

Итак, воспитание психологической культуры школьников — сложный процесс, интегрирующий в себе решение задач развития, укрепления психического и психологического здоровья, психологической грамотности школьников. Проблема воспитания психологической культуры школьников может быть решена лишь при реальной заинтересованности в ней и позитивном взаимодействии всех субъектов образовательного процесса — управленцев всех уровней, разработчиков учебных стандартов и образовательных программ, педагогов, психологов, родителей. Такая заинтересованность предполагает понимание того, что любое образование эффективно лишь в той мере, в какой ему удастся пробудить в человеке человеческое, интерес к самопознанию и самоопределению, социальную ответственность, уважительное отношение к людям, способность вступать с ними в позитивные межличностные взаимодействия и пр.

Мы с вами являемся свидетелями того, как интенсивно развивается наука психология и ее практика, что каждый человек так или иначе сталкивается в своей жизни и деятельности с психологическими проблемами, суть которых он нередко не осознает и к позитивному решению которых он не готов. Думается, что введение в современную общеобразовательную школу психологии в качестве учебного предмета станет важным направлением совершенствования системы образования, повышения уровня психологической культуры общества.

Материал поступил в редакцию 28.03.2011.

Я. Л. Коломинский

Белорусский государственный педагогический университет  
имени М. Танка,  
г. Минск, Республика Беларусь

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА — УСЛОВИЕ И ЦЕЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

В повестке дня развития психологии стоит вопрос о психологической культуре личности. Психологическая культура, с нашей точки зрения, во-первых, является условием деятельности практического психолога, той основой, на которой он строит свою деятельность, и, во-вторых, — целью деятельности практического психолога. Само понятие «психологическая культура личности» в психологии окончательно не сформулировано. В литературе представлены определения «психологической культуры» А. А. Бодалевым, Л. М. Веккером, Л. С. Колмогоровой, Я. Л. Коломинским, О. И. Мотковым, Н. И. Обозовым, В. В. Семикиным. При некоторых отличительных признаках (в диапазоне и конкретности рассмотрения), их единство заключается в деятельностном подходе при рассмотрении данного понятия [1—4].

Может быть, дать содержательное, очень краткое определение психологической культуры пока не представляется возможным. Конечно, можно сказать, что психологическая культура — это тот уровень самопознания человечества и тот уровень, который определяет отношение человека к окружающим людям, к самим себе, к природе и т. д. Но мы поступим иначе: мы лучше сделаем анализ структуры психологической культуры, и это будет полезнее, чем давать такое короткое определение. Прежде всего, я хочу сказать, что психологическая культура включает в себя два основных компонента, два основных блока. Один блок я бы назвал *теоретическим*, или *теоретико-концептуальным*, и второй — это блок, который я называю *практическим*, или «*психологическая деятельность*». В первом блоке психологической культуры находятся результаты теоретической деятельности психологов, т. е. это те классические труды в области психологии, которые представляют собой корпус психологического самосознания.

В состав психологической культуры входит и то, что можно назвать психологической деятельностью. *Психологическая деятельность* — это деятельность по психологическому личностному самообслуживанию. Это та деятельность человека, которую он обращает внутрь самого себя, которая обслуживает его внутренний мир. Это деятельность самопознания, связанная с формированием собственных внутренних инстанций. Это деятельность, связанная со способностью преодолеть те или иные внутренние трудности, которые существуют у человека, и это межличностная деятельность, которая тоже опосредуется психологической культурой.

Таким образом, в состав психологической культуры входят эти основные составляющие: блок теоретико-концептуальный и блок, связанный с психологической деятельностью. Далее мы можем говорить о том, что психологическая культура имеет два основных уровня. Это, во-первых, *уровень теоретический*, это та психология, психотерапия и теория воздействия людей друг на друга, которую разработали специалисты и которая стала достоянием науки. Это, во-вторых, *доконцептуальная, житейская психологическая культура*. Это психологическая культура, которую народ создает до психологов и помимо психологов. В этом смысле каждый человек — психолог, и каждый сам себе — психологическая лаборатория.

Формирование психологической культуры — это выстраивание методологических мостиков между тем опытом человека, в котором он выработал свою психологическую культуру, и научным уровнем психологической культуры.

Психологическую культуру можно развивать благодаря специально организованному процессу обучения в условиях учреждения образования. Причем развитие психологической культуры будет происходить при специальном обучении как переход от низшего, доконцептуального уровня к высшему, концептуальному.

