

**Е. Г. Новолодская**

Вийск

**КРЕАТИВНАЯ ПРИРОДА ЧЕЛОВЕКА: ФЕНОМЕН ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВА И ЗДРАВСТВОВАНИЯ****КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** здоровьетворение; здоровьетворческая активность; здоровьетворческий потенциал; жизнетворчество; креативность; культура здоровья и здоровьетворения; творчество.**АННОТАЦИЯ.** Рассматривается креативная природа человека в свете новой цивилизационной парадигмы. Отражаются основные особенности феномена творчества, предлагается авторская концепция здоровьетворения и характеристика ее компонентов.**E. G. Novolodskaya**

Biyssk

**HUMAN CREATIVE NATURE: PHENOMENON OF LIFE CREATION AND HEALTH CREATION****KEY WORDS:** health creation; health creation activity; health creation potential; life creation; creativity; culture of health and health creation.**ABSTRACT.** The article deals with human creative nature in the light of the new civilizational paradigm. Major characteristics of creation phenomenon are considered. The author's conception of health creation and characteristics of its constituent elements are described.

Для глубокого осознания «научной картины здоровья и здоровьетворения» человека, механизмов формирования и развития его творческого и гуманного отношения к самому себе и своим близким, окружающим людям и природной среде (в педагогическом контексте: каковы технологии создания здоровьесберегающей образовательной среды, концептуальные основы педагогической системы индивидуально-творческой ориентации ребенка на здоровьетворчество) необходимо понять и описать сам феномен человека, его многомерную природу. Валеология как область знаний о целостном здоровье человека является отражением общей тенденции в развитии современной науки к интеграции, целостному

знанию о человеке в мире: от познания мира → к познанию человека → познанию научной картины здоровья → к разработке технологий здоровьетворения и их реализации.

В основе этой тенденции, как указывает Л. Б. Дыхан, лежит переход от технократической парадигмы, базирующейся на картезианской механистической картине мира и антропоцентризме, к новой цивилизационной парадигме (парадигма антропогенной цивилизации), фундаментом которой является утверждение принципов единства Универсума и его законов [1].

Дадим сравнительную характеристику выделенных парадигм.

КАТЕГОРИИ	ТЕХНОКРАТИЧЕСКАЯ ПАРАДИГМА	ЦИВИЛИЗАЦИОННАЯ ПАРАДИГМА
Концепция человека	Человек — существо телесное, анатомо-физиологический субстрат. Сознание как функция мозга, духовность остается за гранью постижимости и игнорируется	Человек — телесно-энерго-информационная система, био-психосоцио-природно-космическое существо — модель многогранна и бесконечна
Модель мироздания	Мироздание — объект познаваемый и изменяемый в соответствии с текущими материальными потребностями общества	Единство мироздания — мир целостный, состоящий из сложных самоорганизующихся открытых систем, которым свойствен обмен энергией, веществом и информацией
Взаимоотношения человека и природно-социальной среды	Человек, вооруженный современной техникой, отдален от природы. Он механизм, существующий в техносфере, и не имеет подсознательных стимулов для объединения с природой и другими людьми. Все люди, животные и экосистемы воспринимаются только в связи с их полезностью, а не с точки зрения самоценности	Природа и общество должны развиваться как целостность, а не как противостоящие величины. Человек — высшее звено биосферы, составляет с ней органическое единство. Биосфера является необходимой средой обитания человека, а ее биогеохимическая энергия — живым организмом каждого индивида. Человек является важнейшим фактором природного развития (он неизбежно, закономерно и непрерывно изменяет ее) — экологической, биосоциальной, разумной космической силой
Приоритеты эволюционного развития и возможные результаты	Научно-технический прогресс и основанный на нем экономический рост, накопление общественного богатства. Следствием господства техногенного мировоззрения выступают экологический кризис, кризис духовности и телесности. Под угрозой генофонд и само существование человека как вида, который может быть отторгнут природой как дисгармоничный элемент	Человек — органичная часть мироздания, ценная и уникальная. Индивидуализация общества — повышение роли каждого отдельного человека, его ответственности за судьбы мира. Возрождение духовных ценностей мировой культуры. Глубокая внутренняя осмысленность и этическая устойчивость помогают человеку гармонично эволюционировать вместе с эволюционирующей планетой, которая, в свою очередь, космически закономерно эволюционирует со всей Вселенной

Логику развития новой цивилизационной парадигмы, базирующейся на постулатах древней философии, осмысливающей и

