

А. А. Селезнёв

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,
Барановичи

СТАДИИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье рассматривается проблема самоактуализации в соответствии с задачами самоопределения в тот или иной возрастной период развития личности. Представлены факторы, формирующие отличия психологического здоровья юношей и девушек. Приведены качественные характеристики психологического здоровья и нездоровья личности.

Ключевые слова: самоактуализация, характеристики самоактуализации.

Кантовское положение, что время и пространство суть необходимые формы нашего мышления, в настоящее время может под влиянием известных психоаналитических данных быть подвергнуто дискуссии. Мы установили, что бессознательные душевные процессы сами по себе находятся «вне времени».

З. Фрейд

Нормальный человек — это фикция, хотя и имеются определённые закономерности, носящие всеобщий характер.

К. Г. Юнг

Введение

Самоактуализация как природно и социально обусловленное стремление человека к наиболее полной реализации личностного развития имеет свои стадии «развёртывания», своеобразной раскладки заложенной в нём онтогенетической программы. Очевидно, что психологическое здоровье ребёнка и взрослого человека различается, характеризуется активным процессом развития личности в соответствии с задачами самоопределения в тот или иной возрастной период [1].

Основная часть

Проявления самоактуализации связаны с определёнными возрастными периодами развития личности: в раннем детстве (от 1 года до 3 лет) — это первые формы проявления самосознания, внешнее «Я-сам» — одно из новообразований раннего детства, проявляющееся в самостоятельных действиях ребёнка, связанное с развитием первичных форм самосознания; затем развитие самосознания дошкольника (от 3 до 6 (7) лет); развитие рефлексии в младшем школьном возрасте (процесс самопознания субъектом психических актов и состояний); рефлексия, самооценка и «Я-концепция» в подростковом возрасте (от 10 (11) до 13 (14) лет); личностное и профессиональное самоопределение в юношеском возрасте, самовоспитание; поиски себя в молодости (23 — около 30 лет); расцвет творческой активности и профессиональной деятельности (средняя зрелость: около 30 — около 40 лет); индивидуализация, самоактуализация в зрелости (около 40 — 55 лет); развитие личностной позиции в отношении смерти, деятельность самообслуживания как возможность сохранения самостоятельности и независимости в поздней зрелости. Понятие «психологическое здоровье личности» имеет обобщённую характеристику, в его основе лежит активный процесс самоопределения, отсутствие различного рода зависимостей, в том числе и от негативного влияния ближайшего окружения. Тем более важна актуализация «Само» в условиях деструктивного внешнего воздействия.

Отличия психологического здоровья юношей и девушек могут быть вызваны особенностями воспитания, основанными на тех или иных культурных традициях; различными предшествующими психологическими факторами (поддерживающие диспозиции — личностные конструкты, связанные с индивидуальными возможностями реагирования на трудности в оптимистической или пессимистической манере; поведенческие паттерны — поведенческий тип *C*, репрессивный личностный стиль, характеризующийся избеганием потенциальных повреждающих ситуаций, ведущих к сознательному конфликту или затруднённому опыту, вызывающему сложности, невозможностью выражать эмоции, особенно негативные, в открытой манере и др.; эмоциональные паттерны — фактор поведения *A*, деятельностно-эмоциональный комплекс, влияющий на возникновение сердечно-сосудистых заболеваний, включающий

следующие характеристики: 1) поведенческие позиции (амбициозность, агрессивность, компетентность, раздражительность); 2) специфическое поведение (мышечное напряжение, быстрый и эмоциональный стиль речи, убыстренный тип деятельности); 3) преобладающие эмоциональные ответы (раздражительность, враждебность, гнев) и др.; когнитивные факторы, факторы социальной поддержки, демографические переменные и др.) и передающими психологическими факторами (копинг, соблюдение здоровьесберегающих правил и приверженность им и др.), тесно связанными с биологическими, физико-химическими факторами организма человека (женского, ориентированного на продолжение рода, и мужского, ориентированного самой природой на поиск наиболее ценного генетического материала для продолжения рода и получения здорового потомства); современными общественными установками и др. Гендерные особенности требуют пристального изучения, причём группа исследователей должна состоять из экспертов как мужского, так и женского пола [2].

