

# ФИЛОСОФИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 613  
ББК Р120.40

ГСНТИ 02.41.11

Код ВАК 13.00.00

## **Голованов Илья Борисович,**

аспирант первого года обучения, кафедра психолого-педагогического образования, Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета; 453100, Башкортостан, г. Стерлитамак, пр-т Ленина, 49; e-mail: golovanov@mail.ru.

## **Маджуга Анатолий Геннадьевич,**

доктор педагогических наук, профессор, кафедра психолого-педагогического образования, Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета; 453100, Башкортостан, г. Стерлитамак, пр-т Ленина, 49; e-mail: Mag-d@rambler.ru.

## **Филипенко Елена Васильевна,**

кандидат педагогических наук, доцент, кафедра психолого-педагогического образования, Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета; 453100, Башкортостан, г. Стерлитамак, пр-т Ленина, 49; e-mail: filipev@mail.ru.

### **ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ГУМАНИСТИЧЕСКИЙ И СУБЪЕКТОЦЕНТРИСТСКИЙ ПОДХОДЫ В ОБЪЯСНЕНИИ СУЩНОСТИ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** здоровье человека; субъектоцентристский подход; экзистенциально-гуманистический подход; ноологическое измерение; экзистенциальный вакуум; экзистенциальная фрустрация; сохранение здоровья.

**АННОТАЦИЯ.** Авторы рассматривают здоровье как многомерный феномен, характеризуют его как духовную и нравственную детерминанту благополучия человека. Феноменология здоровья обосновывается с позиций субъектоцентристского и экзистенциально-гуманистического подходов. В исследовании дается дефиниция понятия «здоровье», основанная на закономерностях субъектоцентристского и экзистенциально-гуманистического подходов, описаны критерии оценки здоровья человека в контексте субъектоцентристских и экзистенциально-гуманистических представлений.

## **Golovanov Ilya Borisovich,**

Post-graduate Student, Department of Psychological and Pedagogical Education, Sterlitamak branch of Bashkir State University, Bashkortostan, Sterlitamak, Russia.

## **Madzhuga Anatoly Gennadievich,**

Doctor of Pedagogy, Professor, Department of Psychological and Pedagogical Education, Sterlitamak branch of Bashkir State University, Bashkortostan, Sterlitamak, Russia.

## **Filipenko Elana Vasilievna,**

Candidate of Pedagogy, Professor, Department of Psychological and Pedagogical Education, Sterlitamak branch of Bashkir State University, Bashkortostan, Sterlitamak, Russia.

### **EXISTENTIAL-HUMANISTIC AND SUBJECT-CENTERED APPROACHES TO THE INTERPRETATION OF THE ESSENCE OF HUMAN HEALTH**

**KEYWORDS:** human health; subject-centered approach; existential-humanistic approach; noologic measurement; existential vacuum; existential frustration; preservation of health.

**ABSTRACT.** The authors consider health as a multidimensional phenomenon and describe it as a spiritual and moral determinant of human well-being. The phenomenon of health is justified from the standpoint of subject-centered and existential-humanistic approaches. The study gives a definition of the concept of «health» based on the laws of the subject-centered and existential-humanistic approaches; it also outlines the criteria for assessing human health in the context of subject-centered and existential-humanistic concepts.

**В** настоящее время здоровье как сложное многомерное явление современного мира исследуется с позиции разных наук. Предлагается множество формулировок, определяющих его, что, бесспорно, позволяет представить здоровье как понятие комплексное, разноуровневое и многоаспектное.

Сложность, многомерность понятия здоровья обуславливают необходимость применения интегративного подхода в его изучении, позволяющего объединять в целостное единство методологически специ-

фические представления и концепты, выявленные с позиции разных наук. При этом важно выделить те составляющие интегративного методологического подхода, которые наиболее значимы при изучении здоровья и позволяют выявить интегрирующие основания исследования. В качестве таких составляющих целесообразно выделить следующие подходы:

– аксиологический подход – признание здоровья личности как одной из приоритетных универсальных и социальных цен-

ностей и именно в таком качестве занимающей самую высокую ступень в иерархии потребностей человека;

– акмеологический подход – рассмотрение здоровья как показателя жизненного благополучия человека и результат его саморазвития;

