

*точном уровне осознания студентами способа решения задач, неспособности продумывать последовательность своих действий, навыках решения задач путем „проб и ошибок”.*

**Ключевые слова:** *теоретическое мышление, внутренний план действий (ВПД), планирование, знаково-символическая деятельность, моделирование.*

*The article discusses the experimental data that refer to the development level of planning as a component of future chemistry teachers' theoretical thinking. We speak of the following components planning in its functional aspect: mental ability of coming up with possible and relevant actions in tackling the chemistry sums, ability and skills of correlating the actions and statements of problems. The methodology of studying the function of planning is described. The achieved results reveal the deficit in students' comprehending the ways of solving the sums, their inability of mental modeling their actions as well as the tendency towards solving the problems by intuition that results into a high error-ratio.*

**Key words:** *theoretical thinking, inner plan of actions (IPA), planning, sign-symbolic activity, modeling.*

УДК 159.9

**С.І. Болтівець**

## **КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ПСИХОГІГІЄНИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦІВ ЛЮДИНОЗНАВЧИХ ПРОФЕСІЙ**

Концепція розвитку психогігієнічної професійної компетентності фахівців професій типу „людина-людина” має на меті утворення певного завершеного соціально-психологічного результату як явища здійснюваного процесу, необхідні умови для якого створює викладання курсів нормативних психолого-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах - „Основи психології”, „Психологія”, „Основи психології і педагогіки” та інших споріднених навчальних курсів. [Болюбаш, 1997].

Історична відмінність суспільно-гуманітарного розвитку різних державних утворень, визначених австралійським психотерапевтом Є.Л. Гливою як дві протилежності – «вільний світ» і «СРСР» [Максименко, 2006] призвела до необхідності врахування теоретично обґрунтованих і практично упроваджених моделей розвитку психогігієнічної професійної компетентності майбутніх фахівців, ефективно застосовуваних у навчальних закладах країн, за Є. Гливою, «вільного світу», починаючи з першої половини ХХ століття.

За визначенням Л.Л. Рохліна, «психогігієна досить широко утверджується як самостійний предмет у вищій медичній школі (зокрема, у вищій медичній школі США і Канади, на становлення якої вплинула Міжнародна асоціація з психогігієни, заснована у 1910 році на першій конференції психіатрів США і Канади. – Прим. С.І. Болтівця). Якщо вперше

викладання її (психогігієни – Прим. С.І. Болтівця) було введено у 1915 році в університеті Говард США, то за довідкою, одержаною нами нещодавно через А.Майєра, – в 1930-31рр., за даними Американського національного комітету психогігієни, викладання психогігієни було поставлене в 303 коледжах, в програмах яких було 932 навчальні курси, які мали відношення до психічної гігієни. В педагогічних навчальних закладах, за даними Бенсона, психогігієна як самостійний курс, що проводиться регулярно, поставлена в 52 педагогічних закладах. Вкажемо на підручники з психогігієни, які нещодавно вийшли у Франції – Пате, в Австрії – Странський, в Америці – великий підручник Бланхард і Говерс та ін.» [Рохлин, 1935].

Якщо у «вільному світі» – США викладання психогігієни у вищому навчальному закладі було започатковано у 1915 році, то в СРСР у 1925 році в Інституті трудящих Сходу було відкрито кабінет психогігієни, що мав на меті здійснювати раціоналізацію навчання та психогігієнічного виховання студентської молоді у її розумовій праці й відпочинку, а також – покласти початок роботи таких кабінетів в інших вищих навчальних закладах.

Зважаючи на ці відмінності у підходах до розвитку психогігієнічної професійної компетентності майбутніх фахівців професій типу „людина-людина”, притаманних «вільному» й «посттоталітарному» світам, з їх неспівмірною диспропорцією значень самопізнання людини, особливо в юному і молодому віці, сучасні заходи оволодіння психогігієнічними компетенціями мають ґрунтуватись на використанні змісту вже названих нами психологічних курсів.