интерпретирующей ее на уровне современных знаний, можно представить следующим образом:

<b>ДРЕВНЯЯ ФИЛОСОФИЯ</b>	
Пифагор, Фалес Милетский, Гераклит Эфесский, Анаксагор, Левкипп, Демокрит, Эвдокс Книдский, Платон, Аристотель, Аристарх Самосский, Архимед, Эпикур, Лукреций, Клавдий Птолемей, Сократ, Конфуций и др. <i>первые модели мироздания, единой картины мира</i>	
целостный взгляд целостного человека на целостный мир — собственный, внутренний микромир (микрокосм) и окружающий внешний макромир (макрокосм) в их тесном переплетении и взаимодействии — <i>единство макрокосма и микрокосма, мира и человека</i>	



<b>РУССКИЙ КОСМИЗМ (НАЧАЛО XX ВЕКА)</b>		
<i>религиозное направление</i>	<i>естественнонаучное направление</i>	<i>ноосферная концепция</i>
П. А. Флоренский, В. С. Соловьев, Н. Ф. Федоров, С. Н. Булгаков и др.	А. Л. Чижевский, К. Э. Циолковский, Н. Г. Умов, Н. Г. Холодный и др.	В. И. Вернадский и др.
<ul style="list-style-type: none"> <li>● «Божественное начало» — активное, образующее и определяющее мировой процесс;</li> <li>● все существа порождены «космическим процессом», а человек является естественным посредником между Богом и материальным бытием, проводником всеединяющего Божественного начала в стихийную множественность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● жизнь в значительно большей степени явление космическое, чем земное, она создана воздействием творческой динамики космоса на инертный материал Земли;</li> <li>● биологические и психические стороны земной жизни связаны с физическими явлениями космоса (каждая живая клетка реагирует на ту «космическую информацию», которой пронизывает их большой космос)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● биосфера — целостная динамическая система, активная оболочка Земли, в которой совокупная деятельность живых организмов (в том числе и человека) проявляется как геохимический фактор планетарного масштаба и значения;</li> <li>● эволюционирование в ноосферу (сферу разума);</li> <li>● человек — высший продукт эволюции, существо космическое, обладающее бесконечными потенциями индивидуального и исторического развития;</li> <li>● человек в своих антропологических, социальных и исторических гранях есть существо еще далеко не идеальное, в определенном смысле «кризисное», но существуют идеал и цель высшего духовного человека, которые движут им в его росте;</li> <li>● через преемственное, из поколения в поколение, распространение знаний и умений, развитие трудовой, социальной, интеллектуальной и творческой активности человека, через философский, нравственный поиск, искусство, науку идет увеличение объема общеземного мозга</li> </ul>
<i>человек — устроитель и организатор Вселенной</i>	<i>человек и Вселенная — единая система с устойчивой взаиморегуляцией</i>	<i>эволюционирование к сложному «ноосферическому мозгу» — органу всечеловеческого сознания</i>



<b>СИНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ПОДХОД</b>	
И. Пригожин, Г. Николис, Г. Хакен, И. Стенирс, М. Эйген, А. А. Андронов, Ю. И. Неймарк и др.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● мир состоит из сложных самоорганизующихся систем;</li> <li>● такие системы (к ним относится подавляющее большинство объектов природы) являются системами открытого типа, которым для поддержания своей организации необходим постоянный обмен энергией, веществом и информацией;</li> <li>● в результате постоянного взаимодействия системы приобретают некоторые характеристики: изменчивость, самопроизвольные случайные отклонения, саморазрушаемость и случайность (в переломный момент — точка бифуркации — направление дальнейшего развития непредсказуемо), резонансность (малые причины изменений могут вызвать большие последствия), когерентность (каждый элемент системы несет полную информацию об общем состоянии системы)</li> </ul>	



<b>ПАРАДИГМА АНТРОПОГЕННОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ</b>	
А. Тарковский, В. А. Фролов, Г. Г. Дилигенский, Р. У. Сперри, К. Гедель, В. П. Казначеев, Е. А. Спирин и др.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● природа и общество развиваются как целостность (взаимозависимость) — взаимопроникающие влияния биосферы и общества, их эволюция во многом будет определять будущее человека, в том числе и состояние его здоровья;</li> <li>● окружающий мир движим не только бессознательными материальными силами, но и в решающей степени человеческими ценностями — сознание может приводить в движение материю (принцип «холистской макроментальной эмерджентной причинности» Р. У. Сперри), отсюда высокие требования к человеческой ментальности и этике, которые становятся судьбоносными для выживания человечества;</li> <li>● рост индивидуализации общества, т. е. повышение роли отдельного человека в мироздании, приоритетов его потребностей и мотивов (духовное здоровье)</li> </ul>	

