишет Т.А. Флоренская, существуют различные возможности: половое созревание может привести к сексуальной доминанте и, следовательно, к аномалии в развитии личности – к эгоцентризму и потребительству. Но, с другой стороны, половое созревание «совпадает с такими новообразованиями в развитии личности, как рефлексия, самоанализ, повышенная сензитивность к нравственным проблемам, что является залогом нормального развития личности. Проблема “полового воспитания” состоит отнюдь не в “половом просвещении”, акцентирующем внимание на сексуальных отношениях, а в воспитании будущих мужчин и

женщин, способных любить и готовых к трудностям семейного быта, материнства и отцовства» [11, с. 59–60].

Способность любить, быть по-настоящему любящим, то есть любить другого человека ради него самого, является признаком эмоциональной и личностной зрелости человека, показателем психологической культуры его личности. «Радоваться самому существованию другого человека – вот выражение любви в ее исходном и самом чистом виде» [12, с. 370].

Чувства обогащают личность

Вообще, учить чувствовать – это самое трудное, что есть в воспитании. Между тем чувства обогащают психику человека и его личность, яркость и разнообразие чувств делают его более интересным и для окружающих, и для самого себя. Богатство собственных переживаний помогает более глубоко и тонко понять происходящее, будь то область познания или стихи, музыка, театр, или переживания других людей, или события, происходящие в мире, или свои собственные отношения, сомнения, помыслы. Чувства человека регулируют его взаимоотношения с окружающим миром, помогая ему найти свое место в нем. Они делают его личностно более устойчивым и психологически более здоровым. Эмоции школьников являются своеобразными индикаторами; они указывают, насколько благополучно формируется то, что К.Д. Ушинский назвал строем человеческой души.

Совесть как ядро психологической культуры личности

Поэтому естественно, что ядром психологической культуры личности можно считать комплекс эмоциональных переживаний человека, основанных на осознании безусловной нравственной ответственности перед людьми, перед обществом и самим собой за свои отношения, действия, деяния, за свое поведение и общение [9, с. 57]. Этот комплекс составляет содержание феномена «совесть». Руководствуясь совестью, человек судит свои поступки как бы от своего собственного имени.

Психологическое понятие «совесть» можно конкретизировать через феномен сопереживания, сочувствия – особой способности человека представлять себя на месте другого, чувствовать ответственность за происходящее. Поступок по совести – это поступок с учетом чувств и интересов другого человека, других людей. Именно соотносясь с собственной совестью, человек делает выбор во всех случаях жизни.

Зарождение и развитие совести – процесс постепенный

Зарождение совести происходит в дошкольном и школьном детстве, ее развитие – в подростковом и раннем юношеском возрасте. В формирующейся личности постепенно созревают важнейшие психологические образования, усложняясь и обогащаясь на каждом из

последующих возрастных этапов, в каждой новой социальной ситуации развития. Причем созревают не сами по себе, они продиктованы условиями жизни человека, его образованием, воспитанием, культурной средой, создающими благоприятную почву для прорастания и укрепления на последующих возрастных ступенях черт личностного духовного менталитета, который обуславливает его психологическое здоровье и помогает устоять перед разными жизненными трудностями.

В школе эти условия предусмотрены образовательной системой. Но реализуются они лишь тогда, когда взрослые озабочены не только взаимодействием обучения и развития ученика, но и, в меньшей степени, взаимодействием развития и воспитания. Причем воспитание – это не выученные детьми правила поведения и уж, конечно, не сумма запретов.

Воспитывать человека – что это значит?

Л.С. Выготский писал, что «воспитывать – значит организовывать жизнь; в правильной жизни правильно растут дети» [5, с. 267], поскольку «...в самой природе воспитательного процесса, в психологической сущности его заключено требование возможно более тесного контакта и близкого общения с жизнью» [Там же, с. 366].