Наличие различных философских и психологических интерпретаций изучаемого феномена обуславливает применение интегративного подхода при построении рабочей модели психологического здоровья личности с учётом характеристики феномена в целом, поливариантности его интерпретаций и структурно-динамических аспектов. Очевидно, что создание универсальной модели психологического здоровья личности на современном этапе развития науки не представляется возможным. Рост культурного многообразия ценностных ориентаций, представлений людей о здоровье, здоровьесберегающих основах поведения приводит к более глубокому пониманию различий самовыражения и представлений о здоровье у разных индивидов.

Среди качественных характеристик психологического здоровья личности можно выделить следующие:

– компетентность во времени (способность субъекта переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не просто как фатальное следствие прошлого или подготовку к будущей «настоящей» жизни, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, т. е. видеть свою жизнь целостной). Следует обратить внимание на совпадение современного понимания характеристик самоактуализации с описаниями положительных характеристик

психики и поведения людей у мыслителей далекого от нас времени: «Знай время. Истинно велик тот человек, который сумел овладеть своим временем» (*Гесиод*) [3, с. 107]; «Пока мы откладываем жизнь, она проходит» (*Сенека*) [4]; «Душа помнит о прошедшем, зрит настоящее, предвидит будущее» (*Цицерон*) [5];

– внутренняя поддержка (относительная независимость в своих поступках, стремление руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами, что, однако, не означает враждебности к окружающим и конфронтации с групповыми нормами; такие люди свободны в выборе, устойчивы по отношению к внешнему влиянию, это «изнутри направляемые» личности): «Совершенный человек всё ищет в себе, ничтожный — в других» (*Конфуций*) [6];

– наличие смысловой установки на ценности позитивной самоактуализации личности: «Что пользы человеку приобрести весь мир, а себя самого погубить?» (*Лука, гл. 9, ст. 25*) [7]; «Это очевидно, что мы рождены для деятельности» (*Цицерон*) [8];

– гибкость поведения: «Истинно просвещённый человек никогда не воюет» (*Лао-цзы*) [9];

– сензитивность (способность к самоотчёту в своих потребностях и чувствах, рефлексия их): «Если у вас есть возможность явить милосердие, не пропускайте вперёд даже учителя» (*Конфуций*) [10];

– спонтанность (способность индивида спонтанно и непосредственно выражать свои чувства): «Истина сделает вас свободными» (*Иоанн, гл. 8, ст. 32*) [11];

– самоуважение (способность субъекта ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за них): «Прежде всего не теряй самоуважения» (*Пифагор*) [12];

– самопринятие (степень принятия человеком себя таким, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков, возможно, вопреки последним): «Счастлив не тот, кто таким кому-то кажется, а тот, кто таким себя чувствует» (*Публилий Сир*) [13];

– склонность субъекта воспринимать природу человека в целом как положительную: «По своим природным задаткам люди друг другу близки, а по своим привычкам друг от друга далеки» (*Конфуций*) [14];

– синергия (способность человека к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связанности противоположностей, таких как игра и работа, телесное и духовное): «Если в человеке

естество затмит воспитанность, получится дикарь, а если воспитанность затмит естество, получится знаток писаний. Лишь тот, в ком естество и воспитанность пребывают в равновесии, может считаться достойным мужем» (*Конфуций*) [15];

– способность индивида адекватно реагировать на раздражение, гнев и агрессивность: «Каждый может разозлиться — это легко, но разозлиться на того, кого нужно, и настолько, насколько нужно, и тогда, когда нужно, и по той причине, по которой нужно, и так, как нужно — это дано не каждому» (*Аристотель*) [16]; «Самое важное и самое трудное для мощного духа — это уметь сдерживать себя: пруд спокойно стоит в долине, но чтобы сдерживать его, необходимы горы» (*Аддисон*) [17];

– контактность (способность человека к быстрому установлению глубоких и эмоционально-насыщенных отношений с людьми, к субъект-субъектному общению): «Люди рождены, чтобы помогать друг другу, как рука помогает руке, нога помогает ноге и верхняя челюсть — нижней» (*Марк Аврелий*) [18];

– познавательные потребности (степень выраженности у субъекта стремления к приобретению знаний об окружающем мире): «Между человеком образованным и необразованным такая же разница, как между живым и мертвым» (*Аристотель*) [19];

– креативность (характеризует выраженность творческой направленности личности): «Достойный человек не идёт по следам других людей» (*Конфуций*) [20];

– средний уровень центрации на себе, социальный интерес, валеоинтенция и др. (данный список каждый человек может продолжить для себя сам): «Издревле есть у людей мудрые и прекрасные изречения; от них следует нам поучаться» (*Геродот*) [21].

