

Выделим основные виды психологической культуры. Мы можем говорить об общей п культуре как культуре любого человека, который живет в обществе, и мы можем говорить о психологической культуре людей социномических профессий, технических профессий и др. Г что именно для специалистов социномических профессий, в первую очередь, характерно то, что другими людьми, их «объектами деятельности», стоит слой их психологической культуры рассмотреть линию развития психологической культуры по оси онтогенеза. Мы мк психологической культуре дошкольника, младшего школьника, подростка, взрослого ч человека. С возрастом меняется психологическая культура человека, она опосредует его отношения п людьми. Можно говорить и о таких аспектах психологической культуры, как профессиональная психологиче жая культура педагога, врача, психолога, социального работника. Необходим анализ по возрастной вертика ли развития психологической культуры в онтогенезе — и по горизонтали — через анализ профессиональн ых культурно-психологических представлений.

Коломинский Я.Л., Селезнёв А.А.

### Культурно-исторический подход к исследованию психологического здоровья

БГПУ, Минск; БарГУ, Барановичи

В свете педагогической психологии и современной методологии как учения о способах организации и построения теоретической и практической научно-исследовательской деятельности требуются ответы на вопросы, связанные с формированием универсальной личности в новых культурно-исторических условиях. Философия образования акцентирует внимание на гуманизации образовательного процесса, предполагает рассмотрение личности как субъекта воспитания, в процессе которого происходит формирование индивидуальности на основе ценностей культуры, прежде всего национальной.

Интегративная функция философской методологии проявляется в обосновании взаимосвязи формирования психологической культуры и психологического здоровья в процессе образования. Конструктивная функция методологии заключается в переосмыслении существующих концепций здоровья, в объяснении, именно с философской позиции, культурно-исторической детерминации бытующих стереотипов, исходных постулатов о психологическом благополучии личности. Каждый исторический промежуток времени имеет свои ценностные ориентиры, существующие в религиозных, философско-психологических контекстах, и это способствует изучению взаимосвязи внутреннего, душевного, и внешнего, социального, миров.

Мировоззренческая, нормативно-аксиологическая функция философского анализа проявляется в осмыслении идеалов, ценностных норм образа жизни, а также образа человека в научной картине мира, критериев психологического здоровья личности.

В ходе развития психологических представлений от античности до современности мы видим культурно-исторический детерминизм формирования представлений о духовном здоровье, возрастающую формообразующую роль духовности в жизни общества. В этой связи важно подчеркнуть, что культурно-исторический анализ позволяет проследить единство различных философских и религиозных учений о месте человека во Вселенной, о необходимости нравственного закона, формирующегося на основе деятельности психики как единственно возможного пути разумного существования, спасения и развития человека, и, может быть, всего человеческого общества.

Культурно-исторический подход к изучению психологического здоровья личности выполняет интегративную аналитико-синтетическую функцию, объединяя различные исторические представления о психологическом здоровье личности в культурно-историческую модель, характеризующуюся вариабельностью интерпретации, структурой и динамизмом, открытостью для перспективного развития. Создание культурно-историческ ой модели психологического здоровья личности во многом определяется существованием социального зако за общества, возникновением новых разнообразных систем ценностей, наличием культурно-историческ ой относительности, определенного корпуса культурно-психологических понятий и представлений, посред ством которого личность общается и взаимодействует с другой личностью. Культурно-историческая мод ель психологического здоровья может стать конструктивным фактором творческой активности личности ш я самостоятельного решения проблем в условиях перехода к информационному обществу, в самоопределе личи

ценностей, мотивов в процессе профессионального образования, норм поведения. В выработке технологии правильного образа жизни, выборе практических рекомендаций построения взаимоотношений с окружающим миром с целью формирования психологического здоровья личности могут быть использованы различные методические средства из богатейшего культурного наследия индивидуальной, аналитической, психосинтетической, трансперсональной и других направлений недирективной психотерапии.

В то же время знание культурно-исторической модели психологического благополучия необходимо специалистам профессионального образования с целью ориентации на личностное самоопределение субъектов профессионального образования в условиях антропологической парадигмы в образовании.

**Корзун С.А.**

### **Копинг – поведение в системе конфликтных отношений**

**БГПУ, Минск**

В период реформирования общества, изменения общественно-экономических связей, личность испытывает воздействие дополнительных стрессовых факторов, что приводит к эмоциональным и интеллектуальным перегрузкам, провоцирует снижение адаптации. Данные значительные изменения общественного устройства меняют характер взаимодействия людей, а значит, затрагивают все сферы личности.

Одним из первостепенных факторов нарушения психического здоровья и адекватного функционирования личности в современном мире являются конфликты. С конфликтами в течение всей нашей жизни нам приходится сталкиваться постоянно, мы сосуществуем с конфликтами, неразрывно с ними связаны. Каждому из нас постоянно приходится разрешать значимые противоречия, делать выбор в пользу того или иного возможного варианта, отвергая другие. Для удовлетворения своих потребностей человек вынужден постоянно преодолевать внутреннее сопротивление своего «Я» и внешнее сопротивление социальной среды. И если по тем или иным причинам цель недостижима, то человек попадает в ситуацию фрустрации и конфликта, что может повлечь за собой серьезные последствия, которые приведут к дисгармоничному развитию личности.

Неспособность или неумение человека совладать со стрессом, конфликтом обуславливает проявления расстройств психосоматического характера или, по крайней мере, ухудшения качества жизни в различных сферах. Все критические жизненные состояния, которые сопровождают обычную жизнь человека, требуют от личности владения более или менее адекватными формами преодоления кризиса, конфликта.

Будучи существом социальным, сознательным, самостоятельным, личность способна разрешать внутренние и внешние конфликты, бороться с тревогой и напряжением не только бессознательно, но и руководствуясь сознательными усилиями личности, то есть использовать копинг-поведение (совладающее поведение).

С целью преодоления, совладания со стрессом личность способна проявлять индивидуальный репертуар стратегий преодоления (копинг-стратегий) на основе имеющегося личностного опыта и ресурсов (личностных, средовых). Большинство исследователей склоняются к пониманию копинг-поведения как способа / стратегии совладания с конфликтной, стрессовой ситуацией с учетом значимости ее для личности и ее личностно-средовыми ресурсами (В.М. Ялтонский, Н.А. Сирота, Е.И. Чехлатый, Н.В. Веселова). Копинг-стратегии определяются как активные усилия личности, направленные на овладение ситуацией (Е.И. Чехлатый, Н.В. Веселова). В свою очередь, к копинг-ресурсам относят ресурсы личности (покус контроля, ресурсы когнитивной сферы, эмпатия, аффиляция и пр) и ресурсы социальной среды (система социальной среды, социально-поддерживающий процесс) (S. Folkman). Выделяется три плоскости, где происходит реализация копинг-поведения: поведенческая сфера; когнитивная сфера; эмоциональная сфера. Виды копинг-стратегий разделяются и с учетом степени их адаптивных возможностей: адаптивные, относительно адаптивные, неадаптивные.

В процессе жизни человека привычные формы преодоления дополняются новыми, необходимость в которых вызывается сложившейся ситуацией. Большинство из нас располагает обширным репертуаром копинг-стратегий и выбирает их в зависимости от характера кризиса.

#### **Литература**

1. Абабков В.А., Пере М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. – СПб., 2004. – 166с.