Так, методологічна парадигма розвитку психіки в онтогенезі, теоретично обґрунтована С.Д.Максименком у циклі генетично-психологічних досліджень [Максименко, 2006; 2002; 2000; 2010] і представлена в підручниках і посібниках із загальної, медичної, експериментальної психології, психології особистості, патопсихології [Максименко, 2004; 2005; 2007; 2008; 2010; 2010], охоплює важливу властивість розвитку людини, якому притаманне «виникнення якісно нових психічних новоутворень і перехід психологічної системи на новий рівень функціонування» [Максименко, 2002]. Універсальність зазначеної властивості полягає в тому, що онтогенетичний, тобто ціложиттєвий розвиток психіки, як встановлено дослідженнями генези здійснення особистості, здійсненим С.Д.Максименком, за наявності вихідної одиниці будь-якого соціального – взаємодії – „визначає *початок руху нової особистості* [Максименко, 2006]. Цим самим розвиток психічного у філогенезі значною мірою відтворюватиме понятійно-мовленнєві категорії, генеза яких охоплює усвідомлені попередніми поколіннями значення, і водночас детермінуватиме пізнавальні прагнення до відновлення повномірності їх семантичної значущості в актуальній свідомості людини. Цим самим розвиток психогігієнічної професійної компетентності фахівців професій типу „людина-людина”, з одного боку, ґрунтується на цих психологічних закономірностях, а з іншого – містить у собі імператив визначення, початку, ініціації нових значень, а отже – й удосконалення особистісного саморуку фахових людинознавців.

У зв'язку з цим, як свідчать дослідження В.В. Андрієвської, винятково важливою як у сучасних умовах, так і дедалі більше – в майбутньому, – постає мовно-мовленнева компетентність психолога(лікаря, учителя, соціального працівника. - Прим.автора), що окреслює межі, в яких суб'єкт може досягати конкретних комунікативних цілей, враховуючи наведені дані про те, що „порівнюючи одних і тих же самих індивідів у віці 12, 18 і 30 років, [Е. Гарке (E. Harke). – Прим. автора], виявив, що мовно-мисленневі можливості людської діяльності в зрілому віці зростають” [Андрієвська, 2010], „за даними Д. Бромлі (D.Bromley), оптимум вербальних функцій в онтогенезі людини взагалі досягається біля 40 років” [Там само], а також те, що „комунікативна компетентність не успадковується, а набувається індивідом, формується у нього в результаті взаємодії із соціальним середовищем, в процесі соціалізації особистості” [Андрієвська, 2010]. Виходячи з цього, комунікативна і мовно-мовленнева компетентність фахівця професії типу „людина-людина” може бути реалізована лише у поєднанні, яке відповідає соціальним запитам, втіленим у формі конкретних ситуацій і соціального досвіду носіїв мови, які спрямовані на оволодіння особистістю своєю людською сутністю.

Цим самим особистість педагога є засобом психогігієнічного впливу на учнів та вихованців, що зумовлює необхідність постійного руху до набуття ним нових вимірів особистісної досконалості. На це спрямовані також і очікування суспільств, ям прагнуть вбачати в педагогічних, медичних та інших людиноорієнтованих фахівцях реальне втілення ідеалів відповідного народу. На цьому особливо наголошують сучасні українські дослідники І.Д. Зверева, Л.Г. Коваль і С.Р. Хлебик: «Одна з центральних ідей народної педагогіки – ідея досконалої людини. В цьому образі створюється своєрідний ідеал людини, який вбирає в себе всі кращі риси особистості. Водночас – це кінцева мета виховання й самовиховання кожного члена суспільства» [Коваль, 1997].

Довіра суспільства до педагогічних і медичних працівників значною мірою визначається якістю їхньої освітньо-кваліфікаційного підготовки. Педагоги й лікарі прямо або опосередковано здійснюють психогігієнічний вплив на доросле населення, включаючи фахівців інших спеціальностей.

Учитель для суспільства – уособлення мудрості й моралі, лікар – культури здоров'я та здорового способу життя.

На початку ХХ століття Ф.Д. Забугіним були сформульовані психогігієнічні показання для педагогічної професії, які не втратили своєї актуальності і нині. Враховуючи необхідність їх цілісного розгляду та малодоступність джерела, вважаємо за доцільне повернення до наукового обігу їх основного змісту:

«Фізичні якості: гарне, міцне здоров'я, особлива витривалість нервово-психічної сфери; достатньо гучний, витривалий голос, що має властивість не стомлюватись, не змінювати тембру і висоти.

