

Раздел III. Проблемы психологии и безопасности жизнедеятельности

УДК 371.71

И.П. Алтайский

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КАК ГАРАНТА БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ И ГОСУДАРСТВА

Показана возможность использования тринарного подхода к построению проблемно-ориентированной модели человека, позволяющей решить основные вопросы, связанные с внедрением идеологии здорового образа жизни как гаранта безопасности человека и общества. На примере развёртки триадной модели человека показаны основные проблемы современного воспитания, возникающие из-за неадекватности используемых моделей человека и, в целом устаревшей научной парадигмы.

Тринарный подход; модель; проблема; воспитание; безопасность; парадигма.

I.P. Altajsky

THE FORMATION OF THE HEALTHY WAY OF LIFE AS GUARANTOR OF SAFETY OF THE PERSON AND STATE

The opportunity of the triad approach use to construction of the problem-oriented model of the person is shown, allowing to solve the basic questions connected to introduction of ideology of a healthy way of life as the guarantor of safety of the person and a society. By the example of display of triad model of the person the basic problems of modern education arising because of inadequacy of used models of the person and, as a whole, of an out-of-date scientific paradigm are shown.

Triad approach; model, problem; education; safety; paradigm.

Состояние здоровья человеческой популяции привлекает внимание многих исследователей и практиков, и теоретиков. Конечно, все хотят понять, почему при таком высоком уровне развития областей науки, касающихся человека и его здравоохранения, количество больных телесно и психически неуклонно растёт. И выводы этих исследований тоже разнополярны. От недостатка финансирования медицины и науки о ней до отсутствия должной законодательной базы в этой области развития общества. Мало кто делает акцент на такой важный компонент, как воспитание и получение знаний, позволяющих понять смысл здорового образа жизни. У индивида, имеющего ответ на вопрос «зачем вообще иметь хорошее здоровье», кардинально меняется жизненная позиция, а точнее, у него появляется адекватная мировоззренческая позиция не только по отношению к своему здоровью. Смысловое формирование цели жизни становится ведущим, где здоровье лишь малая компонента.

«Переключение» на такой уровень следования смысловой установке достаточно индивидуален и не обязательно связан с состоянием здоровья. Но все исследователи едины в том, что смысловой конструкт возникает только у разумного существа или в процессе воспитания, или в процессе получения соответствующих, достаточно специфических, зачастую не вписывающихся в существующую в дан-

ный момент научную парадигму знаний. В этом случае возникает осознанность достижения здоровья как «творческого акта в формировании собственного конкретного элемента личного смыслового поля» (А.Н. Леонтьев). У индивида на этом уровне развития формируется четкое смысловое представление о взаимосвязи между совершаемыми действиями и получаемым результатом как откликом на совершаемое. Это состояние формирует внутреннюю ответственность за совершаемое, которую невозможно обеспечить никакими законами, фискальными органами или силовыми структурами. Возникает ясное представление работы причинно-процессо-следственного закона. Индивид признает разумность Космоса, соблюдает принцип Иерархии, и ожидаемый, добровольный, осознанный результат включенности в процесс сближения с Космосом является для него «целевой установкой» [1]. А операциональная установка как побуждение к действию есть ежесекундная готовность к изменению себя и ближайшего окружения.

Это и есть собственно ответственная личность безопасного типа. Можно достичь этого только через самовоспитание, самосовершенствование, через самопознание.

Но чтобы сформировать через воспитание здоровый образ жизни, надо знать, на что направлен процесс воспитания, т.е. иметь представление о составляющих человека (субъекта). Далее используем тринитарный подход в анализе человека как совокупности тела, души, духа.

1. Физическое тело, область проявления которого Плотный план, физиосфера, контролируют, изучают, корректируют и дают рекомендации по поддержанию в норме все отрасли науки о физическом теле. Само физическое тело по составу образующих его систем, как сказал бы американский философ Кен Уилбер, обладает высоким уровнем холярхией [4]. Инструментальные исследования физического тела достигли очень высокого уровня, достаточно объективны и практически не зависят от исследователя [4].

От разных стихий, входящих в состав Земли и ближнего Космоса, физическое тело зависит по-разному. Например, дыхательная система (легкие, кожа) максимально зависит от третьей по степени разрежения стихии – воздуха. А меньше всего мы зависим от тверди земной (стихии земли), где взаимосвязь идет на уровне микроэлементов составляющих эту стихию, через желудочно-кишечный тракт и костно-мышечный аппарат.