– культурологический подход – здоровье как область человеческой культуры включает в единстве три составляющие: тело, душу и разум, следовательно, здоровье – это совокупность культуры физической (способности управлять своими движениями, своим телом); культуры физиологической (способности управлять физиологическими процессами в организме и наращивать их резервную мощность); культуры психической (способности управлять своими ощущениями, чувствами, эмоциями); культуры интеллектуальной (способности управлять своими мыслями); культуры духовной (способности управлять своей ценностно-смысловой сферой и реализовать жизненные устремления, связанные с духовным самосовершенствованием);

– холистический подход – здоровье включает оптимальное функционирование и развитие человека в духовном плане (осознанная ответственность в социальной и более широких системах жизнедеятельности), когнитивной сфере (разумный оптимизм и наличие здоровьегворящих установок) и психоэмоциональной сфере (эмоциональная уравновешенность), а также в плане его биологического тела (энергичность и физические возможности), при этом психические факторы оказывают более существенное влияние на соматическое здоровье, чем телесное состояние на психический настрой человека;

– личностно-деятельностный подход – здоровье исследуется как характеристика личности, формирующаяся и проявляющаяся в его деятельности, рассматривающееся как результат собственной деятельности;

– компетентностный подход – здоровье представляет собой способность к самосохранению, саморазвитию и самосовершенствованию, то есть выступает не как результат влияния внешних условий и сопротивления им, а как проявление внутренней созидательной активности, творчества в процессе жизнедеятельности;

– системный подход – рассматривает познаваемый объект (здоровье) как систему того или иного уровня) [6].

Анализ теоретических подходов к понятию «здоровье» позволил установить, что основными составляющими (компонентами) здоровья человека являются: соматический (телесный) компонент – текущее состояние органов и систем органов человека;

физический компонент – уровень развития и функциональных возможностей органов и систем организма; психический компонент – состояние психической сферы человека; нравственный компонент – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной основы жизнедеятельности человека.

На наш взгляд, здоровье как нелинейный, синергийный, динамический феномен выступает составной частью культуры человека, показателем уровня его социальной активности, образцов поведения и осмысленного отношения к миру и к самому себе; оно характеризует жизнь отдельного индивида, социальной группы и общества в целом; выступает в качестве терминальной и инструментальной ценности.

Конфликт между материальной и идеальной сторонами бытия, отставание в развитии рефлексии и саморефлексии ведет к формированию катастрофического сознания, наступлению нооментального кризиса, который инициирует множество различных проблем экзистенциального плана. Одна из важных проблем экзистенциального плана связана со здоровьем человека и способами его сохранения, формирования, укрепления и приращения. Именно поэтому современные тенденции общественному развитию в мире актуализируют духовную, нооментальную культуру человеческой деятельности, выдвигают нравственный разум на роль главного инструмента социоприродных преобразований. В этой связи при изучении здоровья как многомерного феномена особое значение приобретает экзистенциально-гуманистический подход. При этом способность к рефлексии, то есть отслеживанию своего состояния и его психологической коррекции и саморегуляции, может быть объяснена с позиций субъектоцентристского подхода.

Субъектоцентристская концепция основывается на том, что человек – центр Вселенной, он своим сознанием формирует пространство вокруг себя и оказывается в соответствующих жизненных обстоятельствах. Субъектоцентристское мировоззрение объясняет начало человеческой истории активностью духа, порядком внутренней свободы [1; 4]. Субъектоцентристский подход объясняет мир из самого субъекта. Человек не только укоренен в мире, но и мир столь же органично укоренен в человеке. Субъектоцентристский подход опирается на антропологию. Антропологический путь – единственный путь познания Вселенной, и путь этот предполагает исключительно человеческое самосознание. Лишь в самосознании открываются тайны мироздания, – отмечал Н. А. Бердяев [1]. Антро-

пология позволяет понять, как устроен мир, через понимание сущности человека, обнаруживая ее в окружающем мире, в продуктах его деятельности, в разуме [9]. При таком подходе человек взирает на мир, который сам же и творит, он в состоянии постигать движение, происходящее в глубинах его сознания [3]. П. А. Флоренский вслед за Платоном утверждал, что не только Микрокосм (Человек) есть часть Макрокосма (Большая Вселенная), но и Макрокосм – часть Микрокосма [10]. Человеческая личность может вмещать в себе универсальное содержание, в такой же мере творит мир, как и порождается им. Человек содержит в себе неосознаваемые тайны мира, богатые потенциальные возможности своего духовного развития, которые могут быть осознаны. История развития человека – это расширение реальности субъективной, внутренней, духовной природы человека.

