МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ПЕДАГОГИКЕ

УДК 37.037

ББК 74.05

Искусство здравотворчества личности: современные психологические и педагогические аспекты

Прихода Игорь Викторович,

кандидат медицинских наук, докторант, доцент кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации, Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко, г. Луганск, Луганская Народная Республика

Аннотация. В статье рассказывается о новом направлении в науке, возникшем на стыке философии, педагогики и психологии. Представлены основные труды о науке и искусстве здравотворчества. Определены степень изученности проблемы сохранения личностью своего здоровья и понятие искусства здравотворчества.

Ключевые слова: здравотворчество, здравотворчество личности, психолого-педагогическая технология, наука здравотворчества, искусство здравотворчества, здоровьесберегающая деятельность человека, технологии здоровьесбережения.

Art of Personal Health Creation: Modern Psychological and Pedagogical Aspects

Prikhoda Igor V.,

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Department of Adaptive Physical Culture and Physical Rehabilitation, Lugansk National University named after Taras Shevchenko, Lugansk, Lugansk People's Republic

Abstract. The article tells us about a new scientific tendency that appeared at the intersection of Philosophy, Pedagogy and Psychology. The main works on the science and art of health creation are presented in the article. The author determines the degree of knowledge of the problem of preserving a person's health and the concept of the art of health creation.

Keywords: health creation, psychological and pedagogical technology, science of health creation, art of health creation, health-preserving human activities, health-preserving technologies.

На рубеже XX и XXI веков в границах психологической науки сформировалась и выделилась самостоятельная отрасль знаний – *психология здоровья личности*, основанная на парадигме *здоровотворчества*. При таком подходе личность неизменно рассматривается как субъект здоровотворчества, творчески планирующий, разрабатывающий и осуществляющий свой личностный здоровьесозидающий проект, а также непосредственно отвечающий за свое здоровье [Новолодская 2012, 2014; Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016].

Психология здоровья личности характеризуется *тремя основными заданиями*. Во-первых, она исследует первооснову индивидуального существования человека как форму проявления его социального бытия, являющегося вместе с тем и основой психологического знания сути и закономерностей индивидуального человеческого существования. Во-вторых, она раскрывает психологические механизмы, психологию индивидуального здоровосозидания. В-третьих, ее задание состоит в понимании и исследовании путей достижения полноты и целостности индивидуального бытия, условий приобретения личностного статуса субъекта здоровотворчества. Очевидно, что в этом своем предназначении психология здоровья личности смыкается, с одной стороны, с философией как формой знания об общих законах бытия и сознания, а с другой – с психологией как наукой об общих законах человеческой психики [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016].

Несмотря на использование понятия искусства здоровотворчества в работах, посвященных указанной теме, само это понятие нуждается в четком определении. *Целью исследования* было введение в широкий научный оборот понятия искусства здоровотворчества. *Задачи исследования*: определение степени изученности феномена здоровотворчества и определение понятия искусства здоровотворчества.

Идея творческого отношения к собственному здоровью, созидания собственного здоровья имеет глубокие корни в философии, психологии, культуре в целом [Прихода 2019]. Именно через творческое переосмысление этого духовного наследия происходит *становление и развитие психологии здоровотворчества* [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016].

Парадигма здоровотворчества все активнее внедряется в учебно-воспитательный процесс системы отечественного и зарубежного образования, формируя фактически *новую образовательную стратегию*. В различных учебно-методических изданиях и научных трудах изложены принципы, концептуальные положения, структурно-содержательные идеи психологии и педагогики здоровотворчества [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016; Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Cutler, Lleras-Muney 2016; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016; Samuels, Lane 2018].

Овладение искусством здоровотворчества – это освоение как *теории здоровотворчества*, так и *технологии здоровотворчества*. Наука о принципах, моделях, образах здоровой жизни работает с тем «строительным материалом», из которого творится здоровье. В рамках этой науки исследуются способы, методы, средства, технологии здоровотворческого проектирования, разрабатываются модели здоровотворческого успеха, отмечаются «подводные рифы» и критические точки на жизненном пути человека [Маджуга 2008, 2009; Маджуга, Хакутдинова 2012], разрабатываются психолого-педагогические методы и средства преодоления сложных жизненных ситуаций [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015]. В теме индивидуально-личностного здоровотворчества деятельность исследователей характеризуется *содержательно-конструктивной, творческой и «технологической» направленностью*.

В современной системе образования (как отечественной, так и зарубежной) *психологические и педагогические технологии*, обеспечивающие оптимизацию учебно-воспитательного процесса, его соответствие императивам XXI века, находят все большее распространение [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Сеницина 2016; Cutler, Lleras-Muney 2016; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016; Samuels, Lane 2018].