Даже неопытный «голодальщик», может обойтись без пищи n-ое количество суток. Попробуйте обойтись без воздуха (третья стихия) хотя бы полчаса, летальный исход гарантирован. По остальным системам и стихиям взаимодействие таково: кровеносная – четвертая стихия (огня), нервная – пятая стихия (эфира), мочеполовая – вторая стихия (воды).

Далее надо упомянуть иммунную систему, взаимодействующую с энергиями этой планеты. Ее функция защитная, что особенно важно для мужской сути, которая обязана взаимодействовать с окружающим миром через энергии.

Женская суть работает с информацией, с человеческими проявлениями. Она отслеживает (пытается понять) взаимосвязи между разумными существами. Этот процесс личностный, внутренний, поэтому ей важна гормональная система, контролирующая внутренний мир человека.

Физиологическое тело воспитывается через двигательную активность, но само по себе оно желает только есть, пить, спать, дышать, спариваться для продолжения рода и регулируется физиологическим циклом, составляющим в среднем 23,7 дня [5]. Физиологическое тело взаимодействует с внешним миром через чувственный аппарат, сенсорную систему, которую И.П. Павлов назвал 1-й сигналь-

ной системой, представляющую область личной памяти, хранящей опыт взаимодействия со стихиями.

2. Душевное тело (душа) пребывает в тонком плане, в психосфере. Проявляется душа через любовь плотскую, любовь к ближнему и любовь божественную, а также через мотивы, побуждения, желания, эмоции, инстинкты, страсти.

Любовь плотская – это любовь присвоения. Например: мой муж, мой ребёнок, моя жена, мой друг, подруга, мой дом, моя комната, моя работа. Когда же подходит момент прощания или момент замены связей, начинаются страдания. Этот момент связан с окончанием отработки конкретного урока жизни. И тогда с «ленты жизни» [5] вполне может уходить событие: мой друг, мой дом, моя работа и т.д. Любовь к ближнему (сотрудничество) – состояние взаимодействия, уже состояние понимания, что собственником быть не лучший вариант в жизни. А главное, в мой жизненный круг включено субъектов и объектов больше чем один и дальше, чем на расстоянии вытянутой руки. Любовь альтруистическая (божественная) – любовь даяния. В этот круг любви включено всё и вся, и тогда я говорю: «Мир и добро всему сущему». Как видно из сказанного, в трех состояниях любви прослеживается иерархичность от низменных страстей, вожделений до высших чувств.

В литературе, посвященной определению, классификации, описанию природы возникновения эмоций и чувств, дается широкий спектр трактовок и систематизаций, часто противоречивых, что вынуждает авторов признать невозможность создания единой классификации и определений чувств и эмоций [2].

Чувства всегда индивидуальны, эмоции же в основном спонтанны, ситуационны, часто являются следствием проявления чувств, характерны для общей траектории в настоящем. То есть причиной возникновения эмоции всегда является что-то или кто-то извне и сейчас, вот в этот момент. Длительность эмоции исчисляется часами, минутами. Специфика и набор проявляемых эмоций и чувств всегда отображается и (или) отражается на уровне физиологии или психики. Они всегда индивидуальны и в тонкости проявления связаны с общим уровнем развития личности. Так, сенсорное тактильное чувство в зависимости от ситуации, психологического статуса, образования, может вызвать целую гамму эмоций: брезгливость, радость, страх, покой, испуг, возбуждение и т.п.

Характер проявления всего, что перечислено, зависит от того, насколько мы акцентируем своё внимание на них, а значит, включаем в процесс свой понятийный или чувственный аппарат. Известно, что понята эмоция растворяется за ненадобностью, так как в процесс анализа возникшей эмоции включены: разум, сознание, понятийный аппарат. Культура в характере проявления эмоций играет главенствующую роль. Это уже область проявления высших душевных и духовных эмоций и чувств. Но, и в случае ощущений, и в случае впечатлений в процесс включены сенсорные системы взаимодействия человека с окружающим миром. Этот тип взаимодействия характерен для чувствующего существа, воспринимающего окружающий мир через энергию. В этом случае можно говорить, идет набор впечатлений и ощущений.

