

УДК 159.9.016

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ: К ИСТОРИИ ВОПРОСА В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

© 2019 г. Г. С. Никифоров*, З. Ф. Дудченко**

Санкт-Петербургский государственный университет;

199034, Санкт-Петербург, Университетская набережная, д. 7–9, Россия.

**Доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологического обеспечения профессиональной деятельности.*

E-mail: nikiforov.germ@yandex.ru

***Кандидат психологических наук, доцент. E-mail: zoyadudchenko@yandex.ru*

Поступила 08.10.2018

Аннотация. Вторая половина XIX — начало XX в. — это время становления теории личности в нашей стране. С этим периодом связано формулирование основных положений концепции здоровой личности, занимающей центральное место в общей проблематике психологии здоровья. В статье раскрывается вклад ученых И.П. Мержеевского, С.С. Корсакова, И.А. Сикорского, В.М. Бехтерева и др. в изучение этой проблемы. Показано, что в их работах были высказаны принципиально важные мысли о сущности личностного здоровья. Приводятся современные направления исследований, которые имеют прямое отношение к расширению наших представлений о феномене здоровой личности.

Ключевые слова: теории личности, П.П. Викторов, В.Ф. Чиж, А.Ф. Лазурский, психология здоровья, психологическое здоровье личности, И.М. Балинский, И.П. Мержеевский, С.С. Корсаков, И.А. Сикорский, В.М. Бехтерев.

DOI: 10.31857/S020595920007317-4

У ИСТОКОВ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ В РОССИИ

Вторая половина XIX — начало XX в. — это время постановки вопросов о том, что такое личность и каковы оптимальные условия ее развития, формулирования основополагающих положений теории личности в отечественной психологии.

В 1887 г. П.П. Викторов выступает на первом съезде российских психиатров с докладом “Учение о личности как нервно-психическом организме” [21]. Его считают пионером в России по этой сложнейшей проблеме. Отсутствие целостной теории личности не позволяет, по мнению Викторова, занять аргументированную позицию в вопросе о том, что считать психически здоровой и психически больной личностью. Речь идет о тех случаях, когда приходится иметь дело не с очевидными проявлениями душевной болезни, а с теми более или менее незначительными отклонениями от нормы, которые не составляют еще психического заболевания в тесном смысле слова. Эта мысль получила в дальнейшем конкретное оформление в концепции “предболезни”, предложенной представителем

бехтеревской научной школы профессором С.Б. Семичевым [18]. Согласно автору, предболезнь является одной из степеней здоровья, она представляет собой лишь вероятность возникновения заболевания, а поэтому отождествлять ее с болезнью, которой она предшествует, недопустимо. “Предболезненные состояния, — заключает Семичев, — правильнее квалифицировать не как промежуточные между нормой и патологией или между здоровьем и болезнью, а как переходные от нормы к болезни. Тем самым они сохраняют статус здоровья, несмотря на то, что не относятся к норме” [18, с. 71].

Теоретическая разработка проблем личности и индивидуальности находит отражение в конце 80-х годов в работах В.Ф. Чижа, видного русского психолога того времени и одного из основателей экспериментальной психологии в России [22]. Ее итогом стала большая работа “Элементы личности”, которая была опубликована в журнале “Вестник психиатрии”. Он сделал особый акцент на том, что господствующее настроение человека выступает как его главное психическое свойство. Подчеркивал, что разрушение психической жизни

непременно начинается с ослабления высших чувствований.

Известный русский психиатр и психотерапевт А.Ф. Лазурский, яркий представитель научной школы В.М. Бехтерева, является автором не только на то время первой полноценной теории личности в отечественной психологии, но и практически первой в мире [8]. Ее основные положения ученый представил в докладе “Классификация личностей” на заседании философского общества в 1913 г. Рассматривая личность как биосоциальный организм, Лазурский выделяет в качестве ее главной основы нервно-психическую организацию. Другой ее важной стороной он считал отношение личности к внешней среде (природе, людям, социальным группам, духовным ценностям и др.). Лазурский придавал особую роль отношениям в достижении душевной гармонии личности, под которой понимал разносторонность, полноту и согласие психических функций человека. Вершина разработки идеи отношений в отечественной психологии представлена в творчестве В.Н. Мясищева, одного из талантливых и последовательных учеников В.М. Бехтерева [9].

Отцом русской психиатрии по праву считается И.М. Балинский — ученый, психиатр, общественный деятель. Он основал в 1857 г. первую в России кафедру душевных и нервных болезней в Императорской медико-хирургической (с 1881 г. — Военно-медицинской) академии в Санкт-Петербурге [1]. Можно сказать, что с этим событием связано и начало разработки темы здоровой личности на научной основе.

Придавая значение наследственным факторам в развитии душевных болезней, Балинский обращал внимание и на роль психологических причин в их возникновении. Среди них он выделял чрезмерное напряжение умственных способностей; душевные волнения, обусловленные переживаниями гнева, испуга, грусти, нанесенной обиды, униженного самолюбия. Он особо подчеркивал значение правильного воспитания для предупреждения душевных болезней. Неоправданная строгость и несправедливость в обращении с детьми, беспредметные упреки и унижение их самолюбия, ограничение радостных проявлений их чувств — все это способствует раннему формированию у детей болезненных душевных состояний, препятствует нормальному восприятию ими внешнего мира. Неблагоприятное влияние оказывает также чрезмерная снисходительность родителей, которые не осуществляют должный контроль за проявлениями детских наклонностей и желаний.

Ниже обсудим взгляды ряда наших соотечественников, чьи имена имеют самое непосредственное отношение к раскрытию темы здоровой личности.