Качественными характеристиками психологического нездоровья личности являются: несформированность характеристик позитивной самоактуализации; конформность, зависимость, фрустрация, депрессия, робость, неуверенность, подозрительность, негативизм, агрессивность, враждебность, жестокость, циничность, лживость, наличие этнической, культурной, религиозной нетерпимости, расовой неприязни, характеристик личности преступника (явления дезадаптации, дезинтеграции, дезиндивидуализации); когнитивная патология, беспомощность; моральная и эмоциональная ущербность; отсутствие мотивации, стремления к саморазвитию; низкий

уровень валеоинтенции (доминирование житейских представлений о здоровье и болезни, отсутствие позитивного эмоционального отношения к развитию своего потенциала здоровья, отсутствие стратегии активного здоровьесберегающего поведения) и др. [22].

Заключение

Выделение природно и социально обусловленных стадий «распаковки» самоактуализации личности и, соответственно, её характеристик имеет значение для разработки концепции психологического здоровья и обоснования психологического здоровья личности в качестве центрального понятия в профилактической психолого-педагогической деятельности.

Спротивление природного начала самоактуализации личности «окультуриванию» в ходе педагогического взаимодействия обуславливает огромный размах различий психологических характеристик обучаемых, влияет на развитие психологической культуры личности, на результат формирующего обучения.

Список цитируемых источников

1. Селезнёв А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие. Барановичи : РИО БарГУ, 2006. 132 с.
2. Селезнёв А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие для организации управляемой самост. работы. Барановичи : РИО БарГУ, 2007. 303 с.
3. Большая книга афоризмов / А. П. Кондрашов, И. И. Комарова. М. : РИПОЛ классик, 2007. 1216 с.
4. Там же. С. 267.
5. Там же. С. 285.
6. Там же. С. 33.
7. Там же. С. 82.
8. Там же. С. 289.
9. Там же. С. 45.
10. Там же. С. 42.
11. Там же. С. 83.
12. Там же. С. 142.
13. Там же. С. 242.
14. Там же. С. 33.
15. Там же. С. 35.
16. Там же. С. 97.
17. Там же. С. 324.
18. Там же. С. 172.

19. Там же. С.93.
20. Там же. С. 34.
21. Там же. С. 106.

22. Селезнёв А. А. Системный анализ данных : учеб.-метод. пособие для самост. работы студентов. Барановичи : РИО БарГУ, 2009. 116 с. ; Его же. Экспериментальная психология и системный анализ данных : практ. рук. для управляемой самостоят. работы студентов. Барановичи : РИО БарГУ, 2014. 157 с.

Материал поступил в редколлегию 02.10.2013 г.

УДК 37.015.31

В. В. Семикин

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена», Санкт-Петербург, Российская Федерация

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ИНТЕГРАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТИ ПЕДАГОГА

Аннотация. В статье представлены концептуальные основы системной модели психологической культуры как интегральной характеристики личности педагога-психолога. Выясняется роль психологической культуры в педагогической деятельности.

Ключевые слова: психологическая культура личности, педагогическое взаимодействие.

Введение

Образование — это основной механизм и животворный орган культуры, а учитель — главная фигура процесса воспроизводства и передачи культуры подрастающему поколению. Благодаря учителю совершается культурно-исторический процесс, осуществляется социализация и энкультурация детей и молодёжи, сохраняется живая связь времён.

В том необходимом объёме общечеловеческой культуры, который передаётся от учителей к детям, не последнее место должна занимать психологическая культура, отражающая основную сущность человека и включая в себя содержание человеческих взаимоотношений, а также основные способы социального взаимодействия людей. Естественно, что в процессе социализации-энкультурации участвуют не только школа и учителя, но также родители и вся