



ДУХОВНО-
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ
ЧЕЛОВЕКА

литература

- **ШУВАЛОВ А.В. АНТРОПОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ. // НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ. – 2015. – № 4(20). – С. 23-36.**
- *Шувалов А. В. Проблема психологического здоровья человека на пересечении научного и мировоззренческого аспектов // Православный собеседник (Казань). 2012, № 2 (22).*

«У нас есть видение того, что такое человек, и благодаря этому видению мы не смеем позволить себе или кому бы то ни было быть ниже человеческого роста.

У нас нет возможности вырваться из тех биологических или душевных условий, которые составляют нашу человечность, но есть одна возможность: вырасти в меру Богочеловека.»

Митрополит Сурожский Антоний (Блум)



◦"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.

◦. **Само понятие «духовность»**
подразумевает важное прикладное
содержание: духовность есть сущностное
определение человеческого способа
жизни, проявляющегося в
родовой укорененности,
культурной преемственности и личностной
(над-
обыденной) устремленности человека, его
сопряженности в мотивах, делах и
поступках с добром, либо со злом

◦Коварность отклонений психологического здоровья духовной природы состоит в том, что и детьми, и взрослыми они **могут переживаться как субъективно благополучные состояния.**

◦ 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).

◦Состояние психологического здоровья имеет «мерцательную природу», т.е. здоровье и нездоровье соприисутствуют в виде противоположающихся субъективных тенденций и смысловых содержаний, каждое из которых способно преобладать в отдельные моменты жизни

Психологические модели здоровья

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 самоидентификации: «быть самим собой»	Стремление к полноте человеческого бытия: «быть выше себя»
Образ нормы	Самобытность и самодостаточность	Самоодоление и синергичность

<p>Установки психологической помощи</p>	<p>Психологическая помощь исходит из презумпции индивидуальной этики и, в силу этого, осуществляется как бы «по ту сторону добра и зла»;</p> <p>эмпатическое слушание, фасилитация личностного роста человека;</p> <p>безоценочное поддерживающее отношение: человека нужно принимать таким, каков он есть.</p>	<p>Психологическая помощь затрагивает <u>духовно-душевную сущность</u> человека и, в силу этого, соотносима с нравственными аспектами жизни, с проявлениями «проблемы добра и зла»;</p> <p>диалогические формы контакта, пробуждение в человеке его «духовного Я»;</p> <p>доминанта на Другом: сопереживание и вера в человека и объективность по отношению к отрицательным проявлениям его нрава.</p>
<p>Мировоззренческая ориентация</p>	<p>Неоязыческая: эволюция человека как человекобожества (самоутверждение и самообожествление)</p>	<p>Святоотеческая: эволюция человека как Богочеловека (самоодоление и единение с Богом)</p>

Антропологическая модель: теоцентризм («быть выше себя»)
Anthropological model: theocentrism ("to be better than you are")

The diagram consists of two overlapping circles. The larger, outer circle is light gray and contains the text for the anthropological model. The smaller, inner circle is a darker shade of gray and contains the text for the humanistic model. The circles overlap in the center, with the humanistic model's circle positioned lower and to the right relative to the anthropological model's circle.

Гуманистическая модель: персоноцентризм («быть самим собой»)
Humanistic Model: personotsentrizm ("be yourself")

- **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.*

- Антропологическая модель психологического здоровья ориентирована на традиционную концепцию человека, призванного к духовному возрастанию и преображению.
- 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. На этом пути уходят сакральность и тайна, теряется метафизический, духовный компонент развития (Братусь, 2000, С. 48).

ОСНОВНЫЕ ТЕЗИСЫ

◦1. В христианском 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 является не столько маркером греха, сколько поучительным опытом или испытанием во благо: болезнь 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 этой связи 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 христианское совершенство (святость) перед лицом противостояния сил добра и сил зла и вытекающей из него проблемы достойного и недостойного бытия в мире.**

°6. В качестве **основополагающего фактора исцеления** падшего человека Спаситель указал в двух главнейших заповедях на **преображающую силу любви** – любви к Богу и любви к ближнему, в которой восстанавливается первозаданная симфония.