Он неоднократно подчеркивал, что следует признать бесплодными попытки морального обучения, что мораль должна составлять неотъемлемую часть всего воспитания в корне. «Моральное поведение должно основываться не на внешнем запрете, а на внутренней «сдержке». <...> Не следует поступать в нравственном воспитании, как в полицейских законах, когда мы избегаем какого-нибудь поступка потому что боимся наказания, которое последует за ним. <...> Не делать что-нибудь из-за боязни дурных последствий так же безнравственно, как и делать. <...> Всякий страх и зависимость уже означают отсутствие нравственного чувства. Нравственным поведением всегда будет такое, которое связано со свободным выбором социальных форм поведения» [Там же, с. 256]. Нарушение отношений человека с миром является следствием несформированности системы нравственных отношений.

Важность и трудность воспитания совести

Важность и трудность воспитания совести подчеркивал А.С. Макаренко. «Я понял, – писал он, – что легко научить человека поступать правильно в моем присутствии, в присутствии коллектива, а вот научить его поступать правильно, когда никто не слышит, не видит и ничего не узнает, – это очень трудно» [13].

Каковы бы ни были методы воспитания, они не достигнут цели помимо собственной активности челове-

ка, направленной на самовоспитание. П.А. Флоренский замечал, что культура – это, конечно же, среда, растящая и питающая личность; это язык, объединяющий человечество. Но эта среда не пассивна, она требует активности от самого человека. Поэтому истинное воспитание, как справедливо утверждал В.А. Сухомлинский, совершается только тогда, когда есть самовоспитание. И среди методов воспитания главным является создание ситуаций, требующих от учащихся личного решения.

Отсутствие внешних запретов должно компенсироваться внутренними запретами: я могу соврать, но не совру; я могу списать, но я не буду этого делать; я могу не уступить место, но я уступлю и проч. Психологическое образование помогает развитию самовоспитания школьников.

Психологическая воспитанность человека – это осознание себя членом общества – субъектом взаимодействия с другими людьми, субъектами этого же общества, это сознательное и ответственное выполнение норм социального бытия, это постепенная не только социализация, но и индивидуализация взрослеющего человека.

Формой становления и проявления развивающейся с годами совести как раз и является ответственность самого человека за свои решения, поступки, отношения, за все, что он делает в этом мире, в целом – за определение нравственного смысла своей жизни и нахождение путей его реализации. Игнорирование нравственных ценностей, подмена их ложными ориентирами способствуют развитию невротических черт характера: агрессивности, эгоизма, конформизма и др., что негативно влияет на психологическое здоровье человека.

Важно помочь учащимся осознать, что принятые в любом современном обществе нормы и правила поведения являются итогом многовекового опыта совместной жизни и взаимодействия людей, что каждое правило поведения имеет свою внутреннюю логику, свое разумное обоснование. Соблюдая его, людям легче уживаться друг с другом. По мере того как человек осваивает и присваивает социальные нормы, он становится все более ответственным за выбор содержания собственной жизни, за культуру взаимодействия с окружающими людьми. Любое нарушение правил культуры поведения ведет к нарушению отношений между людьми.

Бытие по совести позволяет человеку поддерживать на должном уровне уважение к самому себе. Без самоуважения, подчеркивал В.А. Сухомлинский, нет нрав-

Совесть – чувство ответственности человека за свои решения, поступки, поведение

Принятые в современном обществе нормы и правила поведения – итог многовекового опыта

ственной чистоты и духовного богатства личности. Уважение к самому себе, чувство чести, гордости, достоинства – это камень, на котором оттачивается тонкость чувств. Но чтобы воспитать в формирующемся человеке самоуважение, взрослый (родитель, воспитатель, учитель, педагог-психолог) должен сам глубоко уважать в нем человеческую личность.

Психологическая культура выпускника школы – показатель его психологического здоровья

Контекст воспитания и укрепления психологического здоровья школьников предполагает, что в процессе школьного образования при решении возрастных и индивидуальных проблем личностного, социального и профессионального самоопределения должно постепенно формироваться понимание и признание учащимися: целей, которые человек себе ставит; нравственно допустимых средств достижения целей; усилий – физических и духовных, которые он готов приложить для достижения целей; характера; глубины и гуманистической направленности эмоциональных переживаний; своих личностных обязанностей, прав и ответственности по отношению к себе, обществу, другим людям.