Мы предполагаем кратко обосновать связанные тесно между собой принципы формирования психологической культуры и принципы восприятия и усвоения психологической информации, которые позволяют построить достаточно эффективную методику психологического образования: это психологическая преобразование, личностная вовлеченность, интроспективное проецирование, психотерапевтическое ожидание [4, с. 32—36].

*Психологическая преобразование* — это сумма, совокупность житейских психологических понятий, представлений, способов и умений, навыков психологической саморегуляции, приемов самовоспитания, а также методов межличностного взаимодействия, которые подрастающий человек приобретает стихийно в процессе социализации. Неизбежность психологической преобразования, эмпирического освоения законов индивидуальной и социальной психологии в процессе жизнедеятельности объективна.

Принцип личностной вовлеченности вытекает из психологической преобразованности. Личностная вовлеченность реализуется в двух активных перцептивно-рефлексивных процессах: интроспективном проецировании и психотерапевтическом ожидании.

*Интроспективное проецирование* — это процесс соотнесения человеком своих черт, индивидуально-личностных психологических качеств, эмоциональных переживаний и волевых проявлений, особенностей познавательной деятельности, иными словами, всех обсуждаемых параметров индивидуальности с эталонно-нормативными описаниями, которые содержатся в уроках, лекциях, книгах. Личность как бы идентифицирует себя с тем усредненно-статистическим образом человека и его вариациями, который возникает на страницах психологических пособий или устно воссоздается преподавателем психологии. Явление интроспективного проецирования давно подмечено у студентов-медиков. Говорят о «болезнях третьего курса», которые возникают при изучении симптомов различных заболеваний. Вспоминается в связи с этим фрагмент из книги Д. К. Джерома «Трое в лодке, не считая собаки». Студент-медик говорил, что переболел всеми болезнями, кроме воды в коленной чашечке и родильной горячки. Так создается некий внутренний импульс не только для самопознания, но и для самоусовершенствования.

У будущего специалиста невольно возникает соревновательный мотив: нередко он вступает в спор со средними статистическими показателями, характеризующими определенные параметры восприятия, памяти, внимания, стремится не отстать от эталонных личностных образцов, готов культивировать в себе лучшие стороны индивидуальности и т. д.

Фактически, обучение психологии так или иначе сопровождается психотерапевтическими эффектами, независимо от осознаваемых намерений учителя или автора учебной книги.

*Психотерапевтическое ожидание* связано с надеждой получить, наконец, ответ на такие вопросы, которые, по мнению ученика, находятся в компетенции психолога. Это одна из наиболее характерных особенностей восприятия психологической информации. Содержание этих ожиданий зависит от возраста учащихся и характерных индивидуальных особенностей их внутренней жизни. Преподаватель психологии выступает для ученика в роли психолога-консультанта и психотерапевта.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать следующие выводы:

– под «психологической культурой» понимается совокупность знаний, представлений, психологических деятельностей, которые присущи данному обществу и личности: это и то, как личность склонна воспринимать и осмысливать окружающий мир, и то, как в данном обществе принято концептуализировать личность, какие существуют принципы, отношения людей друг к другу;

– «психологическая культура» — многогранное и многофункциональное образование. В структуре психологической культуры существуют два уровня: доконцептуальный и концептуальный.

Разведение двух уровней психологической культуры личности — доконцептуального и концептуального — является принципиальным моментом. Концептуальный уровень имеет два слоя: слой теоретических понятий и построенный на их основе практический слой. Доконцептуальный уровень также образует два слоя: слой житейских психологических понятий и слой житейской психологической деятельности, под которой понимаются спонтанные способы саморегуляции, самовыражения, самоанализа, способы воздействия на другого человека, иными словами, способы организации собственной психической жизни, выработанные самим человеком. У каждого человека есть свой запас житейских психологических понятий, знаний и способов саморегуляции.

Два слоя доконцептуального уровня фиксируются в феномене психологической преобразованности, который обуславливает определенное восприятие психологической информации. Данный феномен, с одной стороны, усложняет процесс обучения (создает иллюзию знания, чувство знакомости), а с другой — при определенных условиях обучения облегчает и делает возможным не просто усвоение, а присвоение психологической культуры, и не только на уровне знаний, но и на уровне жизненного регулятора.