Психофізичні якості: бажана точність і рівномірність рухів, здатність до розбірливого мовлення, не дуже швидкого, з умінням пристосуватись до

особливостей сприймального апарату учнів групи, уміння точно виражати свої почуття й уявлення шляхом жестів, міміки й змінювання голосових засобів.

У галузі почуттів: важливо вміти вгамовувати будь-який мимовільний рух, особливо пов'язаний з негативними емоціями, які викликаються групою як подразником. Педагог повинен вміти добре розрізняти барви, диференціювати шуми, розрізняти найменші коливання температури шкільної атмосфери.

У галузі інтелектуально-вольовій повинен володіти активною увагою, з великим обсягом, з умінням зосереджувати увагу на одному предметі, не відволікаючись навколишніми враженнями, але й умінням також, коли це необхідно у педагогічному процесі, зосереджувати увагу одразу на декількох предметах; великою опірністю до навіювання та відсутністю здатності до автоматизму. Сприймання повинне відрізнятися швидкістю й багатоманітністю. Утримування сприйнятого – тривале, правильне й широке; особливо бажана висока здатність запам'ятовувати обличчя, неопосередковані (абстрактні) знаки й символи (пам'ять на імена, числа, букви і т.д.).

Відтворення повинно бути точне й швидке. Уміння спостерігати поведінку дітей і швидко комбінувати, тобто пов'язувати думки й уявлення, Причому комбінації повинні відзначатись доцільністю, широтою суджень і оригінальністю. Повинна бути ясно виражена здатність до абстракції. Фантазія жвава, зі схильністю до творчості. Зовсім педагог не повинен мати жодної з форм збудливості нервово-психічної сфери і не повинен виявляти негативних емоцій (він повинен вміти вгамовувати гнів, чутливість до болю і нестатків, шумів, запахів, схильність до швидкої зміни настрою, збентеження у незвичних або урочистих випадках і втрату душевної рівноваги). Йому повинно бути властиве переважання приємних почуттів і настроїв. Максимум його інтересів повинен бути спрямований на природу, дітей і суспільні питання. Володіючи здатністю до підлеглості (дисципліна), він повинен володіти здатністю до співробітництва (колективізм) і швидкої орієнтації в чужих і нових умовах, бути енергійним і послідовним. Темп його роботи швидкий, без ознак втоми, з умінням використовувати вправи» [Забугин, 1928].

У наведених психогігієнічних вимогах до особистості педагога відображені базові властивості, що визначають професійну позицію педагогічного працівника щодо збереження та зміцнення як власного психічного здоров'я, так і психічного здоров'я учнів і вихованців. До них належить міцне здоров'я педагога, яке має здатність до тривалого контролю за власною психічною діяльністю як інструментом педагогічного впливу, позитивна її спрямованість та необхідна для цього активність.

Слід відзначити, що педагог уособлює в собі властивості ідеалу, який суспільство прагне втілити у виховній нормі. Тому психологічна самоорганізація особистості педагога виступає еталоном і зразком для сприймання та відтворення у психічній діяльності дітей, підлітків, юнаків та є орієнтиром для дорослих. Не тільки група учнів, як справедливо відзначає Ф.Д. Забугін, виступає подразником, але й сам учитель, вихователь, інший

педагогічний працівник є для учнів потужним психогенним чинником, від психічної культури якого (психологічної патриці) залежить формування системи як усвідомлених, так і підсвідомих та несвідомих психічних дій, образів, способів діяльності (психологічні матриці вчинків).

Український педагог С.В. Васильченко відобразив цю взаємозалежність у такому прикладі: «Учити творчості можуть тільки творці – і за вчителів кличте в школи поетів і художників слова: Шевченка, Вовчка, Квітку, Коцюбинського, Стефаника ... Народну пісню...» [Васильченко, 1989].

Отже, підготовки педагога до здійснення творчої педагогічної дії ґрунтується на двовимірності:

- духовного змісту культури нації, виховний ідеал якої уособлює в собі педагог;

- цілісного знання індивідууму-особистості дитини й передбачення шляхів природного набуття нею власної індивідуальності.

Психогігієнічний підхід, що передбачає формування психічної культури особистості фахівців професій типу „людина-людина” і її опосередкування у виховній та освітній нормі, включає в себе засоби попередження і подолання семантичної невизначеності, яка, замість активізації енергетичних можливостей людини і їх зосередження на значущій для особистості й суспільства меті, розпорошує їх, створюючи умови для втрати цілості сенсу і взаємозіткнення життєво важливих для особистості значень. Порушення точності в слові, яке є звуковою та зоровою матеріалізацією психічного, створює передумови для особистісних дисгармоній, що відповідно позначаються на динаміці пізнавальної процесуальності.