◦7. **Условия и критерии истинной полноты жизни христианина провозглашены Спасителем в Нагорной проповеди в Заповедях Блаженства.** Блаженными Он называет "нищих духом" (смиренных), "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 общего, созвучного, то это является "симптомом" духовного недуга, ибо человек в своих высших устремлениях сопряжен либо с Богом, либо с силами Ему противостоящими.**

◦9. Христианская традиция открывает людям пути и способы поддержания эмоционального и физического благополучия. **Душа и тело приводятся в порядок покаянием, молитвой, поучением в Священном Писании, участием в Таинствах, чистоплотностью, воздержанием, трудом и – главное – исполнением заповедей Божиих по отношению к ближнему.**

- Нарушения психологического здоровья объединены под общим именем – *антропогении*. Психологическая сущность антропогений – дисквалификация и/или деформация субъективности человека
- При неблагоприятном течении антропогении принимают устойчивые формы нарушений психологического здоровья, в основе которых –
- **недоразвитие,**
- **дезинтеграция или**
- **дисгармоничное развитие человеческой субъективности.**

◦ 10. **Аскеза** – укоренившаяся в христианской традиции 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, а с умеренностью и разумением, при постепенном восхождении от простого к более сложному, соразмерно состоянию организма и условиям жизни.

**Формы проявления
психологического здоровья и его
нарушений**

Атрибуты психологического здоровья

Самообладание («быть в себе»)

как воля к жизни и самостоятельность, способность принимать решения и действовать с опорой на собственные силы, разумное планирование жизни, масштабность целей и продуктивность действий

Самобытность («быть самим собой»)

как вера в свое предназначение, выбор и прокладывание жизненного пути, стремление к обретению сквозного общего смысла своей жизни и верности своему

Самоодоление («быть выше себя»)

как чувство солидарности и ответственности перед людьми, сознательное, добровольное принятие моральных обязательств и следование им, переживание духовного счастья и верности

Источники нарушений психологического здоровья у детей

**Недостаточность и/или
неадекватность
социокультурных
условий развития:**
искусственное
сдерживание или
форсирование развития

**Размытость и/или
приземленность
смысложизненных
установок
значимого
окружения:**
ориентация на
сугубо
материальные цели
и мнимые,
суррогатные
ценности

**Скудность и/или
извращенность
базальных условий и
духовно-нравственных
оснований жизни:**
деформация
отношений и
разобщение старших
и младших,
ослабление и разрыв
межпоколенных
связей

Психологическая клиника (детский период)

Нереализованность (педагогическая запущенность), бесперспективность («вы

Опустошенность (« экзистенциальный голод»), сдвиг в умонастроении и поведении ребенка от естественной детской романтичности к противоестественной расчетливости и

Безродность, моральная незрелость или моральная распущенность), «мауглизация», ценностная дезориентированность (аморальный настрой и деструктивные установки), психотрав

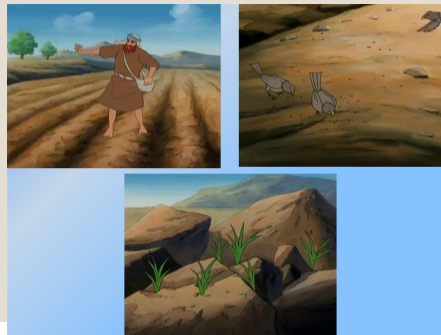
Психологическая клиника (взрослый период)

◦ Если между внутренним миром человека и наставлениями Спасителя не находится общего, созвучного, то это является "симптомом" духовного недуга, ибо человек в своих высших устремлениях сопряжен либо с Богом, либо с силами Ему противостоящими.



- Вспомним притчу о сеятеле (Мф. 13: 1-23; Мк. 4: 1-20; Лк. 8: 4-15), которую Спаситель рассказал народу на берегу Галилейского озера. «Вот вышел сеятель сеять. Когда он сеял, то иное семя упало при дороге и было потоптано, и птицы поклевали его. Иное же семя упало на каменистое место, где было мало земли; оно взошло, но скоро засохло, потому что не имело корня и влаги. Иное упало в терние, и терние заглушило его. Иное же упало в хорошую, добрую землю, оно выросло и принесло обильный плод».

- Потом, когда ученики спросили Иисуса Христа: «Что значит эта притча?» – Он им объяснил. Семя – это Слово Божие (Евангелие). Сеятель – тот, кто сеет (проповедует) Слово Божие. Земля – человеческое сердце.
- Земля при дороге, куда упало семя, означает невнимательных и рассеянных людей, к сердцу которых Слово Божие не имеет доступа. Дьявол без труда похищает и уносит его от них, чтобы они не уверовали и не спаслись.
- Каменистое место означает людей непостоянных и малодушных. Они охотно слушают Слово Божие, но оно не утверждается в их душе, и они при первом искушении, скорби или гонении на Слово Божие отпадают от веры.
- Терние означает людей, у которых житейские заботы, богатство и разные пороки заглушают в душе Слово Божие.
- Хорошая, плодородная земля означает людей с добрым сердцем. Они внимательны к слову Божию, сохраняют его в своей доброй душе и с терпением стараются исполнить все, чему оно учит. Плоды их – это добрые дела.