Философский смысл жизни каждого человека согласно данной парадигме — морально-этическое, психическое и духовное самосовершенствование, целью которого является достижение такого духовного со-

стояния, при котором человек воспринимает и других людей, и все живое в окружающем мире как самого себя при осознании себя составной частью Вселенной. При рассмотрении методологических оснований

валеологии в плане раскрытия сущностных характеристик модели мироздания (образа мира) встает вопрос о том, на какой образ (модель) человека она ориентирована. Трактровке данного феномена посвящены работы многих мыслителей на протяжении всей истории человечества. При понимании человека как телесно-энерго-информационной системы наука признает бесконечность его модели. На наш взгляд, это обусловлено тем, что мир, в котором живет человек, включает в себя бесконечное число миров: внутренний душевный мир → телесный мир → духовный (ментальный) мир → мир человечества → органический мир земного шара → планета Земля → Солнечная система → система Млечного пути (мир Галактик) → Сверхгалактика → Метагалактика → ... → мир космоса (Вселенная).

Вселенная бесконечна и разнообразна. И человек как образ мира, его природа многомерна и бесконечна в своих проявлениях и измерениях. Каждый человек представляет собой «миниатюрную Вселенную». «...В нем наличествуют все виды материи, из которых состоит Вселенная, действуют те же законы... ментализма (Вселенная — мысленный образ), соответствия (аналогии), вибрации (движения), полярности (полюсности, противоположности), ритмичности изменений, причин и следствий, зарождения (жизненная сила заложена во всем... и проявляется на всех уровнях... законы макрокосма и микрокосма одинаковы, внутренний мир любого живого существа можно назвать “малым космосом”» [9. С. 19, 28].

Параллельное изучение мира и человека показывает их фундаментальное единство. Многомерная модель человека рассматривает его как интеграцию различных измерений, конечное число которых неизвестно: человек — существо природное и предметное, телесно-органическое и телесно-чувственное, родовое и видовое, индивидуальное и общественное, психическое и практическое, существо потребностей, сознательное и деятельное, зависимое и свободное, существо открытое, саморазвивающееся, ценностное, существо универсальное, конечное и смертное, человек — существо историческое, создатель и носитель культуры и пр.

Сущности валеологических идей созвучна полюсно-полевая концепция человека как био-психо-социо-природно-космического существа В. П. Казначеева и Е. А. Спирина, позволяющая понимать здоровье как результат взаимодействия различных полей человеческого существования и проявления их полярных категорий, отражающих полноту связей человека с миром, степень гармонии

или дисгармонии жизни [2]. Опираясь на концептуальные основы данной теории, мы характеризуем природу человека и выделяем **поля (среды) его существования и жизнедеятельности (жизнетворчества)**:

- *биологическое* — включенность человека в мир живых организмов: инстинкты и рефлексы, физиологические особенности организма, морфологические и функциональные резервы, адаптационные возможности, генетический и энергетический потенциал и пр.;
- *природно-космическое* — принадлежность к органическому миру планеты и миру космоса, что определяет связи со всем монолитом жизни: органическое единение с биосферой и вселенскими процессами, обмен энергией, веществом и информацией, гармоничное эволюционирование с планетной природой и со всей Вселенной и пр.;
- *предметно-пространственное* — включенность в окружающее рукотворное пространство: архитектурные и инженерные сооружения, жилая среда, рабочие и учебные помещения и пр.;
- *психологическое* — включенность человека в отражательные, психические процессы: сознательное и бессознательное, психоэмоциональное состояние, управление, регуляция и контроль поведенческих реакций на окружающий мир, внутренний (душевный) мир чувств и переживаний человека и пр.;
- *социальное* — причастность человека к историческому процессу, включенность в мир общественных отношений: принадлежность к поло-ролевым функциям, социальные связи, ресурсы и отношения: семейные, учебные, межличностные, общественно-политические, этнические, трудовые и пр., принадлежность к миру культурных ценностей (человек — субъект и объект культуры) и пр.;
- *интеллектуальное (информационно-технократическое)* — включенность в мир информации и научно-технического прогресса: усвоение и использование информации, получение принципиально новой информации, управление мыслями, их использование и контроль за ними, использование и наращивание научно-технических достижений, благ цивилизации и пр.;
- *духовно-нравственное (ментальное)* — вхождение в ментальный мир: морально-волевые и ценностно-мотивационные установки поведения, иерархия потребностей и пути их достижения, суть бытия в свете высших ценностей, осоз-

