

## Гармонизация личностного развития как междисциплинарная духовно-психологическая проблема

*Аннотация.* Статья посвящена освящению междисциплинарности научно-психологической проблематики. В частности, в статье рассматривается психологическая проблема гармонизации личностного развития в аспекте интеграции философской, духовно-религиозной (христианско-антропологической), психотерапевтической и научно-психологической парадигм.

Сегодня, в период реформации современного общества, в условиях маргинализации социальных эталонов, размытости духовных идеалов, разрушении института брака в отечественной культуре преобладают дух прагматизма, цинизма, корысти при снижении общего уровня нравственности. Обострение политического и экономического кризиса, рост безработицы, вынужденная миграция населения – выступают показателями нарушения гармоничных отношений в обществе, что детерминирует дисгармоничное развитие личности у детей, молодежи и взрослых. Эмоциональная неуравновешенность, эгоцентризм, агрессивность, потеря самообладания, слабоволие, безответственность – все это – проявления личностных дисгармоний, которые становятся причинами психологических проблем наших соотечественников. В условиях отсутствия образцов гармоничного поведения современный человек вынужден искать конструктивные формы взаимодействия с окружающим миром с целью адаптации к социуму. Но, стоит отметить, что приспособление к психогенным условиям современности препятствует продуктивному развитию самосознания личности и разрушает гармонию ее внутреннего мира. Это приводит ко вступлению в самостоятельную жизнь инфантильных и психологически-дисгармоничных людей.

При условии несформированности духовно-нравственных качеств личность не способна к самостоятельной конструктивной самореализации. В связи с этим в психолого-педагогической науке акцентируется внимание на актуальности проблемы своевременной психологической профилактики и гармонизации личностного развития наших современников путем духовно-нравственного оздоровления.

Проблеме гармоничного развития личности уделяли внимание представители античной философии (Платон, Аристотель, Теофраст), христианской антропологии

(И. Влахос, С. М. Зарин, Г. И. Шиманский и др.), психотерапии (К. Леонгард, Э. Фромм, К. Г. Юнг, О. Ф. Лазурский и др.), а также советской (Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн и др.) и современной отечественной психологии (В. И. Абраменко, И. Д. Бех, С. Д. Максименко). Итак, проблема гармонизации личностного развития находится на стыке философии, психологии, психотерапии и духовных учений.

*Целью* данной статьи является теоретический анализ духовно-нравственных основ гармонизации личностного развития, которые базируются на положениях этих парадигм.

Представители античной философии классифицировали характеры личности за уровнем проявления черт на нормальные (гармоничные) и те, что выходят за пределы нормы (Теофраст). Дисгармоничность личностного развития имеет два измерения: количественное (степень отклонения от нормы) и качественное (какая негативная черта доминирует). Результатом гармоничного развития личность обретает гармоничный характер, который проявляется системой нравственных черт и обеспечивают адекватное поведение, что сводит к минимуму социально вредные проявления неуравновешенного темперамента. Этимология слова «гармонизация» означает процесс приведения определенного психического феномена к состоянию гармонии (Аристотель), координации, упорядочение, согласование частей, сведение их к системе, приведению в соответствие к целостной структуре (Пифагор). Гармонизация личностного развития рассматривается как процесс создания устойчивого психологического состояния, устранение негативных психологических качеств, которые препятствуют гармоничным взаимоотношениям (Сократ). Стречнем гармонизации характера выступает овладение нравственно-этической культурой путем усвоения этических норм, развития нравственных добродетелей (честности, справедливости, воздержания, образованности) с целью адаптации к социуму (Эпикур, Сенека). Античная философия дифференцирует духовность и нравствен рассматривая отдельно духовно-религиозное развитие и нравственно-этическую культуру личности. Гармонизация личности сводится к овладению нравственно-этической культурой – способностью мирно сосуществовать с другими людьми. Итак, проблему гармонизации личности античная философия решала сугубо на педагогическом уровне: путем усвоения нравственно-этических норм и деятельных

нравственных добродетелей (честности, справедливости, воздержания, образованности) с целью достижения социальной адаптации человека к конкретным социальным условиям. Этот вывод наталкивает на ассоциацию античной философии с современной системой образования, которое имеет такие же признаки: обретение системы знаний при условии плюрализма духовно-религиозных мировоззренческих основ. Но следует заметить, что отсутствие единого духовно-нравственного мировоззрения, препятствует целостности личности.

В восточных культурах нравственные принципы также играли ведущую роль межличностном взаимодействии членов общества. Так, у давних евреев нравственные нормы основывались на десяти заповедях. Отличительной особенностью нравственного воспитания давних египтян было воспитание любви к природе, к окружению. Нравственное усовершенствование, развитие добродетелей также получило одобрение среди суфиев.

Восточные философии представляют собой совокупность духовных практик созерцания мирового устройства (Лао-цзи, Будда), которые также имеют своим предметом гармонизацию развития личности. Основываясь на ценностях гуманизма (обязанности, справедливости, доверия), идее саморазвития, они направляют личность к осознанию своей духовной сущности, достижению чувства единства с миром (Конфуций) и способствуют обретению состояния преимущественно лишь внешней гармоничности (спокойствия, безмятежности, приподнятого настроения). Однако, данные состояния не выдерживают испытаний жизненными проблемами, которые вынуждают от человека проявления деятельных духовно-нравственных добродетелей: альтруизма, способности к прощению, признанию собственной вины (С. Роуз). Т.е., восточные духовные практики, хотя и помогают развить высшие психологические функции (чувство, воображение, волю), но не решают проблемы глубинной гармонизации характера.

Анализ подходов античной и восточной философии дает возможность констатировать, что обе парадигмы тщательно развивают нравственно-этическую философскую концепцию, однако отбивают нравственную сущность с разных сторон целостного процесса гармонизации личности. Античная философия

предлагает педагогические принципы овладения деятельными нравственными добродетелями (честностью, образованностью, воздержанием), которые помогают человеку социально адаптироваться в обществе. Восточные духовые практики, хотя и помогают развитию определенных психологических функций (чувств, воли, воображения) и приобрести состояние психологического комфорта (покоя, беззаботности, эйфорической радости, любви), однако не решают проблему глубинной гармонизации личности, поскольку оставляют без внимания необходимость целенаправленной борьбы человека с собственным эгоизмом.

Духовно-нравственные факторы гармонизации личностного развития тщательно исследуются в период средневековья в русле христианской антропологии (И. Златоуст, Авва Дорофей и др.) и более современными богословами (И. Брянчанинов, И. Влахос и др.). Единство духа, ума, чувств и воли определяет целостность личности (Феофан Затворник).

Христианская антропология (греч. «учение о человеке») представляет собой систему знаний о человеке с точки зрения божественного замысла о нем – каким должен быть человек в гармоничном состоянии. Эта богословская наука осуществила интеграцию духовно-религиозного учения и философских знаний относительно духовно-нравственных факторов личностного развития. Несмотря на то, что эта богословская наука не употребляет научной терминологии, тем не менее, она тщательно исследует именно психологические закономерности и методы гармонизации духовно-нравственного личностного развития.

Проблема духовно-нравственного развития личности красной нитью проходит сквозь христианскую антропологию и сопряженные с ней дисциплины – нравственное богословие и христианскую аскетику (Макарий Великий, Авва Дорофей, Ефрем Сирийский, Максим Исповедник, Григорий Нисский, Кассин Римлянин и др.). Поскольку святые отцы средневековья редко использовали современную психологическую терминологию, поэтому нами сделана попытка соотнесения научно-психологических и богословских категорий.

Представители христианско-антропологической (патристической) литературы II-XI веков стремились к согласованию библейской, философской терминологии и

психологических знаний. Однако, следует отметить, что полное сопоставление церковнославянских, философских и психологических понятий оказалось практически невозможным, поскольку предмет исследования в разных областях знаний трактовался по-своему. Так, античная философия утверждала, что человек имеет душу и тело, предмет научно-психологических знаний о личности также ограничивается преимущественно психофизиологическим уровнем, а христианская антропология говорит о наличии в составе личности еще и духа - высшего состояния души, которое имеет Божественное качество. Одно не противоречит другому, поскольку святоотеческое учение рассматривает человека как духовное существо.

Итак, христианская антропология рассматривает личность в более интегрированной целостности ее духа, души и тела. Поэтому нам не удалось найти некоторых аналогов христианско-антропологических понятий в современной философско-психологической терминологии. Именно этот факт предопределяет актуальность изучения современной психолого-педагогической наукой бесценного опыта, в частности, духовно-развивающих психологических технологий, представленных в христианской аскетике [5].

Христианская антропология разработала модель структуры личности, которую со временем позаимствовали психология и медицина. Личность состоит из *духа, души и тела*. *Дух* рассматривается как: 1) *высшее Божественное качество, божественная благодать*, преобразующая душу и передающая ей *высшие состояния* (веру, надежду, любовь); 2) это *Божественная Сила* для развития жизни, для сотворчества с Богом; 3) как *всеобщая энергия*, составляющая основу явлений; 4) как *источник психической энергии*, обеспечивающий самосознание, рефлекссию, эмоционально-волевою активность. Духовность – это активность духа. Назначение *духа* – общение с Богом и духовным миром.

Подструктура *души* включает мыслительную часть – *ум* (интеллект, познавательные способности), раздражительную часть – *чувства* (эмоции) и желательную часть – *волю*. К подструктуре *тела* относятся ощущения и восприятия, составляющие область психосоматики. Между духом, душой и телом существует строгая *иерархия*. Тело должно подчиняться душе, душа – духу, дух должен быть

погружен в Бога. Душа через дух восходит к Богу, одухотворяется сама и одухотворяет тело. Сила духа зависит от Божественной силы, сила души над телом – от обладающего ею духа [3]. Так был задуман человек. Пока человек сохранял такую иерархию духа, души и тела, он был гармоничен. Но на заре истории человечества произошла трагедия: совершилось грехопадение (отпадение от Бога). Человек потерял веру в Бога, его дух ослаб и не смог нести ответственность за координацию разума, чувств, воли и тела. После грехопадения иерархия подструктур личности нарушилась: дух, отдалившись от Бога, потерял свою силу и подчинился душе, душа подчинилась телу. Разобщенные силы духа, души и тела перестали быть во власти человека и потеряли точку соединения. Когда иерархия духа, души и тела нарушилась, то ум стал обслуживать эгоистические похоти души и тела, воля стала своенравна, чувства – неудержимы [4]. Естественные потребности человека вышли из-под контроля воли и разума. Грехопадение привело к тому, что свойства души (любовь, вера, милосердие, благость, кротость превратились в самолюбие, безверие, злобу, нетерпимость). Сегодня внутренний мир человека преисполнен беспорядка [3]. В XX веке стало очевидным, что человек – не гармоничное существо, как думали гуманисты, а глубоко противоречивое. Поэтому для духовного исцеления и восстановления иерархии духа, души, тела необходима *духовно-нравственная работа* над собой, иначе склонность ко злу становится непреодолимой.

Психологической основой развития дисгармоний личности выступает эгоизм, который способствует нарушению надлежащей иерархии духа, души и тела (И. Влахос). Основанные на эгоизме, природные потребности человека превращаются в *страсти* – устойчивые деструктивные психологические привычки.

Основой гармоничного развития личности выступает формирование *нравственности* – духовного внутриличностного качества, которое регулирует поведение. Чем отличается мораль от нравственности? *Мораль* – это система внешних общественных норм, регулирующих человеческие взаимоотношения, которые человек может принимать или не принимать. Моральные нормы отражают усредненную систему ценностей того или иного общества. *Нравственность* всегда опирается на духовные ценности и направляет личность к добру. Это духовные

качества, которые регулируют поведение человека, понуждая его поступать по доброй воле, считаясь со свободой и чувствами других людей, в отличие от морали, которая выступает лишь внешним требованием к поведению. Сфера нравственной свободы – когда общечеловеческие требования совпадают с внутренними мотивами человека, это область творчества, переходящего в склонность творить добро.

Психологической единицей нравственности является нравственное чувство – способность к различению добра и зла, что определяет нравственную потребность – стремление к добру и отвращение от зла. Устойчивое нравственное чувство представляет нравственный закон, который направляет волю человека в сторону добра (С. М. Зарин).

Центр внимания переносится с внешних добродетелей на внутреннее состояние человека. Нравственный закон всеобщ как и все физические законы, но к его исполнению человек только *приглашается* на добровольных основаниях. Внутренним нравственным законом является совесть, которая определяется духовными ценностями и нормирует поведение, выполняя функции самоосознания и самоконтроля (Г. И. Шиманский). Неисполнение нравственного закона не упраздняет его, он постоянно даёт о себе знать через проявления *совести*, которая проявляется в чувстве вины за безнравственный поступок и выступает *естественным нравственным законом* личности. Совесть в зависимости от своего состояния нормирует поведение человека, выполняя функции самоосознания и самоконтроля. Она может находиться в следующих состояниях: *благая* (справедливая, искренняя); *неведущая* (слабая); *колеблющаяся* (несознательная); *порочная* (лицемерная); сожженная совесть – отсутствие совести. Функциями совести являются: различение добра и зла; честная рефлексия своих поступков.

Существует три уровня развития нравственного сознания: 1) *нравственность эгоизма* (осуществление внешне нравственных поступков на основе корыстных эгоистичных мотивов: страха наказания, по необходимости, жажды удовольствия, когда действует сознание долженствования); 2) *нравственность симпатии* (нравственные действия по мотивам жалости, сопереживания, привлекательности, любви к конкретному человеку); 3) *высшая нравственность* проявляется в

свободной нравственной деятельности человека, когда он делает добро всем и всегда, поскольку не может поступать иначе, так как цель его жизни – всеобщее универсальное благо, чувство ответственности и свободы [6].

Христианская аскетика детально разработала учение о *страстях* и добродетелях, а также систему методов гармонизации личности в процессе духовно-нравственного развития. Страсть (неконтролируемый аффект) возникает при потере логики и меры удовлетворения естественной потребности. Неподвластные волевой саморегуляции *аффективные мотивы* (страсти) ослепляют человека, не давая ему судить здраво. Отсутствие духовной работы над собой способствует развитию зависимости от страстей.

Каждая страсть имеет противоположную *добродетель* – склонность воли в достижении добра. Нравственное развитие личности заключается в *сознательной борьбе со страстями*. По отношению к страстям люди могут находиться в трёх состояниях: одни служат им; другие сопротивляются страстям, но увлекаются ими; третьи искореняют в себе страсти [3]. Искоренение страстей осуществляется путем *сознательной борьбы* человека со своей страстью и самовоспитанием нравственных добродетелей. Каждой из страстей соотносится в противоположность определенная добродетель: чревоугодию – воздержание, блуду – целомудрие, сребролюбию – милосердие, гневу – кротость, печали – надежда, унынию – терпение, тщеславию – скромность, гордости – смирение (Максим Исповедник). Сознательное овладение человеком системой духовно-нравственных добродетелей определяет гармонизацию личности (Силуан Афонский).

Принципами гармонизации являются следующие: отречение от эгоизма и изменение жизни в сторону нравственной нормы (М. Гурьев), перенесение центра внимания человека с поступков на мысли и чувства (развитие ауторефлексии): самосознание должно отслеживать состояние ума, чувств, воли, не допускать раздвоения мыслей и чувств; в случае навязчивых помыслов следует отвлекать внимание, переключая его на духовное содержание (Ефрем Сирий). В меру духовно-нравственной жизни формируется система нравственных отношений личности: к себе – это самокритичность, скромность, достоинство; к людям – честность, уважение,



забота; к делу – трудолюбие, ответственность; к Богу – доверие, любовь. Нравственно относиться к жизни – означает спокойно воспринимать каждую ситуацию, делая мудрые выводы.

Еще древние греки считали, что душе человека присуще врожденное чувство гармонии. Благодаря тесной связи с телом душа имеет способность гармонизировать тело. Единство духа, души и тела – это путь к гармонии. Идея связи духа, души и тела, их взаимного влияния друг на друга развивалась со времен античной философии и поддерживается современными исследователями психосоматики. Современный российский психотерапевт Д. А. Авдеев говорит о том, что основой дисгармоний характера является дефицит нравственности и незрелость духа. Существует причинно-следственная связь между дефектами нравственной сферы и склонностью к заболеваниям: у тех, кто имеет склонность к зависти, развиваются нервно-психические заболевания; за непомерность в пище развивается ожирение; за унынием следует депрессия; гордость может стать духовной сущностью шизофрении; гнев провоцирует болезни сердечно-сосудистой системы [1]. Отсюда следует, что в основе разных форм болезней лежит «духовная дефектность» – комплекс вредных (основанных на страстях) привычек, являющихся психологическим механизмом запуска дисгармоничного развития личности. А болезни – это вторичное явление.

Психологическим механизмом развития дисгармоний выступает нарушение духовно-нравственной саморегуляции личности (неспособность к нравственному самоконтролю эмоций и поведения), что связано с дефицитом нравственности и самоконтроля. Дефицит нравственности проявляется в эгоцентризме, тщеславии, безответственности. Эмоциональные расстройства выражаются в раздражительности, гневе, неспособности к проявлению духовных чувств (сострадания, заботы, любви). Волевые дисгармонии проявляются в слабости, неумении противостоять соблазнам.

Итак, развитие личностных дисгармоний определяется дефицитом нравственности и самоконтроля (Д. О. Авдеев), несформированностью нравственных отношений (доверия, уважения, альтруизма). Гармонизация личности

осуществляется путем сознательного духовно-нравственного саморазвития (К. В. Зорин, В. К. Невярович). Духовно-нравственные факторы, такие как совесть, честность, ответственность, определяют развитие нравственного самосознания. Гармоничность личностного развития обеспечивается духовной направленностью (Б. С. Братусь, Ф. Ю. Василюк), единством ее ума, чувств и воли (Ф. Затворник), актуализацией высшей потребности в поисках смысла жизни (В. Франкл, Д. О. Леонтьев, Т. М. Титаренко), раскрытием духовного потенциала личности (Э. О. Помиткин, М. В. Савчин), что способствует духовно-нравственной самоактуализации личности (А. Маслоу, Г. О. Балл, И. П. Маноха).

Таким образом, духовно-нравственное развитие личности выступает основой ее гармонизации (В. О. Слободчиков, Л. П. Шеховцова и др).

**ВЫВОДЫ.** Анализ психологического феномена гармонизации личностного развития указывает на междисциплинарный характер данной психологической проблематики, поскольку с позиций философских, христианско-антропологического, психосоматического и других подходов существуют различные детерминанты, позволяющие оптимизировать личностное развитие на психологическом уровне.

Поэтому современные психологи должны уметь рассматривать каждый психологический феномен с разных методологических позиций, четко определяя среди них ту, которая наиболее соотносится с их мировоззренческими установками.

Следует отметить, что на современном этапе развития психологии психологические механизмы и закономерности гармонизации личности окончательно не изучены. Методологические основы и практические методы ее гармонизации также разработаны недостаточно. Сегодня существует необходимость осовременивания исследований психологического феномена гармонизации личности, введения к тезаурусу проблемы таких новых понятий как: погружение личности в виртуальное общение, медиа-пространство, ренессанс в обращении к духовно-религиозным основам.

Резюмируя сказанное, обозначим нашу психолого-методологическую позицию как *духовно-нравственный подход*, который опирается на христианскую антропологию

и дает четкое представление о гармонизации личности методом духовно-нравственного самоусовершенствования (борьбы со страстями, развитием добродетелей).

Гармоничная личность представляет собой целостную иерархическую систему подструктур духа, души и тела, что обеспечивает духовно-нравственную саморегуляцию и определяет уравновешенность, нравственную силу личности, конструктивность взаимоотношений человека. Поэтому основной задачей гармонизации характера является развитие духовно-нравственной саморегуляции – способности управлять своими эмоциями и действиями, руководствуясь нравственными императивами: сохранения мира, любви, взаимоуважения. Первым шагом является осознание своих страстей и развитие мотивации работы над собой. Вторым – избегать страстей (чревоугодия, блуда, праздности, гнева, сребролюбия, печали, уныния, гордости, тщеславия др.). Третьим – стремиться к самовоспитанию умеренности, терпения, смирения, доверия Богу. Гармоничными чертами являются мягкость, спокойствие, терпеливость, доброта, мирное состояние души.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Авдеев Д.А. Нервность: ее духовные причины и проявления / Д. А. Авдеев. 6-е изд. – М.: «МБЦ Серафима Саровского», «Омега», 2009. – 320 с.
2. Архимандрит Лазарь. Душе, отягощенной духом уныния. – М.: Изд-во Братства Филарета Московского, 2000. – 118 с.
3. Архимандрит Платон (Игумнов). Православное нравственное богословие. – М.: Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1994.– 187 с.
4. Павлык Н. В. Духовно-нравственные основы гармонизации характера молодежи с позиции христианской антропологии / Н. В. Павлык // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – М., 2014. – № 1 (60). – Ч.II. – С. 216–220.
5. Павлик Н. В. Психологія гармонізації характеру в юнацькому віці : автореф. дис. ... докт. психол. наук : 19.00.07 / Наталія Василвна Павлик. – К., 2017. – 43 с.
6. Фаворов Н. Очерки нравственного православно-христианского учения. – К., 1889. – 222 с.