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ КОНЦА XIX — НАЧАЛА XX В.

Мержеевский Иван Павлович (1838—1908). Дело, начатое Балинским, продолжил его ученик И.П. Мержеевский, возглавивший упомянутую кафедру в 1877 г. При нем сформировалась научная школа, в которой изучались проблемы психиатрии и невропатологии. По свидетельству близко знавших его людей это был чрезвычайно энергичный и талантливый человек, высоконравственный и благородный. Был неизменно сдержан, изысканно вежлив и корректен со всеми [3; 10].

Неоценим его вклад в становление русской земской психиатрии и пропаганду профилактики психических заболеваний. В 1887 г. на первом съезде российских психиатров Мержеевский выступил с докладом на тему “Об условиях, благоприятствующих развитию душевных и нервных болезней в России, и о мерах, направленных к их уменьшению”. Съезд состоялся в Москве и проходил с 5 по 11 января в большой аудитории Политехнического музея. В работе съезда приняли участие 440 врачей, из них 86 специалистов-психиатров. Мержеевский был единогласно избран председателем и блестяще провел все заседания.

В своем докладе ученый отводит важную роль в развитии душевных и нервных заболеваний фактору наследственности. Лица, которым присуще определенное неблагополучие в этом вопросе, испытывают затруднения в процессе социализации, на их долю приходится большое число правонарушений. Браки между такими лицами, у которых имеют место предпосылки к душевным заболеваниям, воспроизводят потомство, обреченное на психическое вырождение. Мержеевский поясняет, что в возникновении и развитии психических заболеваний играет роль не только та психическая организация, которую человек получил по наследству, но и среда, в которой он пребывает. Он уделяет много внимания этому вопросу. Говорит о распространении алкоголизма как одной из форм социальной патологии. Душевные и нервные болезни обусловлены в значительной мере ненормальными общественными условиями. Развитие торговли, промышленности, появление новых

финансовых и коммерческих учреждений породило стремление к наживе, быстрому обогащению, что повлекло за собой множество банкротств и разочарований и послужило источником сильных нравственных потрясений, обусловивших нарастание психических болезней. Затрагивая вопросы образования, Мержеевский указывает на то, что чрезмерные требования школы, интенсификация учебного процесса пагубно отражаются на нервной системе учащихся. Люди с ослабленным самоконтролем, проявляющиеся в недостатке способности к дисциплине и выдержке, легче поддаются всевозможным растлевающим доктринам и философским течениям пессимистической направленности, одной из форм проявления которой является нигилизм.

Меры по предупреждению душевных и нервных заболеваний, подчеркивает Мержеевский, должны занимать центральное место в вопросе “об охране народного здоровья”. Исцеление социальных недугов — это работа всего общества, работа постоянная. Формирование нравственно обусловленных стремлений необходимо обеспечивать с самого юного возраста.

Корсаков Сергей Сергеевич (1854–1900). Представленные в докладе Мержеевского положения получили дальнейшее развитие в работах одного из основоположников отечественной психиатрии, выдающегося ученого, общественного деятеля С.С. Корсакова.

Крупнейшая в России психоневрологическая школа развивалась в Москве. Одним из самых авторитетных ее представителей стал профессор Корсаков, возглавивший в 1888 г. кафедру психиатрии в Московском университете. Он был инициатором организации первой экспериментальной психологической лаборатории, а также одним из основателей Московского психологического общества.

По воспоминаниям современников, Корсаков обладал незаурядными способностями в области психиатрии и отличался редкостным пониманием душевной жизни как больного, так и здорового человека. Сочувствовал всему, что содействует свободному развитию духовной природы человека. Его ученики отмечали, что Корсаков являлся примером человека исключительных моральных качеств и называли его “нравственным гением” [2; 15].

Как всемирно известный ученый, Корсаков представлял российскую психиатрическую школу на международных конференциях. В 1889 г. он предпринимает поездки за границу: Германия, Франция, Швейцария, Италия. Посещает Вундта

в Лейпциге в институте физиологии и психологии; в Гейдельберге посещает клинику Э. Крепелина; присутствует на открытии 9-го Международного съезда врачей в Париже и 10-го съезда в Берлине, где выступает на секциях нервных и душевных болезней.

В проявлении душевных болезней главное, как считал Корсаков, то, что при них изменяется личность [6]. У людей психически неуравновешенных, неустойчивых чаще всего развиваются заболевания, нарушающие цельность личности. Чем более органично соединены все существенные свойства, составляющие личность, тем она более устойчива, уравновешенна и способна противодействовать влияниям, стремящимся нарушить ее цельность. Сознание обеспечивает не только управление психической деятельностью и ее регулирование, целенаправление и формирование программы деятельности, но и гармонизацию самой личности, согласие ее устремлений и установок, организацию психики вокруг высших идейных и моральных побуждений. Личность не есть что-нибудь застывшее в человеке, она может подвергаться многим изменениям под влиянием как внутренних, так и внешних причин. Определяющую роль в обеспечении здоровой психики ученый отводит внешнему фактору, особенностям взаимосвязи и взаимодействия личности с внешним миром.

Корсаков раскрывает феномен ипохондрии, под которым понимает такую болезнь, которая выражается чрезмерным страхом за свое здоровье, сосредоточением внимания на представлениях, относящихся к собственному здоровью, и склонностью приписывать себе болезни, которых нет.

Впервые в отечественной и мировой психологии попытка раскрыть совокупность условий, предопределяющих развитие здоровой личности, была осуществлена в фундаментальной работе Корсакова “Курс психиатрии” [7] (первое издание в 1893 г.) и докладе Бехтерева “Личность и условия ее развития и здоровья” на Втором съезде российских психиатров в Киеве в 1905 г. К числу таких условий Корсаков относит следующие.

