

Вербина Г. Г.

**ЗДОРОВЬЕ КАК ИНТЕГРАЛЬНАЯ И ИНТЕРНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Адрес статьи: [www.gramota.net/materials/1/2008/10-1/13.html](http://www.gramota.net/materials/1/2008/10-1/13.html)

Статья опубликована в авторской редакции и отражает точку зрения автора(ов) по данному вопросу.

Источник

**Альманах современной науки и образования**

Тамбов: Грамота, 2008. № 10 (17): в 2-х ч. Ч. I. С. 39-41. ISSN 1993-5552.

Адрес журнала: [www.gramota.net/editions/1.html](http://www.gramota.net/editions/1.html)

Содержание данного номера журнала: [www.gramota.net/materials/1/2008/10-1/](http://www.gramota.net/materials/1/2008/10-1/)

**© Издательство "Грамота"**

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: [www.gramota.net](http://www.gramota.net)

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: [almanac@gramota.net](mailto:almanac@gramota.net)

го-педагогических задач, упражнения и обучающие игры (коммуникативно-лингвистическая, творческая, ролевая, деловая игра). Студентам предлагаются упражнения для развития выразительности речи, мимики, пластики, интонации. Развитие выразительных способностей обучаемых приводит к необходимости развивать и двигательные функции, и идеомоторную координацию студентов (отзывчивость тела на воображаемый объект, активность действия, эмоциональная возбудимость на образ воображения). Для этого студентам предлагается ряд упражнений на выявление двигательных компонентов выразительных способностей. Предлагаются также упражнения на развитие педагогического мышления, целеполагания, эрудиции, воздействия на внимание аудитории; умения управлять своим психофизическим аппаратом и творческим самочувствием для успешной организации общения, взаимодействия с собеседниками, умения эффективно действовать в условиях публичных выступлений; развитие импровизации, наблюдательности, оптимизма, прогнозирования, интуиции, фасилитации, находчивости, рефлексии, на тренировку образного мышления, проявляющегося в творческой деятельности. В ходе выполнения заданий и упражнений должны поддерживаться субъект-субъектные отношения между преподавателем и обучающимся. Необходима особая «технология прикосновения» к личности студента, что придает педагогическому процессу черту, объединяющую педагогику и театральное искусство. «Технология прикосновения» складывается из мимических, пластических, интонационных, лексических умений педагога, его темпоритма, реактивности, эмоциональности, чувства меры, адекватного восприятия обучаемого и других операционных умений, поэтому необходимо, чтобы в системе профессиональной подготовки студенты педагогических специальностей овладевали особыми знаниями и практическими умениями.

Все названные выше компоненты можно развивать с помощью специальных упражнений, в основе которых лежит принцип моделирования элементарных режиссерских операций: воображаемое манипулирование; выполнение заданий в заданный временной отрезок; продуцирование идей на заданную тему; рефлексивные игры; моделирование сюжета; прогнозирование возможного развития прерванного действия; трансформация; запоминание с последующим воспроизведением пространственной композиции; сопоставление произведений с эмоционально насыщенным сюжетом.

Таким образом, формирование автономности студентов возможно при включении в практику преподавания ИЯ элементов театральной педагогики, ориентированной на общекультурные ценности, на гуманистические, равноправные отношения субъектов деятельности и включающей личностно-ролевой подход к построению образования.

Применение ТД в процессе обучения ИЯ в полной мере отражает коммуникативно-ситуативную и ролевую организацию процесса обучения иностранным языкам, формирует систему лингвострановедческих и фонологических знаний, используя аутентичные языковые материалы. Применение ТД предполагает свободно варьируемое речевое поведение обучающегося, выбор соответствующего дискурса, формы его реализации в соответствии с социально-ролевыми отношениями коммуникантов, ситуацией общения и социокультурными нормами. Таким образом, театральная деятельность, являясь средством интенсификации процесса обучения иностранному языку, способствует становлению и развитию автономной языковой личности студента и выпускника, способной к саморазвитию и самосовершенствованию в личностном, образовательном и профессиональных аспектах.