Технология (в широком понимании) – это совокупность методов и процессов в определенной отрасли человеческой деятельности, а также научное обоснование методов и средств такой деятельности. В педагогической практике встречаются, прежде всего, *психологические и педагогические технологии*.

Психологическая технология – это совокупность психологических знаний, умений и навыков, методов и средств раскрытия, развития и реализации индивидуальности обучающегося, развития и совершенствования его творческого потенциала, становления его как социально и психологически зрелой личности, способной творчески самоосуществлять свою жизнь, свое жизненное предназначение. Наиважнейшее задание психологической технологии – помочь личности «включиться» в существующую (сегодня очень динамичную) социальную структуру с учетом своей психологической структуры, жизненных приоритетов, своей индивидуальности [Сластенин, Каширин 2003]. *Педагогическая технология* – совокупность педагогических знаний, умений и навыков, методов и средств оптимальной организации и проведения учебно-воспитательного процесса, обеспечивающих решение образовательных и воспитательных заданий [Сластенин, Каширин 2003].

С современных психолого-педагогических позиций процесс здравотворчества рассматривается на основе конструктивного *творческого единения психологической и педагогической технологий* в процессе их применения к учебно-воспитательному процессу обучения *искусству здоровья, здравотворчеству* [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Сеницина 2016; Cutler, Lleras-Muney 2016; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016; Samuels, Lane 2018].

Здравотворчество – это духовно-практическая деятельность личности, направленная на проектирование, планирование, программирование ею своего индивидуального здоровья и творческое осуществление этого проекта. Личность в этом процессе выступает как *субъект* своего индивидуального здоровья, а *объектом* творческих деяний личности выступает ее собственное здоровье [Маджуга 2008, 2009; Маджуга, Хакутдинова 2012; Новолодская 2012, 2014; Черепов 2007].

Искусство здравотворчества – это особое умение и высокое мастерство в творческом строительстве личностью своего здоровья, основывающееся на знании законов здоровья, развитом самосознании и владении системой средств, методов, технологий программирования и осуществления здоровья как индивидуально-личностного здоровьесозидающего проекта [Новолодская 2012, 2014; Орехова 2018; Cutler, Lleras-Muney 2016; Samuels, Lane 2018].

Создавая и развивая свое индивидуальное здоровье, личность одновременно создает и общественные формы бытия, в которых репрезентирует себя в качестве социального субъекта, носителя и выразителя интересов тех или иных социальных сообществ (всего человечества, того или иного конкретного сообщества, нации, национальности, этноса, класса, партии, социальной или профессиональной группы и др.) [Леван, Федоров 2017; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016].

Разумеется, что здравотворчество нельзя свести лишь к технологической процедуре.

Здоровье имеет свой смысл, свои законы, свое свободное пространство, а поэтому здравотворчество может стать *наукой*. Вместе с тем, это и *искусство*, поскольку в актах здравотворчества присутствует фантазия, происходит разработка и осуществление оригинальной творческой задумки, индивидуального, неповторимого *здоровьесозидающего сценария*, специфических правил игры при выполнении социальных ролей, общении, достижении жизненного успеха [Леван, Федоров 2017; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016]. В здравотворчестве актуализируются не только морально-волевые и духовно-нравственные убеждения, но и эстетические представления и вкусы человека, ибо здоровье в его цивилизованном исполнении создается в согласии с принципами истины, добра и красоты [Новолодская 2012, 2014; Орехова 2003; Cutler, Lleras-Muney 2016; Samuels, Lane 2018].

Созидание здоровья – это многогранный и противоречивый процесс, создающий простор для свободы самовыражения и самопроявления человека, поле действия сознательных установок и бессознательных импульсов, разума и интуиции [Казин, Касаткина, Руднева 2018]. Наличием в устремленности человека к здоровью бессознательных компонентов объясняется сложность как исследования здоровьесозидания, так и обучения здоровому образу жизни [Новолодская 2012, 2014]. Поэтому, уделяя внимание «технологической» стороне здравотворчества, авторы одновременно *стремятся охватить всю панораму индивидуального здоровья личности* как индивида, ответственного социального агента и гражданина [Прихода 2019].

Технология здравотворчества – психолого-педагогическая концепция принципов и моделей творческого строительства личностью своего индивидуального здоровья, а также совокупность знаний, умений и навыков, методов и средств творческого строительства и реализации личностью своих здоровьесозидающих планов и здоровьесозидающей программы. Психолого-педагогическая концепция здравотворчества имеет свою специфику, состоящую в том, что в ней используются психолого-педагогические знания, умения и навыки, методы и средства здравотворчества [Маджуга 2008, 2009; Маджуга, Хакутдинова 2012; Новолодская 2012, 2014; Черепов 2007].