Для понятийного существа эмоциональный тон ощущений и впечатлений также проявляется через сенсорные системы взаимодействия с миром, но такой тип разума старается вычленить и понятийную составляющую взаимодействия. И тогда необходимо говорить об описании впечатлений и ощущений. То есть идёт информационный анализ не только эмоции, но и, в первую очередь, события, вызвавшего эту эмоцию, потому что для разумного существа, работающего в информации, более важно познать причину – событие, чем следствие – эмоцию, в когнитивном плане. В этом случае прочтение события как знака для себя лично может

сопровождаться озарением как формой понятийного всплеска с последующей положительной эмоциональной вспышкой.

При работе в поле причинно-следственных связей на уровне разума, «нечитаемые», а значит не поддающиеся контролю разумом эмоции и чувства, вообще не допустимы. Когда говорится о холодном разуме как бессердечном, бесчувственном, имеется в виду, что эмоционально-чувственная сфера находится под полным контролем этого самого разума.

В свете сказанного, проявление человеком негативных эмоций и чувств, таких как: аффект, стресс, фрустрация, злоба, агрессия, предательство, деструктивные для психики страх и обида, депрессия связаны с отсутствием должных знаний или, попросту говоря, с невежеством.

События, несущие эмоционально – чувственный накал на вашу ленту жизни, всегда из прошлого. При таком подходе любое чувство или эмоция рассматривается как знак, требующий своего прочтения. Точка зрения, что «любая эмоция представляется регрессией поведения», а «чувства всегда полезны» теряет свою значимость.

Эмоции и чувства легко делятся на внутренние (личная траектория) и на принадлежащие общей траектории, когда в процесс вовлекается, по крайней мере, еще один человек. Соответственно, и условия выхода из события, породившего конкретную эмоцию или чувство, будут разными.

Чувствительность всегда базируется на красоте [5], разворачивается со стороны кармы многомерностью задействованных чувств по стреле «радость – печаль – скорбь». Не среагировал на событие, генерирующее эмоцию «радость», скатиться в событие с эмоцией «печаль» и так далее. Не среагировал – значит, не прочитал это событие как знак на первом рубеже.

Чувственность же базируется на силе, разворачивается со стороны Тонкого плана мономерностью зрительного восприятия: торжество, накал страсти. Мономерный путь характерен для обычного существа.

На нынешнем этапе развития науки картографирование или прямые инструментальные и технические исследования состояния души еще не созданы. Познать состояние души или «глубину» можно только через интерпретацию, толкование. Результат интерпретации сильно зависит от уровня развития сознания участников этого процесса (процесса толкования), их опыта, добросовестности [4].

Так как Тонкое тело (душа) сформировано из энергий и лучей очень слабых значений, то на него влияют окружающие поля – гравитационное, ЭМП, сильного, слабого ядерных взаимодействий. Выстроенная экология для души: красивые слова, красивые образы, гармоничные цвета и звуки, красивые движения. Тонкое тело взаимодействует со стихиями: огонь, эфир, космос. Оно нуждается в душевном благополучии в виде хорошего настроения, вызывания приятных телесных ощущений, сюрпризов, подарков, розыгрышей, радости, фейерверков, праздников, любовных записок, объяснений и тому подобное. Продолжительность душевного эмоционального цикла около 28,4 дня.

3. Тело духа, тело, пребывающее в Огненном плане, в ноосфере, к сожалению, меньше всего получает внимания в современном обществе. Не зря же его называют бездуховным обществом.

В духе слиты два чувства: постоянного одиночества и постоянного единения со всеми людьми. Взаимодействие между духовными существами идет с помощью психической энергии. В повседневности и в общей массе дух находится как бы в спящем состоянии, а проявляется он, когда необходимо что-то преодолеть, когда надо сражаться, бороться.

К проявлениям духа можно отнести устремленность, четкость, отточенность в помыслах и деяниях на благо окружающих, природы, и себя, конечно. К.Г. Коротков к проявлению духа относит понимание юмора [3].

Оценка значимости поступков и дел для окружающих окружающими это и есть, собственно, оценка уровня развития духовной компоненты конкретного человека. При высокой оценке можно говорить, что речь идет о деятельном духе. Сразу отметим, что деятельный дух в наш «цивилизованный» век достаточно большая редкость. Существо духовное (обладающее деятельным духом) способно управлять, обуздывать неумеренные проявления и души и тела. Когда наступает это состояние, человек становится внутренне свободным и у него есть свободная воля, что в данной трактовке означает разумная воля.