#### *Список литературы*

- Варганова В. В.** Формирование профессиональной компетентности студентов - будущих учителей в контексте театральной деятельности: Дисс. ... канд. пед. наук. – Ижевск, 2007. – 172 с.
- Коряковцева Н. Ф.** Автономия учащегося в процессе изучения иностранного языка и культуры // Автономность в практике обучения иностранным языкам и культурам: Сб. научных трудов // Вестник МГЛУ. – М., 2001. – Вып. 461. – С. 12-29.
- Соловова Е. Н.** Методическая подготовка и переподготовка учителя иностранного языка: интегративно-рефлексивный подход: Монография. – М.: Глосса-Пресс, 2004. – 336 с.
- Цветкова Т. К.** Пути формирования автономности обучаемого в учебном процессе по иностранному языку // Автономность в практике обучения иностранным языкам и культурам: Сб. научных трудов // Вестник МГЛУ. – М., 2001. – Вып. 461. – С. 62-73.

### ЗДОРОВЬЕ КАК ИНТЕГРАЛЬНАЯ И ИНТЕРНАЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

*Вербина Г. Г.  
ЧГУ, г. Чебоксары*

В качестве двух главенствующих принципов, на которые опирается античная практика оздоровления - это умеренность и забота о себе. Оба эти принципа актуальны и сегодня. Первый из этих принципов напрямую связан с идеей соразмерности, второй — с античными представлениями о самообладании и самоопределении, что забывается часто нашими современниками. Глубоко укорененные в античном сознании, эти два принципа обнаруживаются и в других культурах, что позволяет говорить об их устойчивости и универ-

сальности.

Великий урок античности заключается в следующем: каждый сам в ответе за тот внутренний порядок или хаос, который царит в его душе; каждый самостоятельно создает свое здоровье и благополучие. Фактически античные и древнеримские философы впервые в истории западной мысли попытались осмыслить психологическую проблему интернальности, или личной ответственности, человека за собственное здоровье и существование в целом.

Человек (*homo sapiens*) - филогенетически сложившийся вид, "человек разумный" - понимается как некая целостность, обусловленная единством биологического и социального. Биологическая составляющая индивид есть совокупность природных генетически обусловленных свойств, развивающихся в онтогенезе. Филогенетические связи в развитии биологической составляющей реализуются в соответствии с законами эволюционной теории. Социальная составляющая - личность - носитель свойств, определяющих социальную природу человека и отражающих как конкретные общественно-экономические отношения, так и историю общества.

Ананьев Б. Г. подчеркивал, что для социального прогнозирования необходимы научные знания о резервах и ресурсах самого человеческого развития, об истинных потенциалах этого развития, еще крайне недостаточно используемых обществом.

В настоящее время формируется особая отрасль психологического знания — психология здоровья. Эта сфера знания возникла благодаря, в частности, известному американскому психологу А. Маслоу, его работе "Психология бытия", в которой он сформулировал основные показатели здоровья человека и указал некоторые способы изучения сознания человека как содержание его здоровья. Причем здоровья не только психического, но и здоровья как интегральной характеристики, охватывающей все сферы жизни человека: психическую, физическую, духовную.