Тому в найбільш загальному значенні психологічно обґрунтованим є вживання понять **удосконалення вчителя, лікаря, фахівця професії типу „людина-людина”** як визначення набуття ним (ними) досконалості, **фахове вдосконалення вчителів, лікарів, фахівців професій типу «людина-людина»**, яке передбачає цим самим їх людинознавче підготування або спеціалізування, оскільки їхнім фахом є насамперед знання людини. Заохочувально-спонукальний механізм освітньої процесуальності в системі фахового вдосконалення фахівців професій типу „людина-людина” полягає в реалізації таких основних принципів:

- удосконалення професійної компетентності фахівців професій типу „людина-людина” становить собою цілість у загальнонаціональній системі освітнього зростання спеціалістів;

- розвиток професійної компетентності фахівців професій типу „людина-людина” можливий в умовах постійного особистісного вдосконалення, поєднаного з освітньо-кваліфікаційним вивищенням їхньої професійної людиноорієнтованої освіти;

- здобуття фахівцями професій типу „людина-людина” нових освітньо-кваліфікаційних рівнів на основі базових, розширення спеціалізацій, що передбачає оволодіння додатковими спеціальностями й кваліфікаціями, неперестанне навчання фахівців визначає перспективи розвитку психічної

культури особистості кожної людини як джерела духовної та матеріальної культури суспільства в цілому.

Людинознавча спеціалізація фахівців, що здобувають або удосконалюють свою професійну компетентність, несе в собі базальні виміри психогігієнічного знання, яке в процесі професійної діяльності виявляється в таких уміннях:

– усвідомлено здійснювати людиноорієнтований вплив з урахуванням генези психічних станів його суб'єктів, етапів їх онтогенезу, особливостей їхнього психосоматичного розвитку;

– ефективно коригувати й відновлювати неактуалізовані або ослаблені психічні функції, при необхідності узгоджуючи цю роботу з іншими фахівцями професій типу „людина-людина”, необхідними для цього спеціалістами;

– дотримуватись послідовності, наступності, узгодженості у здійсненні психогігієнічних заходів.

Такий підхід дає можливість переорієнтувати професійне самоусвідомлення фахівця професій типу „людина-людина” на формування психогігієнічної Я-концепції, що включає:

1. Оберігання психічного здоров'я та неповторності індивідуальних шляхів самоорганізації психічної діяльності, виявлення психологічних механізмів особистісної креативності.

2. Виправлення (коригування) інтелектуальних, емоційних і вольових вад.

3. Відновлення (реабілітація) ослаблених, неактуалізованих функцій психічної сфери, їх компенсація за рахунок збережених функцій.

Основоположними засадами змісту психогігієнічної компетентності майбутніх фахівців професій типу „людина-людина”, які оволодівають нею у вищих навчальних закладах і вдосконалюють у процесі подальшої фахової діяльності, є розуміння і подальше засадниче використання таких базальних визначень:

1. **Здоров'я психічне** – стан повноцінної психічної діяльності людини, що забезпечує саморегуляцію психофізіологічних функцій організму і самоздійснення особистості в суспільстві.

2. **Психічне здоров'я** кожної людини становить собою індивідуальний взірець психічної діяльності, який в соціально-психологічному вимірі зіставлення та узагальнення індивідуально-типових властивостей психічної діяльності людей набуває значущості референтності у сприйманні людини людиною, що включається як психічна норма певного мікросоціуму, соціального середовища або етносу.

3. **Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ)** визначає 7 компонентів психічного здоров'я: 1) усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного Я; 2) постійність і однаковість переживань в однотипних ситуаціях; 3) критичне ставлення до себе і своєї діяльності; 4) адекватність психічних реакцій впливу середовища; 5) здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; 6) планування власної життєдіяльності і реалізація її; 7) здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин.

4. **Стаття 3 «Презумпція психічного здоров'я» Закону України «Про психіатричну допомогу»** (22.02.2000 р., №1489-III) встановлює, що кожна особа вважається такою, яка не має психічного розладу, доки наявність такого розладу не буде встановлено на підставах та в порядку, передбачених цим Законом та іншими законами України, а встановлення діагнозу психічного захворювання статтею 27 цього Закону віднесено до виключної компетенції лікаря-психіатра або комісії лікарів-психіатрів.