Экзистенциально-гуманистический подход (далее ЭГП) рассматривает личность и ее поведение в аспекте сущностных характеристик человека. Гуманистические тенденции требуют обратить внимание на самого человека, на его сущностные силы, на его целостность (Б. Г. Ананьев, В. С. Ильин), на индивидуальный смысл жизни (И. А. Ильин, В. Франкл), на самореализацию человеком своих сил и способностей (А. Маслоу, К. Роджерс, С. Л. Рубинштейн), на его интегративные качества (А. Н. Леонтьев, П. М. Якобсон). Экзистенциально-гуманистический подход в контексте сохранения здоровья представлен в работах С. Братченко, Л. Ф. Тихомировой [2; 8].

В исследованиях Н. М. Амосова, А. М. Изуткина, Ю. П. Лисицына, В. Д. Жирнова, В. П. Петленко, И. А. Серовой, Б. Г. Юдина рассмотрены подходы к проблеме здоровья, основой которых являются ценности и смысложизненные ориентации, духовные и нравственные детерминанты благополучия человека, активно представленные в рамках экзистенциально-гуманистического подхода. По утверждению М. Хайдеггера, предметом экзистенциализма является бытие, которое постигается не опосредованно (через рассудочное мышление), а лишь непосредственно, открываясь человеку как его собственное бытие, его личное существование, то есть как экзистенция. Экзистенциализм поставил в центр внимания индивидуальные смысложизненные вопросы: бытие, смысл жизни, ответственность, решение и выбор, жизненные ценности, событие и другие, которые составляют сущность экзистенциальной сферы.

Бытие человека определяется как специфический способ его уникального, неповторимого существования. Понятие «бытие»

самым тесным образом связано с понятием «событие» (со-бытие – бытие со мной). Жизнь человека можно представить как сложную линию, у которой две крайние точки: рождение и смерть [7]. Между ними происходит множество разных событий. Но влияние на человека оказывают только значимые события (как положительные, так и отрицательные). Значимое событие оказывает влияние на развитие человека, способствует изменениям в его жизни. Здоровье человека может быть представлено только в рамках его бытия, состоящего из событий. С другой стороны, здоровье является фундаментальной основой значимых событий, представленных всеми аспектами благополучия и гармоничного развития человека.

Экзистенциально-гуманистический и субъектоцентристский подходы в объяснении сущности здоровья позволяют учесть в интерпретации его проявлений в различных контекстах внутренние ресурсы, упорядочить целостный «образ-Я» и целеполагание индивидуума и определить проницаемость смысловых границ субъективной реальности, создать условия для осмысленного выбора, в том числе жизненных целей, внутреннего принятия мировоззренческих представлений и трансформации картины мира, то есть выявлять и устранять помехи, природа которых основывается на многосубъектности внутреннего мира, психики человека.

В рамках экзистенциально-гуманистического и субъектоцентрического подходов основой здоровья человека является способность к осмыслению своего бытия. Здесь происходит столкновение с еще одной категорией экзистенциализма – проблемой выбора. У человека есть потенциал осознать свою жизнь, понять ее и предпринять конструктивные шаги на пути к тому, чтобы жить более аутентично, больше стать самим собой. Но все дело в том, сумеет ли человек реализовать этот потенциал [2]. Человек всегда делает выбор, даже если он ничего не выбирает, он тем самым все же делает выбор. Выбор происходит в отношении собственного развития, нравственного, духовного и физического здоровья, выбор в отношении самого себя. От выбора человека зависит стратегия его поведения и в отношении собственного здоровья. Сделанный выбор является для человека единственно правильным. Важнейшая способность «человеческой природы» – внутренне присущая человеку мотивация к «поиску здорового», которая, как только ее освобождают, побуждает человека двигаться ко все большей эффективности и удовлетворенности в жизни. Если у человека отсутствует возможность выбора, он не может быть здоровым в полной мере. Соответственно, чтобы быть здо-

ровым, необходимо получить эту возможность. Главная цель оздоровления не в устранении симптомов, а в помощи человеку почувствовать себя способным на большее в своей жизни и имеющим выбор там, где ранее он испытывал принуждение [11].

Здоровье человека состоит в противодействии двух мотивов – развития и стабильности. Человек делает выбор в пользу одного из мотивов. Используя одни возможности, он тем самым отказывается от других. Болезненное состояние возникает в случае, если человек не может осуществить этот выбор, и борьба мотивов обостряется. Окружающий мир наполнен разногласиями, дисгармонией. Болезнь начинается с попыток уйти от этой дисгармонии. Здоровый человек, напротив, готов двигаться вперед, балансируя на пике нестабильности.