Концептуальная модель психолого-педагогической технологии здравотворчества включает различные дидактические рекомендации и методики. В ней аккумулированы принципы и технологии здравотворчества, модели индивидуальных здоровьесозидающих проектов, планов и программ с учетом психологических характеристик личности и реальных социокультурных обстоятельств, а также возможностей индивидуальной самореализации развивающейся и совершенствующейся личности [Маджуга 2008, 2009; Маджуга, Хакутдинова 2012; Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016; Черепов 2007].

В психолого-педагогической технологии здравотворчества обобщается опыт отечественных и зарубежных педагогических новаций, накопленный в процессе формирования высшей школы нового типа как школы здравотворчества, овладения молодым поколением высоким искусством здоровья [Петухова-Левицкая, Кувырталова 2015; Синицина 2016; Cutler, Lleras-Muney 2016; Radzimińska, Weber-Rajek, Lulińska-Kuklik, Kaźmierczak, Moska 2016; Samuels, Lane 2018].

В ходе исследования была определена степень изученности проблемы здравотворчества, поставлена задача четкого определения понятия искусства здравотворчества. Под искусством здравотворчества предложено понимать специфическое умение и высокое мастерство творческого строительства личностью своего здоровья и ведения здоровой жизни, основывающихся на знании законов здоровья, развитом самосознании и

владении субъектом системой средств, методов, технологий программирования и осуществления здоровья как индивидуально-личностного здоровьесозидающего проекта. Введение данного понятия в широкий научный оборот может послужить толчком к новым междисциплинарным исследованиям здоровьесберегающей деятельности человека с особой практической значимостью их результатов.

Источники и литература:

1. Казин Э. М., Касаткина Н. Э., Руднева Е. Л. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие М.: Омега-Л, 2018. 443 с.
2. Леван Т. Н., Федоров В. А. Здоровьеформирующая деятельность педагога: научно-методический аспект: монография. М.: РГПУ, 2017. 175 с.
3. Маджуга А. Г. Концептуальное обоснование проблемы организации процесса здоровьесотворяющего образования в инновационных условиях. // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2008. № 4 (35). С. 59 – 62.
4. Маджуга А. Г. Здоровьесотворяющее образование как базовый концепт в структуре профессионально-прикладной подготовки будущего учителя. // Высшее образование сегодня. 2009. № 8. С. 86 – 90.
5. Маджуга А. Г., Хакутдинова С. Р. Моделирование процесса формирования здоровьесозидающей (саногенной) образовательной среды в современных условиях. // Современные проблемы науки и образования. 2012. № 5.
6. Новолодская Е. Г. Креативная природа человека: феномен жизнотворчества и здравотворчества. // Педагогическое образование в России. 2012. № 4. С. 18 – 26.
7. Новолодская Е. Г. Проектирование здоровьесотворения человека в креативном контексте: теоретический и исторический аспекты: монография. Бийск: АГАО имени В.М. Шукшина, 2014. 285 с.
8. Орехова Т. Ф. Организация здоровьесотворяющего образования в современной школе: монография. Магнитогорск: МаГУ, 2018. 355 с.
9. Петухова-Левицкая М. И., Кувырталова М.А. Здоровьесозидание участников образовательного процесса как психолого-педагогическая проблема. // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 4. С. 189.
10. Прихода И. В. Использование идей здравотворчества мыслителей древности в современной образовательной практике. // Вестник Луганского национального университета имени Тараса Шевченко: сб. науч. тр. / гл. ред. Е.Н. Трегубенко. Луганск: Книта, 2018. № 4 (21): Серия 1. Педагогические науки. Образование. С. 51 – 56.
11. Синицина И. А. Идея здоровьесозидающего образования в рамках современной постнеклассической культуры. // Alma mater (Вестник высшей школы). 2016. № 4. С. 50 – 53.
12. Сластенин В. А., Каширин В. П. Психология и педагогика: учебное пособие. М.: Издательский центр «Академия». 2003. 480 с.
13. Черепов Е. А. Формирование концептуальной модели здравотворческой деятельности в условиях образовательного учреждения. // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. 2007. № 2 (74). С. 113 – 116.
14. Cutler D. M., Lleras-Muney A. Education and Health: Evaluating Theories and Evidence. // NBER Working Paper. №. 12352. June 2016. JEL №. I 1, I 2. P. 125 – 135.
15. Radzińska A., Weber-Rajek M., Lulińska-Kuklik E., Kaźmierczak U., Moska W. Academic youth's health behavior. // Physical education of students. 2016. № 6. P. 55 – 62.
16. Samuels M. R., Lane M. Creative Healing: How to Heal Yourself by Tapping into Your Hidden Creativity. San Francisco. 2018. 291 p.