вание смысла жизни, стратегия жизни, господство над обстоятельствами, вероисповедание, приверженность религиозно-философским трактованиям мироздания (аюрведа, фэн-шуй и др.) и пр.;

- *креативное* — включенность человека в мир творчества, позитивного созидания: разумное творение образа «Я» (личностные развивающиеся новообразования), позитивное творение (преобразование) окружающей предметно-пространственной и природно-социальной среды, ментальное (философское) творение космических (вселенских) процессов и закономерностей.

В плане нашего исследования особый интерес представляет разработка в современной науке теории творчества и философское обоснование **креативной природы феномена человека**, которая представляется нам неотъемлемым компонентом образа человека и одним из важнейших объектов педагогического воздействия в образовательном процессе. В теории творчества под креативностью понимают способность к творческому мышлению, к творчеству, к конструктивному нестандартному мышлению и поведению, а также к осознанию и развитию своего опыта. В отечественной психологии креативность рассматривается как некоторое особое свойство (устойчивая особенность) человеческого индивидуума, обуславливающая способность проявлять социально значимую творческую активность.

В науке имеет место понятие «творчество» как способность удивлять и познавать, умение находить решение в нестандартных ситуациях, нацеленность на открытие нового и способность к осознанию своего опыта. Критерием творческой выступает не качество результатов, а характеристики и процессы, активизирующие творческую продуктивность. Так как человеческая индивидуальность неповторима и уникальна, то творчество — это реализация человеком собственной индивидуальности.

Феномен творчества в жизнедеятельности личности рассматривается в свете различных аспектов: как феномен духовности, атрибут человеческой природы и качественное состояние деятельности человека, двигатель культуры и пр. Позиции проблемы творчества достаточно многогранны: источники, основы и детерминирующие факторы; критерии и продукт, виды и уровни творчества; содержание творческого процесса и его структурных характеристик; существенные характеристики творческого отношения к любому виду человеческой

деятельности; проблема профессионального творчества в различных сферах, социально-психологические проблемы творчества; исследование психофизиологических основ творчества и личностных качеств человека-творца; специфика и формы художественного, технического и научного творчества; развитие личности (развитие творческих способностей в процессе обучения и воспитания, самосозидание и самовоспитание личности) и др.

Особый интерес представляет концепция психологов гуманистического направления (А. Маслоу, К. Роджерс и др.), по которой первоначальным источником творчества выступает мотивация личностного роста. Данный подход соответствует трактовке понятия творчества как деятельности, мотивированной духовными потребностями в саморазвитии и самореализации личности. Это положение обосновывают и развивают в своих работах отечественные психологи: Д. Б. Богоявленская, В. В. Давыдов, В. Н. Дружинин, Я. А. Пономарев и др.

В материалистической философии творчество определяется как мыслительная и практическая деятельность, результатом которой является созидание оригинальных, неповторимых ценностей, установление новых фактов, свойств, закономерностей, а также методов исследования и преобразования материального мира или духовной культуры (Г. Гиргинов, А. Горальски, А. Г. Спиркин и др.). В «Философском энциклопедическом словаре» приводится следующее определение: «Творчество — деятельность, порождающая нечто качественно новое и отличающееся неповторимостью, оригинальностью и общественно-исторической уникальностью, никогда ранее не бывшее...» [8. С. 642].

Я. А. Пономарев указывает: «В философском понимании творчество есть активное взаимодействие субъекта с объектом, в ходе которого субъект целенаправленно изменяет окружающий мир, создает новое, социально значимое в соответствии с требованиями объективных закономерностей... Творчество — необходимое условие развития материи... в широком смысле — взаимодействие, ведущее к развитию. Всеобщий критерий развития творческой личности — одна из конкретных форм проявления механизма развития» [5. С. 8, 16–18]. Способность творить отличает человека от других биологических видов. Творчество — главная «эволюционная» потребность человека, его обязанность. Творчество предполагает позитивный характер деятельности человека.

Творчество рассматривается и как сам процесс творения, созидания, и как его ре-

зультат. Наряду с признаком «новизны» неотъемлемым атрибутом творчества следует считать критерий развития человека, человеческой личности, человеческой культуры и общества в целом. Результатом творчества является некий новый продукт: идея, материальный объект, способ действия или поведения. Творчество отличается оригинальностью, предполагает создание новых продуктов деятельности, не имеющих аналога в предшествующем опыте человека, применение новых средств, технологий и т. п.