Существует множество источников формирования «психологической преобразованности»: это личный опыт, «атмосфера» семьи, общение со сверстниками, средства массовой коммуникации, книги и т. д.

Концептуализация психологических представлений не самоценность, но она позволяет расширить горизонты сознания человека, совершенствовать естественное поведение.

В основу метода, обеспечивающего построение мостика между доконцептуальным и концептуальным уровнями психологической культуры личности, может быть положен принцип личностной вовлеченности, который реализуется механизмами «интроспективного проецирования» — процесса соотнесения человеком своего индивидуального с эталонно-нормативным, и «терапевтического ожидания» — надежды получить ответы на вопросы, которые находятся в компетенции психолога. Именно этот принцип обеспечивает балансирование между полюсами

«единичного» (конкретных доконцептуальных представлений человека) и «всеобщего» (концептуального уровня психологической культуры).

Смена традиционной информационно-пассивной парадигмы обучения на рефлексивно-деятельностную, означает построение концептуальной основы активных методов обучения психологии как проблемы создания особых условий в обучении, которые бы «перекидывали мостик» между доконцептуальными и концептуальными уровнями психологической культуры. Таким образом, обучение должно строиться как концептуализация психологического опыта ученика.

#### Список источников

1. Коломинский, Я. Л. Социальная психология развития личности / Я. Л. Коломинский, С. Н. Жеребцов. — Минск: Выш. шк., 2009. — 336 с.
2. Коломинский, Я. Л. Социальная психология школьного класса: науч.-метод. пособие для педагогов и психологов / Я. Л. Коломинский. — Минск: ООО ФУАинформ, 2003. — 312 с.
3. Коломинский, Я. Л. Теоретико-методологические основы развития психологической культуры личности / Я. Л. Коломинский // Возрастная и педагогическая психология: сб. науч. тр.: Вып. 6 / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол.: О. В. Белановская (отв. ред.) [и др.]. — Минск: БГПУ, 2005. — С. 9—15.
4. Психология педагогического взаимодействия: учеб. пособие / Я. Л. Коломинский [и др.]: под ред. Я. Л. Коломинского. — СПб.: Речь, 2007. — 240 с.

Материал поступил в редакцию 28.03.2011.

*Я. Л. Коломинский, О. В. Белановская*  
Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка,  
г. Минск, Республика Беларусь

### ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ

Психологическая культура располагается в двух проекциях: проекции теоретической и проекции психологической деятельности. Психологическая деятельность имеет две основные сферы: деятельность по отношению к самому себе и деятельность по отношению к другому человеку. Критерием первой сферы является сохранение психологического здоровья. Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон И. В. Дубровиной. При этом под психологическим здоровьем ею понимаются психологические аспекты психического здоровья, т. е. то, что относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа. Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. С одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Психологически здоровый человек — это, прежде всего, человек спонтанный и творческий, жизнерадостный и веселый, открытый и познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Такой человек возлагает ответственность за свою жизнь прежде всего на самого себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом, хотя он не всегда формулирует его для себя. Он находится в постоянном развитии и способствует развитию других людей. Его жизненный путь может быть не совсем легким, но он прекрасно адаптируется к быстро изменяющимся условиям жизни. Умеет находиться в ситуации неопределенности, доверяя тому, что с ним будет завтра.

Таким образом, ключевым словом для описания психологического здоровья является слово «гармония», гармония между различными составляющими самого человека: эмоциональными, интеллектуальными, телесными и психическими и т. п. А центральной характеристикой психологически здорового человека является саморегулируемость в качестве возможности адекватного приспособления как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям, воздействиям.

Психологическое здоровье личности можно описать как систему, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационных компоненты (О. В. Хухлаева). Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями собственного «Я» человека и ценностями «Я» других людей. Ему соответствует как абсолютное принятие самого себя при достаточно полном знании себя, так и принятие других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т. п. Инструментальный компонент предполагает владение человеком рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать свое сознание на себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими. А потребностно-мотивационный компонент определяет наличие у человека потребности в саморазвитии, причем самоотношение, рефлексия и саморазвитие взаимообуславливают друг друга, находятся в постоянном взаимодействии.

Можно выделить также уровни психологического здоровья. Высший, креативный, позволяет личности устойчиво адаптироваться к среде, иметь активное творческое отношение к действительности, наличие созидательной позиции. Средний уровень — адаптивный — позволяет оценить личность как в целом адаптированную