- В этой притче как нельзя лучше отражена суть рассматриваемой нами проблемы в ее христианском понимании. Указаны и наиболее общие формы отклонений психологического здоровья:
- «земля при дороге» как дезинтеграция человеческой субъективности («осушение»),
- «каменистое место» как недоразвитие человеческой субъективности («малодушие»),
- «терние» как дисгармоническое развитие человеческой субъективности («окаянство»).

дезинтеграция личности «земля при дороге» («осушение»)

- **Применительно к современной жизни это состояние человека, лишённого чувства правды в отношении собственной жизни, в результате чего он погрязает в обыденности, растрчивает впустую свои силы и способности, переживает экзистенциальный вакуум (внутренний разлад, духовный тупик). И требуется духовное пробуждение, переосмысление жизни и изменение системы жизненных отношений**

Недоразвитие «каменистое место» («малодушие»)

- обезличенность в арerefлексивном способе жизни, неопределенности ценностных приоритетов, неустойчивом и беспринципном стиле поведения, отсутствии стремления к позитивной свободе и самостоятельности, крайне слабо выраженной способности планировать жизнь и проектировать будущее, чрезмерной зависимости от стечения обстоятельств, чужой воли и влияния среды (необязательно отрицательного), инфантильной безмятежности, приземленности интересов, наивных представлениях о своих возможностях, неозабоченности вопросами морали и проблемой смысла своей жизни.



Дисгармоничное развитие «терние» («окаянство»).



- определяется искаженной самоидентичностью с характерным эгоцентрическим настроением. Проявляется как деформация личности в чрезмерном самолюбии и неутолимой потребности самоутвердиться, привычке руководствоваться сугубо личной выгодой, навязывать свою волю и свои интересы окружающим, в стремлении добиваться желаемого во что бы то ни стало, бесчувственном отношении равно как к дальним, так и к ближним, безнравственном характере поступков (за счет других, в ущерб другим, против других) и умении подвести под них мировоззренческую основу, отрицании чувства долга и моральной ответственности.
- прослеживается фиксация на процессе обособления с тенденцией к самозамкнутости (замкнутости на себе).

Обезличенность – неспособность самостоятельно выработать и целенаправленно реализовывать жизненную программу, непродуктивность жизненного пути, гипертрофированная зависимость от других людей и жизненных обстоятельств (**по сути, не знать и не чувствовать человека в себе**); в просторечии – **«малодушие»**

Дезинтеграция личности – неудача в поиске смысла жизни и самоосуществлении (ценностный вакуум), застревание в обыденности, ощущение внутренней пустоты, переживание тщетности жизни, утрата опоры в себе и демобилизация душевных сил (смятение, апатия, меланхолия), **переживание человеком глубокого внутреннего разлада**); в просторечии – **«безвременье», «равнодушие», «суета»**

Деформация личности – аномальный эгоцентризм, отчуждение нравственных чувств и добродетельных устремлений, тяготение к деструктивным установкам, следование принципу **«ничего святого»** (**, не видеть и не признавать человека в других**); в просторечии – **«криводушие», «окаянство»**

- **"Личности человека нет, если нет бытия, выше ее стоящего, если нет того горнего мира, к которому она должна восходить", – настаивал Н.А.Бердяев.**
- **В контексте истории и культуры – это духовная традиция как форма приобщения к своей родовой сущности и обретения тем самым всей возможной полноты своего существования как человека;**
- **В религиозном миропонимании – это чувство присутствия Живого Бога, твердая вера и добрые дела.**

*И взял Господь
Бог человека,
и поселил его
в саду Едемском,
чтобы
возделывать его
и хранить его.*