Творчество как педагогическую категорию следует рассматривать как форму деятельности человека, направленную на создание качественно новых ценностей, важных для формирования творческой личности. В творчестве — источник развития личности, ее культуры. Через творчество и созидание человек приспосабливается к окружающей действительности, преобразуя ее и тем самым совершенствуя себя.

Процесс творчества позитивно влияет и на здоровье человека-творца, его самочувствие и настроение. Творческий тонус сознания человека, способность создавать и воплощать идеальные представления, образы, мечты и замыслы позволяет сохранить свою психику здоровой и активной. А. Korzybski утверждает, что творчество организует порядок жизнедеятельности человека и является залогом его физического и психического здоровья. Интеллектуальная пассивность столь же пагубна, как и эмоциональная зажатость. Поэтому человек независимо от образования и рода деятельности должен постоянно быть в поиске нового, стремиться творчески подходить к своей работе и своей жизни [10].

«Творя, человек творит и самого себя. Созидать себя, — может быть, самое высокое творчество, когда человек строит в себе человека, формирует нужные качества в соответствии с избранным им идеалом, развивает творческие способности мышления и поведения... Творческое поведение человека — адекватное поведение в постоянно движущемся и изменяющемся мире... способность к антиципации — предвосхищению ожидаемых или возможных событий (“работа с будущим”» [7. С. 191].

Здоровьетворение можно рассматривать как составную часть, необходимое условие и способ включения человека в процесс творения собственной жизни. Креативность человека как творческое отношение к жизни и своей личности лежит в основе здоровьетворения (в самом смысле этого слова — сотворение, созидание здоровья — заложена креативная природа человека) — деятельности, мотивированной ду-

ховными потребностями личности в самозидании и созидании вокруг себя экологически здоровой предметно-пространственной, природной, социальной и ментальной среды.

В *философско-духовном понимании здоровьетворение* можно трактовать как глубокую сущность обладающего сознанием общественного человека, одну из форм существования человеческого духа, социальной реализации и самоактуализации личности. Здравотворчество представляет собой высшую и специфическую форму, механизм развития личности, окружающей среды и всей культуры. В здоровьетворении ярко проявляется жизнедеятельность человека, раскрываются его сущностные силы. Это способ бытия человека, форма его самодеятельности, саморазвития и самоутверждения.

С *социально-культурологической позиции здоровьетворение* — один из факторов созидания общества, развития культуры и двигатель прогресса. Это не только потребность человека, это его достоинство и жизненная ценность и, наконец, это его обязанность — быть здоровым, вести продуктивный в социальном и нравственном плане образ жизни. Здоровьетворение — это свободная, универсальная деятельность, ведущая человека к саморазвитию. Одновременно это способность адекватно реагировать на потребность в новых подходах и осмысленно включать в жизнь человека что-то новое. Только здоровый человек может выполнить свою историческую миссию на Земле.

В *психологическом плане здоровьетворение* можно охарактеризовать как двухуровневый процесс: объективный уровень предполагает сохранение, укрепление и развитие здоровья в масштабе всего человеческого общества, субъективный уровень включает осознание, принятие и следование здравотворческому поведению самим субъектом, отсюда следует понимание психологической природы здоровьетворения как последовательное и непрерывное самораскрытие природной и социальной сущности личности. Здравотворчество органически связано с познанием, отражением действительности, законов ее развития и функционирования.

*Здравотворчество как педагогическая категория* представляет собой деятельность по созиданию здоровья всех участников педагогического процесса, созданию условий для максимального раскрытия их здравотворческого потенциала и развития культуры здоровья.

*Жизнетворчество* — это разумное и позитивное творение образа «Я» в области

физического, психического, социального, интеллектуального, духовно-нравственного совершенства, достижение гармонии с самим собой, с другими людьми и природной средой, это самосотворение, созидание своего здоровья, приобщение к культуре здоровья и здоровьетворения. Идея самосотворения человека лежит в основе концепции креативной валеологии.

Креативный уровень психической организации личности предусматривает раскрытие внутренних ресурсов самооздоровления, повышение сознательного творческого потенциала и высвобождение активной самостоятельной творческой деятельности. Валеологическое обеспечение жизнедеятельности человека предоставляет ему возможность реализации своей духовной свободы (свободный выбор специфических высших ценностей личностного благополучия), самоопределения и гармонизации взаимоотношений с окружающим миром (умение постоянно пребывать или быстро входить в свою «зону комфорта»), проявления собственного творчества [1].