1. Роль наследственного фактора.

Необходимо устранять влияние наследственности со стороны психически нездоровых родителей. После выздоровления несколько месяцев не вступать в половые контакты. Устранять влияние наследственности со стороны родителей, имеющих признаки нездоровья или недоразвития. Разъяснять вред для потомства браков с людьми хилыми, браков с людьми очень юными, недоразвитыми. Устранять влияние наследственности со стороны старых

родителей. Разъяснять вред браков с лицами очень старыми, но еще не лишенными способности к деторождению. Устранять влияние наследственности со стороны кровных родителей. Разъяснять вред браков между кровными родственниками из дегенеративных семей.

2. Условия зачатия.

Необходимо уделять внимание состоянию родителей во время зачатия. Врачу необходимо информировать, что половые отношения в состоянии опьянения могут привести к непоправимым последствиям.

3. Состояние здоровья матери во время беременности.

Необходимо соблюдать меры профилактики в отношении вредных условий труда женщин в период беременности. Не допускать моральных потрясений для матерей во время беременности. Освобождают матерей во время беременности от тяжелого труда. Необходимо удалять беременную женщину из негигиенической местности.

4. Условия развития детей.

Создание условий развития первого детства. Выбор кормилицы и запрещение употребления ею вина и наркотических средств.

5. Воспитание детей.

Внимательное отношение к воспитанию. Неправильное воспитание может сказаться в отношении нервно-психической организации.

По мнению Корсакова, к душевным болезням предрасполагает как переутомление мозга, так и избалованность, отсутствие твердых основ, неразвитость чувства долга, отсутствие сознания обязанности трудиться, отсутствие самообладания и способности управлять своими влечениями и вниманием, отсутствие чувства удовольствия от труда и от принесения пользы другим людям. Умственное и нравственное воспитание должно идти параллельно с физическим, а не в ущерб ему.

С.С. Корсаков дает ряд конкретных рекомендаций по воспитанию детей, у которых родители страдают душевными болезнями; воспитанию детей, склонных к нервным нарушениям, обнаруживающих в своем поведении признаки слабой нервной системы; воспитанию детей с преждевременным развитием половой потребности и увлечением спиртными напитками, сильным развитием фантазий или религиозного мистицизма, суеверия, развития тщеславия или обидчивости.

6. Профилактика нарушений в период полового развития.

Корсаков отмечает, что необходимо пристальное внимание к профилактике нарушений в период полового развития. Должного внимания требует как физиологическое, так и психическое развитие. Следует подмечать психические изменения — изменения характера, появление новых влечений, заносчивость, рассеянность, невнимательность к обучению, странности. Непонимание и нетактичное отношение к таким проявлениям может приводить к изменению характера, нравственной искаженности, покушению на самоубийство или к психическому расстройству.

7. Здоровый образ жизни.

Корсаков писал, что из физических мер, полезных для детей, следует рекомендовать обливание и обтирание прохладной водой, также нужно обращать внимание на состояние носовой полости, правильное питание и физические упражнения.

8. Профилактические мероприятия в климактерический период.

9. Профилактика негативных социальных факторов.

10. Борьба с алкоголизмом.

11. Профилактика причин душевных болезней.

12. Устранение негативных моральных влияний.

Корсаков отмечал, что XIX в. характеризуется быстрым техническим развитием. Вследствие этого многие люди оказываются вне привычных условий жизни, что порой заставляет их стремиться часто к тому, к чему у них нет способностей, а порой и сил. Отсюда разочарование и растущее чувство неудовлетворенности.

Сикорский Иван Алексеевич (1842–1919). Сикорский — выдающийся русский ученый, человек масштаба интеллекта, специалист в области психиатрии, психологии, неврологии, педагогики. В 1869 г. закончил с отличием медицинский факультет Киевского университета. После защиты докторской диссертации в 1873 г. переезжает в Петербург, работает в клинике душевных и нервных болезней в Императорской медико-хирургической академии под руководством профессора И.М. Балинского. В 1885 г. по приглашению администрации Киевского университета Святого Владимира он возвращается в Киев, получает назначение профессором в университете, в котором прослужил 25 лет. Уже в годы своей научной зрелости И.А. Сикорский стал ближайшим соратником В.М. Бехтерева.

Это был человек уравновешенный, далекий от мелочной жизни, возвышенно-настроенный,

всегда философски спокойный. Речь его была выразительна, чуждая какой бы то ни было вычурности. Точность в употреблении слов он считал чрезвычайно важной, был противником поверхностности и приблизительности в обсуждении понятий. И несмотря на то что на его лице лежала печать глубокой мысли, остроумная, добродушная шутка и улыбка были обычны для него [19].

Как ученый И.А. Сикорский был широко известен за границей. Он написал более 100 научных трудов в области медицины, педагогики, клинической психиатрии, психологии. Из них самые крупные: “Всеобщая психология”, “Психиатрия”, “Душа ребенка”, “Начатки психологии”, “Психологические основы воспитания и обучения”, “Не-нормальные и болезненные характеры”, “Задачи нервно-психической гигиены и профилактики”. Многие его труды были переведены на европейские языки. А книга “Душа ребенка” стала настольной книгой немецкого учителя и выдержала в Германии 14 изданий. Многие зарубежные ученые общества избрали его своим членом и прислали почетные дипломы. В 1879 г. его избрали членом-корреспондентом Бельгийского королевского медицинского общества. В 1882 г. он стал иностранным членом-корреспондентом Парижского общества общественной медицины и профессиональной гигиены.