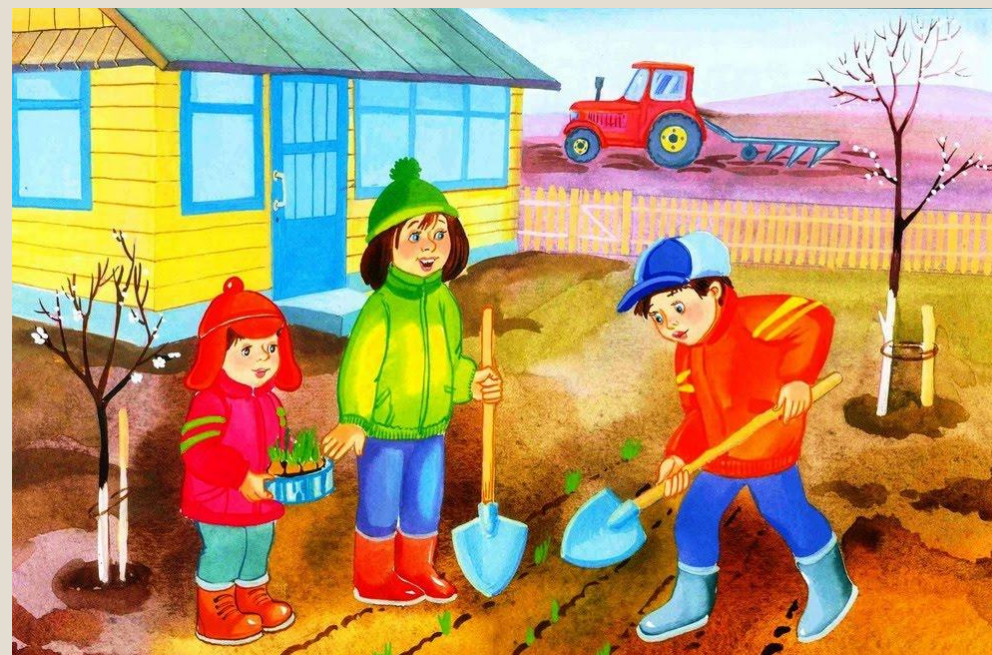
(Бытие гл.2, ст.15)



○ Человеческая сущность
практическое
преобразование,
превращение себя
(возделывать сад внутренний
и внешний)!!!

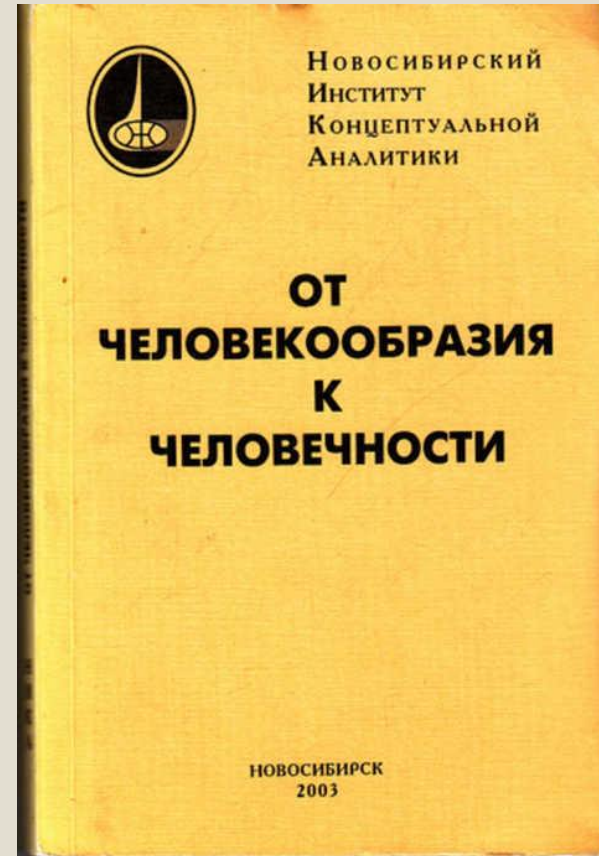
Деятельностный способ бытия!

- Адаму: в поте лица своего будешь есть хлеб свой!
- Как формула труда
- Через действия, дела, деятельность, деяния



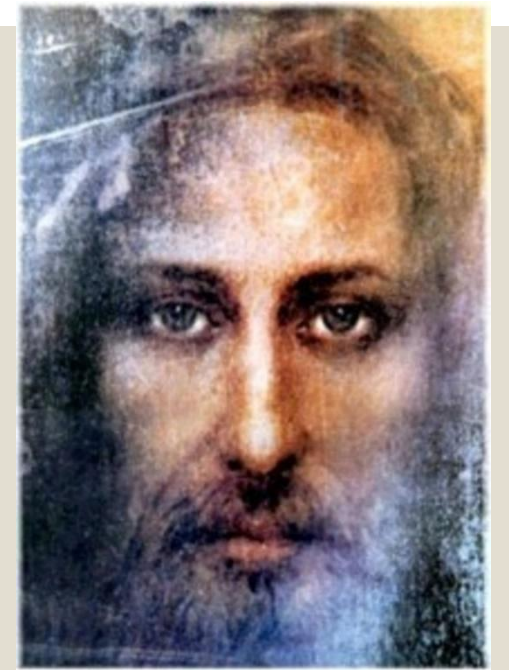
Глобальные практики человекообразования!!!