Мир бытия человека — это триадный мир: *биологическая жизнь* соответствует жизни человека в прошлом биосферной эволюции; *социальная жизнь* — жизнь человека в настоящем на основе прошлого биологического и предшествовавшего социального опыта человека и человечества; *духовная жизнь* — жизнь в будущем, которая возможна только посредством осуществления специфической функциональной миссии человека в настоящем, его активной самостоятельной деятельности по осуществлению своего творческого вклада в сохранение единого космического эволюционного земного процесса, частью которого человек является [1].

Вся жизнь человека должна быть наполнена творчеством, созиданием, непрерывным трудом по самосовершенствованию. Весь мир бытия человека, его триадный мир, пронизанный феноменом творчества, вбирает в себя все богатство культуры человечества, его традиций. «Креативная валеология и софотерапия (использование средств духовной культуры для формирования установок на здоровый образ жизни — «лечение мудростью») открывают пути изучения самосотворяющих сил человека, его воли, знаний, эмоций, системы ценностей» [6] — **формирование и развитие культуры здоровья и здоровьетворения.**

Интерпретируя идеи креативной природы человека, мы разработали концепцию здоровьетворения как деятельности, мотивированной духовными потребностями личности в самосозидании и созидании вокруг себя экологически здоровой среды.

Здоровьетворение следует рассматривать как составную часть, необходимое условие и способ включения человека в процесс творения собственной жизни (жизнетворчество).

**Концепцию здоровьетворения** мы представляем как «строительство», сотворение индивидуального здоровья, культуры здоровья и здоровьетворения («модель дома»). «Фундаментом» здравотворчества является валеологическая креативность. «Ступеньки» к достижению культуры — реализация «Я-концепции» в свете оздоровительной доктрины принципов здоровьетворения. «Здание», «дом» — созидание культуры здоровья (слово «культура» происходит от латинского «вращивать»), через призму которой педагогическая категория «образование» трактуется как «формирование образа «Я» в жизненном процессе, как творение своего индивидуального здоровья. «Крыша дома»: форма бытия человека с валеологическим мировоззрением — достижение гармонии жизни, гармонии с самим собой, природой и другими людьми.

**Валеологическую креативность** мы определяем как способность человека к здравотворческому поведению, осознанию и развитию опыта здравотворческой деятельности. Данную характеристику можно рассматривать как внутренний ресурс личности, проявляющийся в любом виде деятельности и позволяющий человеку реализовать собственную индивидуальность. Она выражается в мышлении, чувствах, общении, характеризуя или личность в целом, или продукт здравотворческой деятельности. Валеологическая креативность — это внутренний ресурс, совокупность мыслительных и личностных качеств человека, способствующих проявлению и становлению здоровьетворения как субъективного, индивидуально-окрашенного стиля деятельности личности.

**Потенциальная креативность** («креативность в возможности») — готовность личности к здравотворческой деятельности — здравотворческий потенциал;

**Актуальная креативность** («креативность в действительности») — необходимое условие для планирования и осуществления процесса здоровьетворения, реализации здравотворческих идей, проектов — здравотворческая активность личности.

Переход от здравотворческого потенциала к здравотворческой активности осуществляется посредством создания комплекса необходимых психолого-педагогических условий (креативной образовательной среды), внедрения креативных технологий организации здравотворческой деятельности учащихся. Потенциал личности рассматривается как внутренняя структура,

в которой интегрируются общие способности человека как индивида и специальные как субъекта деятельности. Потенциал определяется через готовность человека к осуществлению разных видов деятельности и через возможность достижения прогнозируемых уровней личностного развития.

**Здравотворческий потенциал** личности, на наш взгляд, проявляется через готовность к здравотворческой деятельности и через возможность достижения прогнозируемых уровней личностного развития. Здравотворческий потенциал — это система личностных свойств, «сущностных сил» человека, которая является условием актуализации возможностей валеологической направленности личности, побуждающих ее к здоровьетворению. Он выполняет координирующую, регулирующую, стимулирующую и адаптивную функции. Компонентами здравотворческого потенциала личности будут являться:

- *когнитивная готовность* (представляет собой определенный уровень познавательных интересов и эрудиции человека, осознание себя как индивидуальности, творца своего здоровья, здоровья окружающих людей и природной среды, носителем культуры здоровья, дает основу для индивидуально-личностной ориентации к процессу здоровьетворения);
- *коммуникативная готовность* (характеризуется желанием и стремлением, способностями человека к взаимодействию с другими людьми в процессе здоровьетворения, содружеству и сотворчеству в реализации оздоровительных программ);
- *нравственная готовность* (включает нравственные качества личности: ответственность, отзывчивость и др., а также способности к самоуправлению: постановка целей, планирование здравотворческой деятельности, самоорганизация и контроль, самооценка и др.);
- *потребностно-мотивационная готовность* (предполагает активную позицию личности в самосозидании и созидании экологически здоровой среды, в решении конкретных задач изменения окружающей действительности, характеризует отношение человека к валеологической деятельности как к важному средству гуманистического преобразования мира);
- *практическая готовность* (предусматривает владение некоторыми здравотворческими умениями и навыками в самопознании и самооценке, самонаблюдении и самодиагностике, саморегуляции и адаптации, составлении и

реализации собственных программ здоровьетворения, оздоровления природной и предметно-пространственной среды);

- *эмоционально-волевая готовность* (включает положительное эмоциональное отношение и волевые усилия человека к самосовершенствованию в физическом, психическом и нравственном плане, отражает культуру чувств личности).

Процесс развития здравотворческого потенциала представляет собой часть общего процесса развития личности, так как, являясь результатом развития, он, в свою очередь, становится предпосылкой каждого нового этапа качественного изменения. В нашем случае таким качественным новообразованием личности является здравотворческая активность, напрямую связанная с творческой мотивацией.

**Здравотворческая активность** заключается в добровольном и сознательном принятии личностью необходимости здорового образа жизни, в стремлении к здравотворческому поведению. Это интегративное качество личности, которое выражается в устойчивой потребности в самосозидании, предполагает реализацию своего здравотворческого потенциала в деятельности, направленной на собственное здоровьетворение, здоровьесбережение окружающих людей и природной среды. Оно характеризует рост нравственно-валеологической позиции личности, критериями которой являются:

- усвоение норм и правил валеологически обоснованного взаимодействия с окружающим миром и с самим собой, трансформация их значительной части в привычки;
- наличие потребности в приобретении валеологических знаний, ориентация на их практическое применение;
- потребность в творческом поиске, саморазвитии и самосовершенствовании в процессе индивидуального здоровьетворения;
- проявление инициативы в решении проблем охраны здоровья окружающих людей и оздоровления природной и предметно-пространственной среды.

Здравотворческий потенциал и здравотворческая активность свидетельствуют о ценностных установках человека на личностно-творческую валеологическую деятельность. В ее основе лежит реализация «Я-концепции» в свете оздоровительной доктрины принципов здоровьетворения. Одной из исходных посылок здоровьетворения является осознание человеком себя как уникальности, неповторимости, осмысление сво-

его «Я» в мире, а значит, и мира в себе. Сократовский («Человек, познай себя») и конфуцианский («Человек, сотвори себя») тезисы можно объединить в основной валеологический принцип — познай и сотвори себя. Оздоровительная доктрина современного человека трактует: познай, преобразуй и сотвори себя: *валеологически* — будь здоровым, *профессионально* — определи свой путь жизни и место в ней, *духовно* — найди свой идеал и определи свою систему ценностей [6].

Мы выделяем семь принципов оздоровительной доктрины, семь «ступенек» восхождения к культуре здоровья и здоровьетворения, построению своего индивидуального здоровья, своему жизнестроению.

#### **«Познай себя!»**

Самопознание является одной из центральных задач проблемы здоровья. Опыт самопознания необходим для благоприятного развития организма. Изучив свои индивидуальные качества и особенности, определив характеристики среды, человек способен разумно соотносить «субъективного себя» с объективным миром вокруг, чтобы наилучшим образом войти в него. Данный принцип предполагает умение понимать свой внутренний мир и стремление понять других людей, уважать их и опереживать им.

#### **«Прими себя!»**

Это значит приспособиться к среде и своим собственным возможностям, принять все свои недостатки (а некоторые превратить в достоинства), неудачи, беды и несовершенства, поверить в собственные возможности преодоления и развития. А с другой стороны, принять окружающих людей такими, какие они есть, стремиться к благополучному сосуществованию с ними с наименьшими потерями для себя.