Человек свободен в своем выборе, он сам определяет свою жизнь и здоровье. Люди свободны формировать собственные характеры и ответственны за то, что они создают из самих себя. Человек обладает свободой воли, утверждает В. Франкл, так как «он поднимается над плоскостью соматических и психических детерминант своего существования... он свободен занять позицию по отношению к этим условиям; он всегда сохраняет свободу выбрать свою установку и отношение к ним». Когда люди поднимаются выше телесных и психических измерений своего существования, они входят в новое измерение, так называемое ноологическое (духовное) измерение. К этому ноологическому измерению относятся именно человеческие функции, такие как размышление, способность превращать себя в объект, осознание [5]. Человек во все большей мере становится субъектом собственного здоровья, от воли человека зависит то, какие он будет создавать и как будет использовать техники продуцирования здоровья.

В соответствии со свободой выбора и субъективностью человек определяет жизненные ценности. Здоровье является одной из важнейших жизненных ценностей любого человека. Список жизненных ценностей определяется субъективно, меняется с изменением ситуации развития человека, его возраста и т.п., но ценность здоровья всегда представлена в этом списке.

Для благополучного существования человеку необходимо принять ответственность за все происходящее с ним. Человек ответственен за свое существование, за свое здоровье. Человек, находящийся в состоянии полного здоровья, принимает на себя ответственность за решение возникающих противоречий, самостоятельно открывает новые пути таких решений.

Важнейшим понятием экзистенциально-гуманистического подхода является «смысл жизни». Человек всегда находится в поисках смысла жизни. Человек свободен в своем выборе смысла, но, найдя его, он несет ответственность за осуществление своего уникального смысла. Смысл жизни не может быть дан человеку извне, предложен или навязан. Он должен найти его вполне самостоятельно. При потере смысла жизни человек испытывает трудности во всех сферах своей жизнедеятельности, начинаются проблемы со здоровьем. Согласно В. Франклу, при потере смысла жизни человек оказывается в состоянии экзистенциального вакуума, в котором происходит переживание бессмысленности, пустоты и тщетности. Экзистенциальному вакууму сопутствует экзистенциальная фрустрация. Экзистенциальная фрустрация возникает, когда фрустрировано стремление к смыслу. Апатия и скука – главные характеристики экзистенциальной фрустрации. Экзистенциальный вакуум может вести к развитию неврозов (ноогенного невроза, заключающегося в появлении клинической симптоматики, и психогенного невроза, включающего в себя мании и фобии). Согласно экзистенциально-гуманистическому подходу, потеря смысла жизни непременно сказывается на здоровье. Если человек будет иметь определенную жизненную позицию, ценностные ориентации, будет проявлять ответственность, будет уметь делать выбор и принимать решения, то можно утверждать, что у такого человека сформирована экзистенциальная сфера. Развитая экзистенциальная сфера помогает человеку не только познать себя, но и реализоваться в соответствии со своими возможностями. Развитие экзистенциальной сферы – это цель, к которой необходимо стремиться для обретения и поддержания собственного здоровья. Человек сам ответственен за свое здоровье, обретение здоровья зависит от его собственной активности, его выбора; человек способен излечиться от болезни самостоятельно и творить свое здоровье.

Рассмотрев основные положения, мы можем заключить, что с точки зрения экзистенциально-гуманистического подхода здоровье – это возникшее при осмыслении собственного существования и принятии ответственности за него состояние индивида, выраженное в стремлении к постоянному развитию за счет способности к свободному и правильному выбору на основе собственных ресурсов. Принимая во внимание данное определение, можно представить критерии оценки здоровья человека с позиций концептуальных идей экзистенциально-гуманистического подхода. К ним относятся:

- проявление личной ответственности за происходящее в отношениях с миром и самим собой;
- субъективность по отношению ко всему происходящему;
- опора в различных видах деятельности на собственные ресурсы;
- способность к осознанному выбору;
- наличие и понимание смысла собственной жизни;
- наличие определенных жизненных ценностей и приоритетов;
- способность к развитию в ситуации нестабильности и дисгармонии окружающего мира [6].