Воспитание психологической культуры личности выпускника школы может рассматриваться как показатель его нормального психического развития и психологического здоровья, как выполнение системой образования общественного заказа на подготовку новых поколений граждан страны, отвечающих по своим духовно-нравственным установкам, знаниям, компетенциям и потребностям инновационной экономики, идеалам демократии, правого государства, общечеловеческим и традиционно национальным ценностным установкам.

Конечно, психологическая готовность войти во взрослую жизнь и занять в ней достойное место предполагает не завершенные в своем формировании психологические структуры и качества, а определенную зрелость личности, которая заключается в том, что у старшеклассников сформированы психологические образования и механизмы, обеспечивающие ему возможность непрерывного роста личности сейчас и в будущем. Ведь зрелость личности никогда не бывает законченным этапом своего развития. В личности постепенно созревают важнейшие психологические образования, усложняясь и обогащаясь на возрастных ступенях, в новых социальных ситуациях развития человека. Результатом непрерывного духовного развития является психологическая культура личности, которая и обеспечивает психологическое здоровье

Психологическая культура личности, приобретенная в юности, – залог благополучной старости

человека. Показателем такого здоровья является субъективное ощущение человеком своего благополучия лишь в контексте благополучия других людей.

Все условия и закономерности психического развития, хорошо изученные в детском возрасте, сохраняются на последующих этапах онтогенеза, наполняясь всё более сложным содержанием. С возрастом, чем образованнее становится человек, тем ярче, интереснее и значительнее проявляются его индивидуальные особенности, определяя его индивидуальный стиль поведения, отношений, деятельности и проч.

«Семена человечности», зароненные в детстве, быть может, с годами прорастут чертами личностного духовного менталитета. И в каждом новом поколении будет постоянно увеличиваться культурный пласт, составляющий основу духовного роста и нравственной устойчивости личности и общества в целом.

Школа во многом обуславливает не только ближайшую качественную перспективу жизни своих выпускников, но и то, какой будет их старость.

В настоящее время в стране подготовлено много высокообразованных психологов, которые работают в школах, колледжах, вузах, на самых различных предприятиях и проч. и которые могли бы успешно проложить путь укрепления психологического здоровья подрастающего и взрослеющего поколения и – постепенно – населения страны в целом.

1. *Зинченко В.П.* Психологические основы педагогики. – М., 2003.

2. *Давыдов В.В.* Личности надо «выделаться» // С чего начинается личность. – М., 1979. – С. 109–140.

3. *Выготский Л.С.* История развития высших психических функций // Собр. соч.: в 6 т. Т. 3. – М., 1983.

4. *Сухомлинский В.А.* Рождение гражданина. – М., 1971.

5. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология. – М., 1991.

6. *Зеньковский В.В.* Проблемы воспитания в свете христианской антропологии. – М., 1996.

7. *Мухина В.С.* Личность: Мифы и Реальность (Альтернативный взгляд. Системный подход. Инновационные аспекты). – 4-е изд., испр. и доп. – М., 2014.

8. *Мещеряков Б.Г.* Психологические проблемы антропологизации образования // Вопросы психологии. – 1998. – № 1. – С. 20–30.

9. *Дубровина И.В.* Практическая психология в лабиринтах современного образования. – М., 2014.

10. *Сухомлинский В.А.* Формирование воспитательного влияния коллектива на личность: Мужчины и женщины в коллективе // Избранные педагогические сочинения: в 3 т. Т. 3. – М., 1981.

11. Психолого-педагогические проблемы воспитания детей в семье и подготовки молодежи к семейной жизни / под ред. И.В. Дубровиной. – М., 1980.

12. *Рубинштейн С.Л.* Человек и мир // Проблемы общей психологии. – М., 1970.

13. *Макаренко А.С.* О воспитании. – М., 1988.