В научной литературе XX и XXI в.в. продолжают дискуссии по поводу здоровья человека: Л. В. Жаров подвергает рассмотрению человеческую телесность как возможность человека приспособиться к окружающему миру, к качеству жизни, к психическим и физическим ресурсам своего организма, т.е. к тому, что формирует культуру здоровья (1988); Г. И. Шалыгана придерживается мнения, что «здоровье — это умение жить в ладу с самим собой и окружающим миром». Здоровье — это процесс, «присущий континuumу человеческой жизни, и это результат стремлений человеческой индивидуальности. Обретение здоровья — это обретение истины организмом и для организма, ибо здоровье обладает всеми характеристиками истины — естественностью, целостностью, неделимостью, ценностью. Здоровье — одно и единственное качество, способное же отсутствия здоровья (болезней) — великое множество. Здоровье — это результат процесса, но не только результат цели» (1994); О. И. Даниленко рассматривает здоровье и культурные традиции нации в философском аспекте (1996). По его мнению, душевное здоровье — это не медицинское, а философско-психологическое понятие. Считая здоровье отправной точкой в жизни человека, автор располагает здоровье на двух осях: культурно-исторической и оси жизненного цикла; рассматривая проблему здоровья как телесную культуру индивида. Современный западный философ Т. Бендит считает, что удовлетворенность жизнью — есть здоровье человека. По его мнению, личность, которая расположена в течение какого-то срока чувствовать себя удовлетворенной жизнью, является в то же время и здоровой личностью.

Тема здоровья широко представлена в центральной концепции биосинтеза, основанной Д. Боаделлой в начале 70-х годов XX века, в которой моделью невроза является нарушение интеграции мыслительной, чувственной и действенной сфер жизни человека [Boadella 1967]. Биосинтез — это способ личностного роста и целостного развития человека, позволяющий исцелить и связать воедино его чувства, разум и телесные ощущения, восстановить утраченные и построить отсутствующие взаимосвязи между ними, создать условия доверчивого и полного контакта с жизнью его тела и души. Биосинтез является одной из ведущих школ телесно ориентированной психотерапии, направленной на интеграцию основных сфер человеческой жизни: телесного существования, психических переживаний и ядра личности. По Д. Боаделла понятие «биосинтез» означает — «интеграция различных сфер жизни».

Проведенный анализ позволяет говорить, что организм заслуживает доверия и способен к самозащите и саморегуляции (К. Гольдштейн, К. Роджерс, А. Маслоу и др.). Различные разработки показали теоретическую необходимость постулировать определенного рода позитивное развитие или склонность к самоактуализации организма, которое отличается равным образом как от стремления к консервации, поддержания в состоянии равновесия и гомеостатического процесса, так и от склонности организма реагировать на импульсы из внешнего мира, т.е. к развитию интернальности – личной ответственности за здоровье.

Термин «гуманистическая модель здоровой личности» был придуман группой персонологов, которые в начале 1960-х годов под руководством А. Маслоу объединились с целью создания жизнеспособной теоретической альтернативы двум наиболее важным интеллектуальным течениям в психологии – психоанализу и бихевиоризму. Гуманистическая модель здоровой личности не является строго организованной теоретической системой – ее можно рассматривать как движение (т.е. группу теоретических подходов к личности). А. Маслоу назвал свой подход «психологией третьей силы». Гуманистическая модель здоровой личности глубоко уходит корнями в экзистенциальную философию. Наиболее важная концепция, которую гуманистические модели извлекли из экзистенциализма, - это концепция становления. Человек никогда не бывает статичен, он всегда находится в процессе становления. В различных теоретических трудах А. Маслоу выдвигал свою интерпретацию того, что составляет гуманистическую модель здоровой личности. Одним из наиболее

фундаментальных тезисов, лежащих в гуманистической позиции А. Маслоу, является то, что каждого человека нужно изучать как единое, уникальное, организованное целое. Для А. Маслоу человеческий организм всегда ведет себя как единое целое, а не как набор дифференцированных частей, и то, что случается в какой-то части, влияет на весь организм. В теории А. Маслоу мотивация влияет на человека в целом, а не только на отдельные части его организма. Для А. Маслоу центральной характеристикой личности является непрерывное единство и общность.