Таким образом, экзистенциально-гуманистический и субъектоцентристский подходы дают возможность объяснить сущность здоровья человека через призму идей синтонии, здравотворчества и самосозидания. В рамках этих подходов пре-

валирует парадигма, в которой первостепенная роль в сохранении, формировании и укреплении здоровья принадлежит самому человеку, его образу жизни, его ценностям, установкам, степени гармонизации его внутреннего мира и отношений с окружением. В этом контексте здоровье можно представить как интегральную целостность человека, которая проявляется в оптимальном единстве социального и биологического аспектов развития индивидуальности в конкретных условиях жизнедеятельности на основе приоритета духовно-нравственных ценностей и обеспечивает устойчивую работоспособность и самостоятельное жизнеобеспечение личности. На рисунке 1 представлена логико-структурная схема, отражающая отношение к здоровью человека с позиций экзистенциально-гуманистического и субъектоцентристского подходов.



**Рис. 1. Логико-структурная схема отношения к здоровью человека с позиций экзистенциально-гуманистического и субъектоцентристского подходов**

## Л И Т Е Р А Т У Р А

1. Бердяев Н. А. Экзистенциальная диалектика божественного и человеческого. О назначении человека. – М., 1993. – С. 312–313.
2. Братченко С. Экзистенциально-гуманистический подход Джеймса Бюдженталя: человек в поисках самого себя // Психологические проблемы самореализации личности. – Вып.2. – СПб., 1998. – С. 56.
3. Булгаков С. Н. Свет невечерний. – М., 1994. – С. 243–247.
4. Гегель. Философия права. – М. : Мысль, 1990.
5. Дубовицкая Т. Д. Концепции и методы психологической помощи. – Стерлитамак : Изд-во СГПА им. Зайнаб Бишевой. – 2011. – С. 123–125.
6. Маджуга А.Г., Синицина И. А. Здоровьесозидающая педагогика. – М. : Логос, 2014. – 508 с.
7. Рожков М. И. Концепция экзистенциальной педагогики // Ярославский педагогический вестник. – 2011. – № 4. – С. 43–47
8. Тихомирова Л. Ф. Экзистенциальный подход к реализации педагогами функции сохранения здоровья учащихся // Ярославский педагогический вестник. – 2011. – № 4. – С. 31.
9. Федоров Ю. М. Сумма антропологии. – Новосибирск : Наука, 1995.
10. Флоренский П. А. Христианство и культура. – Харьков : Фолио ; М. : АСТ, 2001. – 663 с.
11. Bugental J. F. T. What is distinctive about the existential-humanistic perspective on psychotherapy // The Saybrook Perspective. – 1995. – P. 9

## R E F E R E N C E S

1. Berdyaev N. A. Ekzistentsial'naya dialektika bozhestvennogo i chelovecheskogo. O naznachenii cheloveka. – M., 1993. – S. 312–313.
2. Bratchenko S. Ekzistentsial'no-gumanisticheskij podkhod Dzheymasa Byudzhentalya: chelovek v poiskakh samogo sebya // Psikhologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti. – Vyp.2. – SPb., 1998. – S. 56.
3. Bulgakov S. N. Svet nevecherniy. – M., 1994. – S. 243–247.
4. Gegel'. Filosofiya prava. – M. : Mysl', 1990.
5. Dubovitskaya T. D. Kontseptsii i metody psikhologicheskoy pomoshchi. – Sterlitamak : Izd-vo SGPA im. Zaynab Biishevoy. – 2011. – S. 123–125.
6. Madzhuga A.G., Sinitsina I. A. Zdorov'esozidayushchaya pedagogika. – M. : Logos, 2014. – 508 s.
7. Rozhkov M. I. Kontseptsiya ekzistentsial'noy pedagogiki // Yaroslavskiy pedagogicheskij vestnik. – 2011. – № 4. – S. 43–47
8. Tikhomirova L. F. Ekzistentsial'nyy podkhod k realizatsii pedagogami funktsii sokhraneniya zdorov'ya uchashchikhsya // Yaroslavskiy pedagogicheskij vestnik. – 2011. – № 4. – S. 31.
9. Fedorov Yu. M. Summa antropologii. – Novosibirsk : Nauka, 1995.
10. Florenskiy P. A. Khristianstvo i kul'tura. – Khar'kov : Folio ; M. : AST, 2001. – 663 s.
11. Bugental J. F. T. What is distinctive about the existential-humanistic perspective on psychotherapy // The Saybrook Perspective. – 1995. – P. 9

Статью рекомендует д-р пед. наук, проф. Н. П. Абаскалова