- ВОЧЕЛОВЕЧИВАНИЕ
- ОЧЕЛОВЕЧИВАНИЕ
- БЕСЧЕЛОВЕЧИВАНИЕ
- РАСЧЕЛОВЕЧИВАНИЕ



ВОЧЕЛОВЕЧИВАНИЕ

- Исцеление
- Обожение
- Спасение человека
- Путь **уподоб**ления человека личности Спасителя (образ и подобие)
- Это собственный труд и выбор, и дело
- Личность – это священный статус, ей не рождаются, а становятся
- Соборность – как единство разных, но равных (неслиянно, нераздельно)



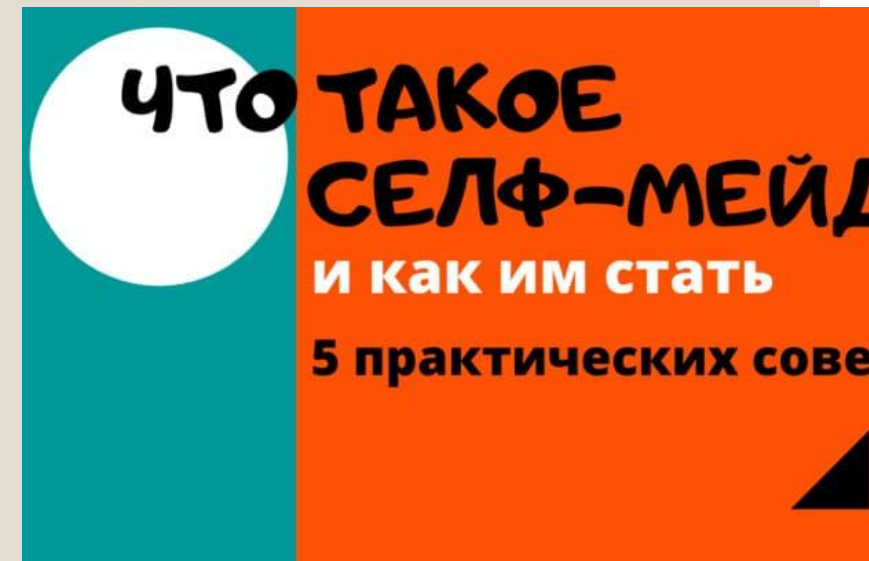
очеловечивание

- Путь оставили, но Бога отменили
- Советская педагогика как пример
- Высокое доминирует (культура, искусство)
- Человек как кусок глины, делание нового человека
- Рай на земле
- Коллективизм, товарищество как насильственное единство равных
- Похоже на одомашнивание животных



бесчеловечивание

- Вся идеология про успешность, эффективность
- Цивилизованный потребитель с множеством потребностей (квазипотребности)
- Максима – человек сделал себя сам
- Все зависит от тебя!!!
- Ты мне, я тебе как формула (братъ-давать)
- Партнерство как форма общности



расчеловечивание

- Кастовость
- Много гордыни (как дьявол) - одьяволение
- Человек творит новый мир
- Практика фарисейства, нацизма, каст в Индии, современный Китай
- Новые платформы и инструменты (цифровизация, самоизоляция, лок дауны, соц сети дробят человека на части)
- челоуейники



Промысел Божий

- Человек существо не естественное, а искусственное (делается)!!!
- Каждый шаг должен быть специально обустроен!



Ценности и цели педагогической деятельности

Развитие как субъекта жизнедеятельности,
формирование функциональной грамотности и компетентности

Развитие как индивидуальности,
поддержка в самоидентификации, культивирование чувства внутренней свободы, способности раскрыть свое призвание и реализоваться в жизни

Развитие как личности,
помощь в сущностном познании, сопровождение к черте самоопределения в отношении проблемы достойного и недостойного бытия, добра и зла

Ценности и цели психологической помощи

Формирование
«функционального Я»
человека,
восстановление и/или
развитие самообладания,
проектирование образа
будущего и реализация
жизненной программы

Актуализация
«индивидуального Я»
человека,
восстановление
и/или развитие
самобытности,
осмысление жизни и
оценка личных целей
с точки зрения их
соответствия
внутренней
сущности

Пробуждение
«духовного Я»
человека,
восстановление и/или
развитие со-
бытийности,
совершенствование
связей и отношений с
ближними и дальними
на основе дел добра и
любви

Благодарю за внимание!