Современная наука накопила достаточно большое количество наблюдений и экспериментальных данных, которые свидетельствуют о неразрывной связи здоровья человека со многими факторами, влияющими на его индивидуальное, психическое, психологическое и профессиональное здоровье. По данным английского психолога М. Аргайла, уровень здоровья и общей удовлетворенности жизнью оказывается тесно связанным со следующими факторами, как: 1) наличие большого количества социальных связей и дружеских контактов; 2) крепкая семья и наличие в ней детей; 3) интересная и любимая работа, приносящая моральное удовлетворение; 4) активные занятия физическими упражнениями на свежем воздухе, что снижает уровень тревоги и депрессии, кровяное давление и риск сердечно-сосудистых заболеваний, нормализует вес; 5) особый склад личности, который характеризуется высокой убежденностью человека в своей значимости и нужности обществу, внутренним локусом контроля, восприятием жизненных трудностей и проблем как источника для личностного роста; 6) вера в Бога, делающая людей приверженцами умеренного образа жизни без вредных привычек и способствующая умиротворенному восприятию жизни. Имеются данные о положительной связи между частотой посещения церкви и положительным психическим здоровьем, особенно у людей старшего возраста.

Здоровье, таким образом, выступает как мера качества жизни людей и политики государства. В этой связи под здоровьем нации принято понимать конечный результат государственной политики, дающей возможность гражданам относиться к своему здоровью как к непреходящей ценности, как к основе продления здорового рода, сохранению, совершенствованию трудового потенциала, как к развитию генофонда, творчества и духовности человека.

#### *Список литературы*

- Александр Ф., Селесник Ш.** Человек и его душа: познание и врачевание от древности до наших дней. – М., 1995.  
**Амосов Н. М.** Раздумья о здоровье. – М., 1987. – С. 64.  
**Ананьев Б. Г.** Человек как предмет познания. – Л., 1969.  
**Анохин П. К.** Социальное и биологическое в природе человека // Соотношение биологического и социального в человеке. – М., 1975. – С. 301.  
**Бехтерев В. М.** Личность и условия ее развития и здоровья. - СПб., 1905. - 2-е изд.  
**Васильева О. С.** Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки. - М.: Academia, 2001.  
**Васильева О. С., Филатов Ф. Р.** Психология здоровья человека. - М., 2001. - С. 344.  
**Леонтьев Д. А.** Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии. - М., 1987. - № 3.  
**Лисицин Ю. П.** Слово о здоровье. - М., 1986.  
**Мерлин В. С.** Проблемы интегрального исследования индивидуальности человека // Психологический журнал. – 1980. – Т. 1. - № 1. – С. 58 – 72.

## ОТРАЖЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНФЛИКТА В РУССКОМ ФОЛЬКЛОРЕ

*Врачинская Т. В.*

*Российский государственный университет им. И. Канта*

Понятие «конфликт» впервые вошло в отечественную педагогику в середине прошлого века, однако конфликтные отношения между людьми существовали всегда. Многие вопросы, связанные с раскрытием сущности педагогического конфликта, еще далеко не исследованы. Поэтому, прежде всего, необходимо изучить предпосылки возникновения педагогической конфликтологии в России, что и составляет задачу данной статьи.

До того, чтобы предстать перед нами в своем современном виде, конфликт как явление общественной жизни прошел длинный исторический путь. И каждый новый век, каждая эпоха приносили в это явление что-то новое, особенное, тем самым все больше разнообразия и усложняя его.

Чтобы понять дух взаимоотношений между людьми на Руси, надо отказаться от современного понимания их содержания. Большую роль в формировании взглядов на конфликт во взаимоотношениях людей играет такое понятие, как «менталитет», которое можно понимать как общий способ мышления, преобладающий в обществе определенного исторического периода. Используя аксиологический подход, попробуем определить основные ценности, нормы и стиль мышления, доминирующий в жизни, образовании и воспитании людей на Руси.

Характер народа, лицо народа, его думы и чаяния, нравственные идеалы и ценности особенно ярко проявляются в созданных им сказках, былинах, легендах, эпосах, поговорках и пословицах. В них сосредоточе-