Дух регулируется этическим, моральным, нравственным, интеллектуальным циклом в виде жизненных устоев, норм поведения, кодексов, рамок, выход за которые приводит к дискомфорту духа. Этот цикл равен, в среднем, около 33,1 дня и взаимодействует он со стихией «вакуум».

С древних времен в различных религиях, учениях, школах, общинах, ложах и т.д. для развития духа использовались различные духовные практики. Это давало результаты на какой-то период, но при прикосновении общинника, монаха, ученика к мирским событиям, он, как правило, не выдерживал натиска страстей и соблазнов ввиду отсутствия практики взаимодействия с миром, что соответствует закалке и тела, и души, и духа. Такой взгляд на условия развития разума как сложной самоорганизующейся системы согласуется с работами о взаимовлиянии и целостности человека и мироздания. И. Пригожина, А.А. Андропова, Ю.И. Неймарка, М. Эйгена и др. Это направление в науке получило название «синергетика». Суть её в том, что на определённом этапе развития сложной системы, возникает процесс самоупорядочивания с убыванием в ней энтропии – хаоса. На этом построен весь динамический принцип развития, развёртывания, или, по Кену Уилберу, рост холархии, то есть усложнение естественных иерархических систем. Эти системы имеют возможность неопределённо долго существовать. Обязательным условием существования является обмен с внешним миром, находящимся вне системы, энергией, веществом, информацией, но в оптимальном режиме. Такие системы в синергетике получили название «диссипативные системы». Но почему-то не рассматривается, что в этом процессе участвуют ещё пространство и время.

А если говорить о диссипативных системах типа «человеческое сообщество», то в этот процесс включаются ещё память и знание. И в этом случае надо говорить о высшем уровне холархии разума на планете Земля.

И ещё, о случайных флуктуациях в этих системах. Если в начале развития диссипативных систем (это уровень плазмы, камня) ещё можно допустить наличие случайности, то по мере усложнения внутренней структуры, какой-либо системы, случайность вообще невообразима. А точки бифуркации (момент в пространстве и во времени) всегда подчинены причинно-следственному закону и не подчиняются линейной логике. Малые причины могут вызвать большие следствия.

Качественное изменение системы в точке бифуркации большинством воспринимается как некая случайность – один вид полярности восприятия события, и как чудо – другой вид полярности, в силу конечного развития конкретного разума, не способного охватить все обстоятельства, приводящие к этому эффекту.

Но ещё более сложно воспринимается тот факт, что процесс бифуркации может быть управляем. Это может происходить только с помощью разума на более высоком уровне развития, чем рассматриваемая диссипативная система. И тогда говорят: произошло «озарение», эволюционный скачок, материализация, дематериализация и т.д. Это будет точка зрения находящегося внутри этой системы.

А бифуркация более низкого уровня для наблюдателя с более низким уровнем развития может иметь элемент случайности. Ещё раз подчеркнём – для наблюдателя. В самой бифуркации нет элемента случайности.

Возвращаясь к ученику и миру можно сказать, при переходе от системы ученик-монастырь к системе ученик-мир большинство терпело неудачу в своём развитии как индивидуальности, потому что происходил переход из режима закрытой системы в режим открытой системы. Причина проста, его никто не учил «читать» этот мир.

Критериев здоровья за время своего развития человечество создало достаточно много. В подавляющем большинстве определений здоровья базисом является цель «прожить активную жизнь на приемлемо качественном уровне». Но тогда выходит, что черепаха или ворона значительно дальше продвинулись по сравнению с человеком в этом вопросе.

Клетка обладает способностью к накоплению опыта, в том числе и деструктивного, и в этом случае она деградирует, то есть когда деструктивное воздействие нарушает внутренние связи клетки. Когда объём знаний в ней не нарушается, то она обновляется без потерь и ошибок её функционального назначения в любом месте её пребывания в организме. То есть при идеальной памяти клетки (не имеющей сбоев) она бессмертна. В данном контексте память клетки есть то, что накоплено человечеством в своем развитии в прошлом. А знания – опыт конкретного ныне живущего организма на клеточном уровне. Если эти накопления носят положительный характер для эволюции человеческой популяции, то все в порядке, можно говорить о бессмертии клетки. В любом другом случае все иллюстрируется состоянием человеческой популяции на сегодняшний день. Медицина докладывает о своих успехах во всех отраслях, а количество больных и болезней также неуклонно растет. Эта ситуация еще раз убеждает в том, что корень проблем находится не в телесной части организма и даже не в душевном плане, а в, так называемом казуальном (причинном) плане, в поле наших деяний.