#### **«Полюби себя!»**

Любовь дает силы для положительных изменений: развить свою индивидуальную неповторимую человеческую целостность, справляясь со своими слабостями, достигая самоодобрения и самоуважения. Этот принцип предусматривает и любовь к своим близким, друзьям, особенно к своей семье. Любовь рождает чувство заботы и ответственности не только за себя, но и за других. «Здесь важен процесс мышления от понимания собственного “Я”, его ценности не только для себя, но и для своих близких, к пониманию “Мы” как динамичной целостной системы, основанной на гуманистических принципах, способствующих наиболее полному развитию индивида и общества в целом» [3. С. 41].

#### **«Будь собой!»**

Жить, не вредя своему организму, — значит определить себя, свою жизнь и

стремиться к ее осуществлению в пределах возможного, «сохранять себя, естественную и искусственную среду своего обитания, противостоять внешним и внутренним воздействиям, болезням, повреждениям, старению и другим формам деградации, увеличить длительность полноценной жизнедеятельности» [4. С. 24].

#### **«Владей собой!»**

Владеть собой, контролировать свои эмоции, оставаться самим собой в любой ситуации, выбирать правильные способы поведения. Самообладание и саморегуляция способствуют более успешному взаимодействию с другими людьми.

#### **«Преобразуй себя!»**

Определить свои достоинства, способности, наклонности и создать благоприятные условия для их развития и совершенствования. Это важнейшая предпосылка для личностного и профессионального роста человека, его самореализации. Данный принцип предполагает деятельность человека по преобразованию своего микросоциума и природной среды в позитивном плане (улучшение возможностей, свойств и способностей своего организма, качества жизни и среды обитания).

#### **«Сотвори себя!»**

Самосотворение, самосозидание — непрерывный процесс, норма жизни. Оно предполагает активную позицию, стремление человека к достижению своего идеала. Познавая себя, развивая и совершенствуя себя, творя себя, человек осознает собственную ценность и индивидуальность, определяет себя творцом собственного здоровья и окружающей действительности.

В процессе реализации «Я-концепции», в свете принципов здравотворческой доктрины формируется и развивается **культура здоровья и здоровьетворения** как часть общей культуры человека, сложное, многофункциональное, интегративное и динамическое новообразование — совокупность валеологически развитых сознания, операционально-деятельностной, эмоционально-чувственной и волевой сфер личности, проявляющееся в сознательном и позитивном здоровьетворении.

Достижение высшего уровня здравотворчества, проявление культуры здоровья в разных сферах жизнедеятельности человека обеспечивает ему наивысшее удовлетворение от жизни и проявляется в достижении **гармонии жизни**: личной (гармония со своим телом, душой и разумом), гармонии с социумом (гармония в отношениях с окружающими людьми), гармонии с природной средой и космически-вселенскими процессами.



## Л И Т Е Р А Т У Р А

1. ДЫХАН Л. Б., КУКУШИН В. С., ТРУШКИН А. Г. Педагогическая валеология : учеб. пособие для студентов пед. вузов. М. : ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д : Изд. центр «МарТ», 2005. (Сер. «Педагогическое образование»).
2. КАЗНАЧЕЕВ В. П., СПИРИН Е. А. Космопланетарный феномен человека : проблемы комплексного изучения / АМН СССР, Сибирское отделение, институт клинической и экспериментальной медицины. Новосибирск : Наука, Сибирское отд-ние, 1991.
3. КОЛБАНОВ В. В. Валеологическое образование в начальной школе // Начальная школа. 1999. № 1.
4. ЛИЦУК В. А., МОСТКОВА Е. В. Девять ступеней к здоровью. М. : Восточная книжная компания, 1997. (Сер. «Помоги себе сам»)
5. ПОНОМАРЕВ Я. А. Психология творчества. М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 1999.
6. ПЕТЛЕНКО В. П. Валеология человека. Здоровье — любовь — красота : в 2 кн., 5 т. СПб. : Изд-во «Петроградский и К<sup>о</sup>», 1998. Кн. 1, т. 1—3.
7. САМОХВАЛОВА В. И. Культурология : краткий курс лекций. М. : Юрайт-Издат, 2002.
8. ФИЛОСОФСКИЙ энциклопедический словарь / редкол. : С. С. Аверинцев, Э. А. Араб-Оглы, Л. Ф. Ильичев и др. М. : Советская энциклопедия, 1989.
9. ЧЕШЕВА Т. В. Естествознание как всеединое знание о мире, природе и человеке : программа. Томск: «Знамя мира», 1995.
10. KORZYBSKI A. Science and sanity. An introduction to non Aristotelian systems and general semantics. N. Y., 1993.

Статью рекомендует д-р пед. наук, проф. Л. В. Моисеева