Психологические воззрения Сикорского, его творческое наследие и по сей день остаются неизученными в полной мере, не раскрыто в достаточной степени значение его работ для современного психологического знания [11].

Научное наследие Сикорского имеет огромное значение для современной психологии здоровья с учетом рассмотренного им целого ряда вопросов: изучение условий сохранения общественного здоровья; изложение основополагающих задач гигиены и профилактики; выделение психологических факторов формирования здоровой личности; изучение условий повышения работоспособности и организации режимов труда и отдыха; исследование влияния здорового образа жизни на состояние психического здоровья [19]. Забота о сохранении психического здоровья женщин должна быть первоочередной задачей среди государственных мер по охране общественного и индивидуального здоровья населения.

Из всего обширного учения о здоровой и больной душе Сикорского особенно глубоко интересовала детская душа. В 1912 г. в Киеве он основал первый в мире Институт детской психологии. Решающую роль в воспитании ученый отводил родителям, видя в этом важнейшее условие

формирования психического здоровья детей. Большое значение он придавал нравственному и духовному воспитанию детей, рассматривая это как необходимый залог к становлению нравственного здоровья общества. Наиболее благоприятными для нравственного воспитания Сикорский считал годы юности, время выбора жизненного пути.

Выделяя ошибки воспитания (расслабляющее, жесткое, пренебрежительное), он поясняет, что возраст родителей, их душевные и нервные страдания, чрезмерное переутомление, изнуряющий труд, крайне выраженные умственные перенапряжения, злоупотребление спиртными напитками, тяжелые переживания матери во время беременности и некоторые другие причины могут нарушать развитие и ослаблять психическое здоровье детей.

В своих трудах Сикорский разрабатывает основы нервно-психической гигиены ребенка в разные периоды развития. Например, в первые три месяца для сохранения здоровья ребенка важны такие требования: 1) не стимулировать излишне развитие ребенка, так как оно и без того идет быстрым ходом; 2) следить за профилактикой сильных и продолжительных негативных влияний на эмоциональное состояние ребенка; 3) предоставлять ребенку достаточный и полноценный сон. В период от четвертого до десятого месяца важно развивать ассоциативную память ребенка, развивать его ум, волю и чувства. В конце первого года жизни и начале второго следить за правильным развитием речи. Разбирая подробно ход нервно-психического развития ребенка, Сикорский подчеркивает, что каждый период является важным звеном формирования в дальнейшем здоровой личности.

Выступая на съезде российских психиатров в Москве 11 января 1887 г., Сикорский в своей речи “Задачи нервно-психической гигиены и профилактики” говорил о том, что изучение процесса ухудшения состояния общественного здоровья является вопросом великой важности в ряду других задач нервно-психической гигиены. Отечественным психиатрам необходимо находить соответствующие решения для повышения уровня состояния психического здоровья граждан, так как его ослабление не только сопровождается увеличением числа нервных и психических заболеваний, но и способствует росту самоубийств и увеличению числа преступлений.

Выражая озабоченность о сохранении общественного и индивидуального здоровья, Сикорский целый ряд работ посвятил проблеме влияния спиртных напитков на состояние здоровья населения России.

Многие идеи Сикорского так или иначе связаны с разработкой концепции личности, в том числе обеспечения ее здоровья. В этом контексте он обсуждает психофизиологические основы личностных образований; излагает представления о норме и патологии психического развития, в том числе причин личностных нарушений в онтогенезе. Личность остается здоровой, пока выполняется основное условие ее гармоничного существования: единство, примирение и соглашение всех присущих ей психических актов. Центральными составляющими личностной гармонии определяются воля и самосознание. Понимание Сикорским нормы и патологии открывает перспективы своевременной коррекции возможных отклонений, в том числе таких причин дисгармонии, как одиночество, отчуждение, склонность к суициду, алкоголизация и др. В целом можно сказать, что вопросам нравственного и духовного становления личности Сикорский придает решающее значение.

Зарождение отечественной психогигиены как науки относится к концу XIX в. В 1887 г. на первом Всероссийском съезде невропатологов Сикорский впервые представил доклад, в котором были затронуты вопросы промышленной психогигиены. Режим труда и отдыха — лучшая оздоровительная мера, так как она соответствует самому строению и свойствам нервной системы. Говоря о влиянии труда на здоровье человека и важности соблюдения норм труда, Сикорский подчеркивал, что правильно организованный труд необходим для здоровья человека.

Большое значение Сикорский придавал наследственному фактору, оказывающему существенное влияние на формирование личности. Он рассматривал личность как совокупность врожденных и приобретенных качеств. С его точки зрения, на начальных этапах возникновения психического движущей силой процесса развития является механизм адаптации организма к условиям внешней среды, а на последующих этапах возрастает роль социального фактора.

В своих трудах Сикорский обосновывал необходимость глубокого комплексного изучения человека, выявления индивидуальных особенностей конкретной личности. Им была высказана идея интегральной индивидуальности, под которой он понимал единство когнитивного, эмоционального, волевого и физического начал; были раскрыты психофизиологические основы личностных образований; предложена типология личности.

Можно сказать, что творческое наследие Сикорского представляет безусловный интерес для разработки концепции здоровой личности,

на которой все пристальнее сосредоточивается современная психология здоровья.

Владимир Михайлович Бехтерев (1857–1927).

Академик В.М. Бехтерев по праву занимает одно из видных мест в ряду корифеев русской научной мысли. Перу великого ученого принадлежат работы в области функциональной морфологии нервной системы; невропатологии; психиатрии; нейрохирургии; педагогики; психологии, в том числе общей и детской психологии; психологии личности; в области философской и публицистической направленности. Большинство его работ не утратило своей научной и фактологической актуальности и в настоящее время. Помимо России его труды получили широкую известность за рубежом и были изданы в Германии, Англии, Франции и Америке. Все биографы говорят о нем как о человеке титанического труда [4].

Бехтерев, ученик и преемник Мерзеевского, после выхода в отставку последнего в 1893 г. возглавил его кафедру в Военно-медицинской академии. Он как никто другой из его коллег и предшественников сделал очень много для организации разносторонних по своей направленности научных исследований.

С 1907 г. Бехтерев основал и возглавил Психоневрологический институт, а в 1918 г. — Институт по изучению мозга и психической деятельности. В основу того и другого научно-учебного заведения им была положена идея изучения личности в ее здоровом и болезненном состоянии. Впервые в мировой научной практике Бехтерев подходит к решению поставленных задач с позиций комплексного подхода, рассматривая человека в его целостности, как сложное, многоуровневое образование. Это находит отражение в самой структуре созданных институтов, ориентированной на всестороннее исследование человека в процессе его жизненного пути. В тематику открытых отделов и лабораторий входило изучение человека от морфологии и биохимии мозга и вплоть до социальных аспектов поведения личности. Вопросы развития личности и обеспечения ее здоровья изучаются в тесной взаимосвязи представленности в человеке биологического, психологического и социального начал.

Со студенческих лет Бехтерева интересовали вопросы познания личности. Разрабатывая учение о личности, он рассматривал его как основу воспитания человека и преодоления аномалий в его поведении. Подчеркивая важность изучения ненормальных проявлений психической сферы, вместе с тем Бехтерев не считал изучение психики душевнобольных ключом к познанию внутреннего мира здоровых. Признавая роль наследственности

в развитии личности, вместе с тем он самым решительным образом выступал против ее преувеличения.

Тему психического здоровья российского народа Бехтерев формулирует уже в самом начале своей научной деятельности. основополагающим для последующего развития психологии здоровья стал доклад на тему “Личность и условия ее развития и здоровья”, с которым Бехтерев выступил в сентябре 1905 г. в Киеве на Втором съезде российских психиатров. Делегаты и гости съезда стоя приветствовали речь ученого громом аплодисментов. Она имела большой резонанс в обществе. Изложенные ученым основные положения концепции здоровой личности оказались провидческими и получили убедительное подтверждение в дальнейшем развитии наук о человеке, в том числе и становлении психологии здоровья как самостоятельного научного направления во второй половине XX в. Основные тезисы доклада раскрываются в работе [12]. Здесь только заметим, что согласно Бехтереву основы будущей личности закладываются еще в дошкольном возрасте и связаны прежде всего с правильным и рациональным воспитанием ребенка с первых дней его жизни. Правильно поставленное воспитание играет огромную роль не только в развитии характера, но и в укреплении физического и психического здоровья. Неоспоримо значение воспитания в отношении приучения человека к труду, порядку, физическим упражнениям и гигиене. Душевное нездоровье может развиваться под влиянием негативных воспитательных условий, сложившихся в раннем детстве. Недостатки воспитания, обусловленные родительскими ошибками, нравственно калечат ребенка, он вырастает существом антисоциальным, эгоистичным, игнорируя общечеловеческие ценности, являющиеся для него чем-то чуждым. Воспитание должно создавать личность самостоятельную, инициативную, разумно критичную к себе и ко всему окружающему. Нравственное воспитание личности предусматривает развитие чувства социальной любви и сострадания, правды и уважения ко всему общественно ценному, долга и ответственности, в том числе и ответственности за собственное здоровье.

Воспитание здоровой личности, созидание в целом здорового общества немыслимо без самой активной и содержательной включенности в этот процесс со стороны государства. На это важнейшее обстоятельство обращали специальное внимание Мержеевский, Корсаков, Сикорский. Но с особенной остротой и тревогой его роль прозвучала в публикациях и публичных выступлениях Бехтерева. Только в том случае народ будет здоровым,

говорил он, если за обеспечение физического и психического здоровья людей государство возьмет на себя ответственность. Под его контролем и при непосредственном участии должны проводиться в жизнь не только пропаганда здорового образа жизни, но и необходимые оздоровительные мероприятия. Среди них Бехтерев важное значение придает вопросам психогигиены и профилактики психических заболеваний, охраны здоровья.

Очень много внимания Бехтерев уделял изучению процессов трудовой деятельности человека. Руководил исследованием труда представителей разных профессий: врачей, педагогов, деятелей искусств. Им была предпринята первая в истории попытка изучения деятельности авиаторов. Он был инициатором создания профконсультационной службы в России. В созданном им институте по изучению мозга и психической деятельности была открыта лаборатория труда. Главная задача лаборатории заключалась в разработке мер по сохранению здоровья и развитию личности трудящихся. В основу исследований был положен комплексный подход к изучению работающего человека. Под председательством Бехтерева в январе 1921 г. в Москве прошла Первая всероссийская инициативная конференция по научной организации труда и производства. В докладах самого Бехтерева и его коллег обсуждались вопросы гармонизации и оздоровления трудового процесса, гигиены труда и охраны здоровья рабочих. В своем выступлении Бехтерев, полемизируя с идеями тейлоризма, говорит о том, что достижение максимума производительности труда должно осуществляться при максимуме сохранения здоровья рабочих и ликвидации всех условий, которые могут принести вред развитию личности. При Институте мозга было организовано издание небольших по объему и рассчитанных на широкий круг читателей научно-популярных книжек по различным вопросам общей гигиены и гигиены труда. Первая работа в этой серии “Труд и здоровье” (1926) была подготовлена профессором В.П. Кашкадамовым. В ней автор проводит мысль о том, что здоровье работающего человека может быть обеспечено при соблюдении “общего порядка жизни”, который предусматривает организацию правильного питания, соответствующие условия проживания, учитывает атмосферу семейных отношений, содержание профессиональной деятельности, характер отдыха и развлечений.

На Третьем съезде российских психиатров в 1909 г. Бехтерев выступил с докладом “Вопросы нервно-психического здоровья в населении России”. В своем выступлении ученый остановился и на экономических условиях как одной из главных

причин, оказывающих влияние на развитие личности. Неудачная экономическая политика обрекает народ на борьбу за существование, за право на жизнь. Неблагоприятные экономические условия, в том числе недостаточное питание населения, приводят к физическому ослаблению организма; истощению его болезнями; нарушению правильного, полноценного развития психики и личности в целом; распространению душевных заболеваний. Алкоголизация — один из злейших факторов, несущий в себе реальную угрозу распада личности, приводящий к преступности. При этом борьба с пьянством в народе, подчеркивает Бехтерев, останется бессильной до тех пор, пока государственный бюджет будет искать свою опору в тех огромных доходах, которые извлекаются из потребления спиртных напитков.

Одной из характерных особенностей развития человечества в настоящее время является его вступление в энергетическую эру. В связи с этим обретают особую значимость исследования энергоинформационных процессов внутри человеческого организма и при его взаимодействии с окружающей средой. Впервые в отечественной психологии к теме энергии обратился Бехтерев. Особенно обстоятельно он обсуждает эту проблему в монографии «Психика и жизнь» (1904). Он поясняет, что все основные жизненные процессы неразрывно связаны со скрытой энергией. Ее присутствие неотделимо от протекания психических процессов, как сознательных, так и бессознательных, в целом от проявлений субъективного мира. Всякий человек обладает известным запасом энергии, как унаследованным, так и накопленным в течение жизни. Энергетический потенциал есть высший фактор устойчивости человека как живого организма, поэтому его выраженный дефицит сопровождается процессами ухудшения здоровья и старения.

НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

Психология здоровья как новая область научных исследований начала оформляться в отечественной психологии в начале 90-х годов XX в. [13]. В настоящее время ее проблематика привлекает к себе повышенное внимание, регулярно обсуждается на психологических конгрессах, конференциях и симпозиумах. По этому направлению в России изданы учебник, учебные пособия, практикумы и монографии. Базовый курс по психологии здоровья читается во многих высших учебных заведениях

страны, осуществляется подготовка магистров и аспирантов по этому профилю.

Психология здоровья занимает одну из приоритетных позиций в решении общегосударственной задачи по развитию и воспитанию здоровой нации. Главный акцент в этой области знания делается на изначальном формировании здоровой психики и последующем поддержании ее функционирования в таком качестве. В центре внимания — человек как субъект здоровой психики, забота о здоровье здорового человека. В стратегическом плане принципиально большего эффекта следует ожидать, если сосредоточить необходимые усилия на предотвращении самих причин, которые приводят к психическим заболеваниям. Задачу психологического обеспечения здоровья следует решать последовательно и применительно ко всем этапам жизненного пути человека. Если профилактика здоровья и укрепление защитных сил организма с давних пор находятся в сфере внимания медицинской науки, то наши знания о сущности и путях обеспечения здоровья личности пока еще не могут быть признаны удовлетворительными. В несопоставимо большем объеме мы располагаем представлениями о разнообразии известных на сегодня видов нездоровья, связанных с теми или иными нарушениями в психическом статусе личности.

Здесь уместно отметить, что характерной особенностью развития современной медицины является формирующаяся в ее недрах концепция медицины оздоровительной. В основе ее идеологии лежит не возврат здоровья, утраченного в результате болезни, путем лечения, а постоянное активное воссоздание здоровья у здоровых в результате оздоровительных мероприятий, исключающее возникновение болезни. Речь идет уже о переходе от «медицины болезней» к «медицине здоровья» и, соответственно, о необходимости подготовки специалистов по здоровью, как говорят некоторые авторы, «врачей здоровья», «конструкторов здоровья». Будущее медицины видится во все большей ориентации на изучение механизмов здоровья, на личность и ее здоровье [17]. Реализация концепции здоровья здорового человека обретает зримые формы. Уже состоялись несколько форумов «Здоровье нации — основа процветания России», на которых рассматривались вопросы обеспечения здоровья здоровых, социально-гигиенического мониторинга и управления здоровьем, формирования здорового образа жизни.

В современной психологии здоровья в России намечились определенные линии развития, которые включают в себя опыт теоретических

и эмпирических исследований. К ним следует прежде всего отнести: феномен отношения к здоровью; психологические основы здорового образа жизни; выявление состава и раскрытие содержания критериев психического и социального здоровья; барьеры здорового поведения; гендерный фактор в психологии здоровья. Психологическое обеспечение здоровья находит свое практическое решение в разработке конкретных тем, составляющих содержание онтогенеза. Речь идет об улучшении условий формирования, укрепления и сохранения психического здоровья; культуры здоровья детей раннего и дошкольного возраста; о здоровьесберегающих принципах и технологиях в школьной образовательной среде; о психологическом статусе здоровой семьи; психологическом обеспечении профессионального здоровья; профилактике старения и психологических факторах долголетия.

Базовой составляющей здоровья личности является ее приверженность духовно-нравственным ценностям. Эта основополагающая тема последовательно и обстоятельно разрабатывается сотрудниками из различных лабораторий в Институте психологии Российской академии наук (РАН) под руководством профессора А.Л. Журавлева. В поле зрения ученых вопросы нравственной и этической психологии; проблемы совести, духовно-нравственного развития личности, социально-нравственных аспектов самоопределения и др. В качестве методологической основы проводимых исследований выступают научные принципы комплексного и системного подходов; единство теории, эксперимента и практики; основные положения методологических принципов развития, общения и взаимодействия. Полученные результаты стали предметом развернутого обсуждения в работе «Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества» [16].

Одно из быстро развивающихся направлений в российской психологии здоровья связано с решением задач по психологическому обеспечению профессионального здоровья [14]. Современный труд может оказывать на человека как положительное, так и негативное воздействие. Последнее может быть вызвано влиянием неблагоприятных условий труда (перенапряжением, перегрузками, психотравмирующими факторами и др.), которые способны повлечь за собой не только профессиональные деформации личности, но и в крайних случаях их проявления профессиональные заболевания.

С опорой на возможности метасистемного подхода впервые предпринята попытка разработки концепции личностного здоровья профессионала. В основу концепции положены результаты

соответствующих методологических, теоретических и эмпирических исследований по данному направлению [20].

В 2013 г. выходит первая в России коллективная монография «Здоровая личность» [5]. В ней обсуждаются методологические подходы к изучению человека и его здоровья, роль перинатального периода и подросткового возраста в обеспечении личностного здоровья, проблемы здоровой личности в контексте педагогики, теоретические модели здоровой личности, телесный и гендерный аспекты здоровой личности, а также ряд специальных вопросов, относящихся к общей теории личностного здоровья: отношение к здоровью, структура и направления развития личности, эмпатия как фактор нравственного здоровья и др.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В современной России трудно переоценить роль средств массовой информации в обеспечении здоровья граждан. Средства массовой информации обладают огромными возможностями воздействия на психику человека. Их участие в пропаганде психического здоровья личности с учетом национального значения этой проблемы должно носить фронтальный характер. Одна из неотложных задач, которую они обязаны систематически решать, — это привнесение в общество духовно насыщенного мировоззрения с активным привлечением примеров жизнедеятельности тех людей, которые могли бы быть в этом смысле подлинными образцами для подражания. Средства массовой информации должны помогать человеку укрепиться в собственной значимости и полезности пребывания в этом мире, открывать перед ним перспективу приложения собственных сил, помогать в определении жизненного пути. Противоестественно, если они используют свои средства воздействия, провоцируя у людей тягостные переживания эмоций страха и собственной незащищенности. Агрессивная пропаганда насилия, жестокости, бездуховности несовместима с перспективой формирования здорового общества, лишая его последних надежд на будущее благополучие.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Балинский И.М.* Лекции по психиатрии / Под ред. Н.И. Бондарева, Н.Н. Тимофеева. Л., 1958.
2. *Банищikov В.М.* Корсаков С.С. Жизнь и творчество. М., 1967.

3. Бехтерев В.М. И.П. Мерзеевский и его роль в развитии русской психиатрии // Обозрение психиатрии, неврологии и экспериментальной психологии / Под ред. В.М. Бехтерева. СПб., 1908.
4. Губерман И.М. Бехтерев: страницы жизни. М., 1977.
5. Здоровая личность / Под ред. Г.С. Никифорова. СПб., 2013.
6. Корсаков С.С. Избранные труды. М., 1954.
7. Корсаков С.С. Курс психиатрии. 2-е изд. М., 1901.
8. Лазурский А.Ф. Теория личности. 100 лет забвения и развития / Под ред. В.Ю. Слабинского. СПб., 2017.
9. Левченко Е.В. История психологии отношений: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 1995.
10. Мендельсон А.Л. И.П. Мерзеевский // Современная психиатрия, 1908.
11. Мурзина Е.Б. Психологические воззрения в творческом наследии И.А. Сикорского: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2011.
12. Никифоров Г.С. В.М. Бехтерев и его концепция здоровой личности // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 1. С. 113–120.
13. Никифоров Г.С. Психология здоровья в России: становление и современное состояние // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 16. Вып. 1. Психология. Педагогика. 2012. № 1. С. 38–47.
14. Никифоров Г.С., Шингаев С.М. Психология профессионального здоровья как актуальное научное направление // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 2. С. 44–54.
15. Попов Е.А. С.С. Корсаков — основоположник отечественной психиатрии. М.: Знание, 1954.
16. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы российского общества / Под ред. А.Л. Журавлева, М.И. Володиной, Т.В. Галкиной. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2014.
17. Разумов А.Н., Пономаренко В.А. Концепция “здоровье здорового человека”: интеграция медицины, психологии и религии // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 6. С. 88–93.
18. Семичев С.Б. Предболезненные психические расстройства. М., 1987.
19. Сикорский И.А. Книга жизни. Психологическая хрестоматия для школы и жизни. М., 2012.
20. Сокольская М.В., Карпов А.В. Психология личного здоровья профессионала: метасистемный подход. Хабаровск, 2017.
21. Урываев В.А., Журавель В.А. Клиническая психология как учение о состоянии и переменах личности: доклад П.П. Викторова на первом съезде отечественных психиатров (1887) // Медицинская психология в России. 2012. № 4 (15). URL http://mpj.ru/archiv_global/2012_4_15/nomer/nomer24.php.
22. Чижев В.Ф. Психология личности и индивидуальности / Под ред. В.Ю. Слабинского. СПб., 2016.

PSYCHOLOGICAL HEALTH OF PERSONALITY: TO HISTORY OF THE ISSUE IN DOMESTIC PSYCHOLOGY

G. S. Nikiforov*, Z. F. Dudchenko**

*Saint-Petersburg State University;
199034, Saint-Petersburg, Universitetskaya emb., 7–9, Russia.*

**Doctor of psychology, professor, head of the department of psychological support
of professional activity. E-mail: nikiforov.germ@yandex.ru*

***Candidate of psychological sciences, associate professor.
E-mail: zoyadudchenko@yandex.ru*

Received 08.10.2018

Abstract. The second half of the XIX — beginning of the XX century — was the time of the formation of the theory of personality in our country. In the same period the formulation of the main foundations of the concept of a healthy personality happened, which occupies a central place in the general problem of the psychology of health. In the article the contribution of the scientists in the study of this problem is described: Merzheevsky, S.S. Korsakov, I.A. Sikorsky, V.M. Bekhterev. It is shown that in their works were expressed fundamentally important thoughts about the essence of personal health. The article presents modern research trends that are directly related to the expansion of our ideas about the phenomenon of a healthy personality.

Keywords: theory of personality, psychological health of personality, P.P. Viktorov, V.F. Chizh, A.F. Lazurskiy, psychology of health, healthy personality, I.M. Balinsky, I.P. Merzheevsky, S.S. Korsakov, I.A. Sikorskiy, V.M. Bekhterev.

REFERENCES

1. *Balinskiy I.M.* Lekcii po psihiatrii. Eds. N.I. Bondarev, N.N. Timofeev. L., 1958. (in Russian)
2. *Banshchikov V.M.* Korsakov S.S. Zhizn' i tvorchestvo. Moscow, 1967. (in Russian)
3. *Bekhterev V.M.* I.P. Merzheevskij i ego rol' v razvitii russkoy psihiatrii. Obozrenie psihiatrii, nevrologii i eksperimental'noj psihologii. Ed. V.M. Bekhterev. St. Petersburg, 1908. (in Russian)
4. *Guberman I.M.* Bekhterev: stranicy zhizni, Moscow, 1977. (in Russian)
5. *Zdorovaya lichnost'.* Ed. G.S. Nikiforov. St. Petersburg, 2013. (in Russian)
6. *Korsakov S.S.* Izbrannye trudy. Moscow, 1954. (in Russian)
7. *Korsakov S.S.* Kurs psihiatrii. Izdanie 2-e. Moscow, 1901. (in Russian)
8. *Lazurskiy A.F.* Teoriya lichnosti. 100 let zabveniya i razvitiya. Ed. V.Yu. Slabinskiy. St. Petersburg, 2017. (in Russian)
9. *Levchenko E.V.* Istoriya psihologii otnoshenij. Avtoref. dokt. diss. St. Petersburg, 1995. (in Russian)
10. *Mendel'son A.L.* I.P. Merzheevskiy. Sovremennaya psihiatriya, 1908. (in Russian)
11. *Murzina E.B.* Psihologicheskie vozzreniya v tvorchestvom nasledii I.A. Sikorskogo. Avtoref. kand. diss. Moscow, 2011. (in Russian)
12. *Nikiforov G.S.* V.M. Bekhterev i ego koncepciya zdorovoj lichnosti. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2017. V. 38. № 1. P. 113–120. (in Russian)
13. *Nikiforov G.S.* Psihologiya zdorov'ya v Rossii: stanovlenie i sovremennoe sostoyanie. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 16. Vyp. 1. Psihologiya. Pedagogika*. 2012. № 1. P. 38–47. (in Russian)
14. *Nikiforov G.S., Shingaev S.M.* Psihologiya professional'nogo zdorov'ya kak aktual'noe nauchnoe napravlenie. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2015. V. 36. № 2. P. 44–54. (in Russian)
15. *Popov E.A.* S.S. Korsakov — osnovopolozhnik otechestvennoj psihiatrii. Moscow: Znanie, 1954. (in Russian)
16. *Psihologicheskoe zdorov'e lichnosti i duhovno-nravstvennye problemy rossijskogo obshchestva.* Eds. A.L. Zhuravlev, M.I. Volovikova, T.V. Galkina. M.: Izdvo "Institut psihologii RAN", 2014. (in Russian)
17. *Razumov A.N., Ponomarenko V.A.* Koncepciya "zdorov'e zdorovogo cheloveka": integraciya mediciny, psihologii i religii. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2015. V. 36. № 6. P. 88–93. (in Russian)
18. *Semichiev S.B.* Predboleznennye psihicheskie rasstrojstva. Moscow, 1987. (in Russian)
19. *Sikorskiy I.A.* Kniga zhizni. Psihologicheskaya hrestomatiya dlya shkoly i zhizni. Moscow, 2012. (in Russian)
20. *Sokol'skaya M.V., Karpov A.V.* Psihologiya lichnostnogo zdorov'ya professionala: metasistemniy podhod. Habarovsk, 2017. (in Russian)
21. *Uryvaev V.A., Zhuravel' V.A.* Klinicheskaya psihologiya kak uchenie o sostoyanii i peremenah lichnosti: doklad P.P. Viktorova na pervom s"ezde otechestvennykh psihatrov (1887). *Medicinskaya psihologiya v Rossii*. 2012. № 4 (15). URL http://mprj.ru/archiv_global/2012_4_15/номер/номер24.php. (in Russian)
22. *Chizh V.F.* Psihologiya lichnosti i individual'nosti. Ed. V.Yu. Slabinskiy. St. Petersburg, 2016. (in Russian)