Если говорить о социальных причинах здоровья и нездоровья, можно привести размышления Платона в его труде «Государство», где он утверждает, что необходимость обращаться за помощью к врачам сама по себе позорна, равно, как и необходимость прибегать к помощи судей: «Человек, не способный самостоятельно заботиться о своём здоровье, так же как и тот, кто не в силах сам разобраться в вопросах справедливости, позорит самого себя. Нужда в искусных врачах и судьях, доказательство плохого воспитания и распушенности граждан, величайший позор для них».

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. *Асмолов А.Г.* По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии. – М.: Изд-во «Смысл», 2002. – 480 с.
2. *Ильин Е.И.* Эмоции и чувства. – СПб.: Изд-во «Питер», 2002. – 752 с.
3. *Коротков К.Г.* Загадки живого свечения. – СПб.: Изд-во Дом «Весь». 2002. – 160 с.
4. *Уилбер К.* Краткая история всего. – М.: Изд-во «Аст Астрель» 2006. – 476 с.
5. *Марченко Е.Д.* Ритмология от события. – СПб.: «Авторский центр Радатс», 2007. – 180 с.

Алтайский Иван Петрович

Технологический институт федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Южный федеральный университет» в г. Таганроге.

E-mail: tsu@pbox.ttn.ru.

347922, г. Таганрог, ул. Чехова, 2.

Тел.: 88634312016.

Altayski Ivan Petrovich

Taganrog Institute of Technology – Federal State-Owned Autonomy Educational Establishment of Higher Vocational Education “Southern Federal University”.

E-mail: tsu@pbox.ttn.ru.

2, Chehova St., Taganrog, 347922, Russia.

Phone: +78634312016.

УДК 159.9.07

А.А. Астахова, И.А. Кибальченко

ПРИЗНАКИ РАЗВИТИЯ РАЗНЫХ ФОРМ ОПЫТА В РИСУНКАХ УЧАЩИХСЯ

Статья посвящена рассмотрению рисунка учащегося как диагностического текста, в котором проявляются субъективная форма «видения» происходящего, признаки разных форм опыта и степень их развития. В статье определено соотношение содержания разных форм опыта учащегося с диагностическими признаками и показателями, распознаваемыми в рисунках.

Рисунок учащегося; ментальный образ; ментальные структуры; разные формы опыта; развитие; диагностические признаки.

A.A. Astakhova, I.A. Kibalchenko

FEATURES OF DIFFERENT FORMS DEVELOPMENT OF STUDENTS' EXPERIENCE IN THEIR DRAWINGS

This article deals with the examination of a student's drawing as a diagnostic test in which subjective form of vision of reality, features of different forms of experience and degree of their development are marked out. In the article the correlation of different forms of a student's experience, diagnostic features and characteristics that are recognizable in drawings have been identified.

Student's drawing; mental image; mental structures; different forms of experience; development; diagnostic features.

Современные исследователи (Н.И. Чуприкова, А.Д. Кошелев и др.) в поисках универсальной системы развития предпринимают попытки детального описания процесса развития и лежащей в его основе «системной интеграции и дифференциации». Этот процесс проверяется на трех типологически разных примерах: на развитии образа предмета, образа свойства (оттенка цвета) и действия. Опираясь на классические результаты Т. Бауэра, К. Коффки и И.М. Сеченова, ученые показывают, что во всех трех случаях сначала возникает структура частей образа, а затем ее сменяет система этих частей, отражающая организованную структуру.

Особенности ментального видения реальности обуславливают факторы знаний и репрезентационных способностей, что играет разную роль в организации интеллектуального отражения. При этом нужно учесть, что знания могут быть применены субъектом в конкретной ситуации только в той мере, в какой организован актуальный умственный (ментальный) образ этой ситуации.

Форма ментальной репрезентации индивидуальна (рисунок, пространственная схема, комбинация чувственно-эмоциональных впечатлений, простое словесно-логическое описание, иерархическая категориальная интерпретация, метафора и т.д.) и отвечает двум основным требованиям: