

А.С. ПРЫГУНКОВА
(Волгоград)

ФИЛОСОФСКИЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Рассматриваются концепции здоровья и философские подходы к решению проблемы здоровья: общий гносеологический и общий философско-системный. Раскрывается понятие философия здоровья с позиций медицинского, социально-антропологического подходов, теории биологических систем, анализируется индивидуально-личностный фактор формирования, сохранения и укрепления здоровья человека, актуализируется его моральная ответственность за свое здоровье. Здоровье человека с позиции философии здоровья рассматривается как многоуровневая система, включающая физический, социальный, личный, духовный уровни. Дается авторское определение духовного здоровья.

Ключевые слова: *здоровье, философия здоровья, коэффициент резерва, теория биологических систем, духовное здоровье.*

Областью наших интересов является философское обоснование духовного здоровья человека и общества, а так же разработка на этой основе системы формирования, сохранения и укрепления общественного здоровья. Одними из важнейших проблем современного общества являются проблемы качества жизни, здоровья и здорового образа жизни. Проблема здоровья впервые была обозначена философами Античности, которые видели ее решение в развитии личности. Тема здоровья остается актуальной: человек – открытая, саморегулирующаяся и самообновляющаяся система. Одним из способов постижения человека является изучение его образа жизни – формы жизнедеятельности, отражающей во внешних проявлениях и атрибутах психическое и духовное в нем. В настоящее время человек связывает значение здоровья с возможностью самореализации и эффективной, успешной социализацией, что соответствует особенностям современного этапа развития общества [1].

Наличие достаточно большого количества определений здоровья, которые на основе различных подходов пытаются раскрыть его разнообразные стороны, еще раз подтверждают то, что мы имеем дело со сложным явлением, объектом познания. Учитывая, что здоровье, безусловно, является одним из основополагающих понятий медицины, этот плюрализм не способствует взаимопониманию, как теоретиков, так и практиков медицины, а также ученых, работающих в других областях знания [5].

Общий гносеологический подход философии к решению проблемы здоровья в противовес и в дополнение к чисто эмпирическому пути, которым в настоящее время идет медицина, позволяет упростить ориентацию среди известных способов и средств, облегчить поиск новых путей профилактики болезней, а также методов и средств здорового образа жизни. Указанный подход достаточно интерпретирован с помощью хорошо коррелирующихся с философским подходом таких общих теорий, как синергетика и общая теория систем, в частности, теория замкнутой системы.

Использование общего философско-системного подхода позволяет объединить, систематизировать и структурировать имеющийся богатейший эмпирический материал и повысить эффективность его использования. Для построения целостной философии человека в настоящее время необходима разработка новой области научного знания – философии здоровья. В процессе осмысления сложной природы человека эта проблема остается непреходяще актуальной, несмотря на ее фундаментальную проработку медициной, физиологией, биологией, генетикой. Так, медицина в процессе познания человека опиралась на его природные основы, вписывая его в единую земную биологическую систему. Действительно, начиная с рождения, и в ходе онтогенеза прослеживается связь человека с животным миром: человек в процессе жизнедеятельности проходит естественный, биологический путь развития. Согласно медицинским подходам, уровень здоровья ребенка определяется по конкретным антропометрическим параметрам, показателям состояния кожных покровов и внутренних органов, функциональным критериям, проявлению естественных реакций. В этой логике здоровье понимается как отсутствие болезней (какой-то иной патологии) и нормальное функционирование всех систем человеческого организма. Этот медицинский подход, который сформировался более двух тысяч лет назад.

Недостаточность этого определения выявляется при дальнейшем анализе показателей физического и психического развития ожидаемого и родившегося ребенка. В обеспеченной и благополучной семье будущая мать имеет возможность правильно и полноценно питаться, наблюдаться у высококвалифицированных специалистов, осуществлять качественный уход за новорожденным и создавать условия для оптимального физического, психического, социального развития ребенка, способствуя тому, чтобы дети с рождения и все члены семьи вели здоровый образ жизни. В нуждающейся семье отсутствие средств для организации нормального питания, медицинского обследования будущей мамы и ребенка пагубно сказывается на их здоровье. При этом неминуемы социальные последствия – противоположная социальная значимость детей из благополучных и бедных семей. Известно, что уже к трем годам ребенок приобретает основные социальные качества – способность познавать окружающий мир, овладевает языком общения, проявляет определенные желания, потребности.

В приведенных случаях у детей по-разному развиваются способности и удовлетворяются потребности. Из необустроенного детства выходят дети с отставанием развития, с проблемами со здоровьем. Следовательно, здоровье – еще и проблема социальная, а не только медицинская [2].

В рамках теории биологических систем понятие здоровья рассматривается Н.А. Амосовым как сумма резервных мощностей основных функциональных систем организма. В понятие здоровья фиксируется количество резервных мощностей основных функциональных систем. Дополнительно ученым в научный обиход введено понятие «коэффициент резерва», т.е. максимальное количество функции к ее нормальному уровню покоя. Таким образом, здоровье рассматривается в социально-антропологическом контексте: здоровье – важная цель, которую ставит перед собой человек, для ее достижения важны условия, мотивы, средства, время, необходимые и случайные факторы ее достижения. Главный вывод ученого в итоге эксперимента по поддержанию своего и чужого здоровья: здоровье нужно добывать самому.

Следовательно, индивидуально-личностный фактор формирования, сохранения и укрепления здоровья неизбежно обращает нас к философии. Человек, субъект собственного здоровья, творит свое здоровье сам, опираясь на три главных источника: собственную биологическую природу и окружающую природную среду, социальные условия и индивидуальный жизненный путь, свой личный творческий путь к здоровью. Природные, биологические, социальные и индивидуальные источники и параметры здоровья проявляют себя во взаимодействии, противоречивом единстве, т.к. в разные моменты развития человека проявляется взаимосвязь биологического и социального в сочетании с многообразием индивидуальных проявлений человека [Там же].

Философия здоровья – очень важная часть общей философии жизни, которая есть у любого человека. Стремление быть здоровым, заботиться о себе помогает находить конструктивные и реалистичные способы разрешения противоречий, которые и составляют основу бытия любого человека. Это необходимое условие полноценной, насыщенной, счастливой человеческой жизни.

Здоровье человека с позиции философии здоровья рассматривается как многоуровневая система. Все начинается с физического уровня организации данной системы. На этом уровне необходимо осознать тот факт, что человек способен самостоятельно управлять собственным физическим существованием, способствовать гармоничному развитию, стремиться к формированию, сохранению и укреплению своего физического здоровья.

Быть здоровым на социальном уровне означает способность к бесконфликтному общению, толерантности, отсутствию ксенофобии. Человек, заботящийся не только о собственном здоровье, но и о здоровье окружающих стремится к отношениям, в которых взаимность предусматривает динамичные и согласованные формы взаимодействия.

На личном уровне здоровье человека характеризуется осознанием того, что именно он является центром равновесия собственного мира. Такой человек не только претендует на ответственность за

свою собственную жизнь, здоровье и жизнь окружающих и будущих поколений, но и, действительно, принимает на себя весь груз этой экзистенциальной ответственности, поэтому он и существует вне власти физических и социальных детерминант.

На духовном уровне здоровье означает понимание человеческого существования в более широком смысле, где человек устойчив в качестве центра тяжести Вселенной, которая намного более пространственно протяженна, чем это возможно для любого индивида. Благодаря такому подходу, бытие обретает смысл, а любые существующие и вновь возникающие затруднения и дилеммы разрешаются позитивно, конструктивно, без ущерба для собственного здоровья и здоровья окружающих [3]. Анализ литературных источников позволил нам определить духовное здоровье как систему, характеризующую психическое состояние человека. Духовное здоровье, на наш взгляд, связано с освоением творческого пласта духовного мира человека, общества.

Понятием «социальное здоровье» может быть обозначен комплекс общественных отношений, связанных с развитием человеческого общества в целом и составляющих его социальных групп и индивидуумов, где происходит удовлетворение не только витальных, но и духовных потребностей людей, там и осуществляется процесс воспроизводства социальной, духовной жизни и социальных субъектов, реализуются права и интересы человека. В данном контексте понятие «социальное здоровье» обретает смысл и ценностное содержание [4].

Целостность природы человеческого здоровья выступает важной регулятивной идеей, которая организует и ориентирует в настоящее время научный поиск, формирует не только общую систему отсчета для конкретного естественно-научного анализа, но и задает одно из главных направлений духовного мировоззрения и культурного синтеза современности. Принципиальная особенность духовной жизни заключается в том, что она постепенно переносит акцент в решении основополагающих проблем здоровья с чисто медицинских подходов, при которых человек выступает пассивным потребителем медицинских услуг, на самого человека, его моральную ответственность за свое здоровье в мире [Там же].

Духовная культура является основой для духовного здоровья населения и находится с ним в тесной связи. Ведь показателем состояния духовного здоровья является уровень сформированности духовной культуры. Духовное здоровье предполагает восхождение на уровень осознания ценности здоровья не только для себя, но и для общества и последующих поколений.

Такой подход как никогда актуален в настоящее время, поскольку многие страны сегодня озабочены разработкой эффективных программ управления демографической ситуацией при росте или дефиците рождаемости. Наша страна при очень низкой рождаемости занимает одно из первых мест по числу абортотворцев [2]. Для охраны общественного здоровья граждан необходимо активизировать профилактическую работу с группами риска обоих полов по борьбе с наркоманией, алкоголизмом, токсикоманией, организовать подготовку специалистов по профилактике социально опасных заболеваний и утверждению норм здорового образа жизни.

В восстановлении ответственного, нравственного отношения к здоровью женщин и мужчин существенную роль играет реставрация семейных ценностей, среди которых приоритетное положение всегда занимало здоровье. В системе современного образования и воспитания требуется больше внимания уделять специфике женского и мужского начал в охране здоровья, утверждению здорового образа жизни и базовых семейных ценностей [3].

Таким образом, философский уровень осмысления проблемы индивидуального и социального здоровья позволяет не только структурировать его с позиций законов диалектики, но и наметить пути оздоровления человека и общества, руководствуясь всеобщими законами развития.

Литература

1. Губина Т., Землянская А. Социально-философские аспекты здоровья и сфера его влияния в современном обществе. URL: <http://medconfer.com/node/3144>.
2. Кукьян В.Н. Философская азбука здоровья // учеб. пособ. для студентов сельскохозяйственных вузов. Пермь, 2011. URL: <http://reftrend.ru/1131638.html> <http://reftrend.ru/1131638.html>.
3. Кучинская А. Философия здоровья. URL: <http://dialogpsy.com/?p=11447>.
4. Шаповалов В.Ф. Социальный смысл любви // Философия и общество. Вып. №2(62). 2011. URL: <http://www.socionauki.ru/journal/articles/150076/>.
5. Шевченко Ю.Л. Философия медицины, 2004. URL: <http://referati.me/filosofiya-nauki-knigi/teoreticheskiy-analiz-kontseptsiy-zdorovya-15931.html>.

Рекомендовано к публикации:

С.Ю. Федосеева, кандидат педагогических наук, доцент