5. **Критерії психічного здоров'я** [Ушаков, 1978]:

- причинна зумовленість психічних явищ, їх необхідність, упорядкованість;
- відповідна віку людини зрілість почуттів;
- максимальне наближення суб'єктивних образів до об'єктів дійсності, що відображаються; гармонія між відображенням обставин дійсності і ставленням людини до них;
- відповідність реакцій (фізичних і психічних) силі і частоті зовнішніх подразників;
- критичний підхід до життєвих обставин;
- здатність до самоскерування поведінки згідно з нормами, що склались в різних колективах;
- адекватність реакцій суспільним обставинам (соціальному середовищу);
- почуття відповідальності за потомство і близьких членів сім'ї;
- почуття постійності й ідентичності переживань за однотипних обставин;
- здатність змінювати спосіб поведінки залежно від змінюваності життєвих ситуацій;
- самоствердження в колективі (суспільстві) без шкоди для решти його членів;
- здатність планувати і здійснювати свій життєвий шлях та ін.

Українські дослідники М.Є. Бачеринов, В.П. Петленко і Є.Л. Щербина визначають психічне здоров'я як такий відносно стійкий стан організму і особистості, який дає змогу людині усвідомлено, враховуючи свої фізичні й психічні можливості, а також навколишні природні та соціальні умови, здійснювати й забезпечувати свої індивідуальні й суспільні (колективні) біологічні та соціальні потреби на основі нормального функціонування психофізичних систем, здорових психосоматичних і соматопсихічних відносин в організмі.

6. **Категорія якості психічного здоров'я** становить собою індивідуальну властивість особистості забезпечувати власну процесуальну цілісність, адекватну внутрішній природі, у взаємодії людини з власною самістю і довкіллям.

7. **Формування особистості**, особистісний розвиток людини в онтогенезі, що здійснюється засобами навчання і виховання, є **процесом утворення певного типу якості психічного здоров'я**, оскільки продуктом і

результатом цього процесу є виробленість певної системи психічної самоорганізації і саморегуляції індивідууму.

8. Якщо мета виховання, включаючи власне учіння і навчання як передачу систематизованого досвіду, й виховні ідеали, обрані за еталон для психічної самоорганізації людини повністю або частково виявляються неадекватними природі індивідууму, особистість, сформована в його парадигмі, зазнає психічної травматизації впродовж подальшого життя. Втрата сформованих властивостей психічної самоорганізації особистості змінює структуру якості психічного здоров'я людини і може зменшувати психологічну захищеність, активність, самооцінку, впевненість у своїх силах, але не є еквівалентом психічного розладу або захворювання. У цих випадках **компенсація втрачених властивостей здійснюється психологічними (корекційними, реабілітаційними, релаксаційними та ін.) та педагогічними (навчальними, виховними), а не медикаментозними засобами.**

9. **Найбільшу цінність мають такі універсальні форми і взірці психічної самоорганізації**, які, трансформуючись протягом людського життя, не втрачаються, а передаються як свідомо, так і на рівні підсвідомості молодшим поколінням. Збільшення якості психічного здоров'я, набуття більш високих його рівнів є постійним процесом самовдосконалення, основу якого становить цілісність пізнання себе і світу, оволодіння здатностями саморегуляції власної психічної діяльності і самоздійснення (самореалізації) як самодостатнє втілювання сенсу власної життєдіяльності – свого усвідомленого призначення.

10. **Структурна критеріальність якості психічного здоров'я** об'єднує такі три основні групи показників:

- *індивідуальність* як стан особистісного розвитку, його вираженість, неповторність, гармонійність;
- *активність* як діяльний стан пізнавальних домагань, його спрямованість на розширення когнітивної сфери особистості, сформованість психологічних механізмів витребовування, перерозподілу і утримання інтересу, енергопотенціал;
- *саморегуляція* як стан скоординованості емоційно-вольової сфери, її цілісності, ритмічного функціонування і пластичності.

Ці групи показників виражають наявність максимально узагальнених характеристик якості функціонування психіки. Психодіагностика зазначених властивостей дозволяє встановити наявність і вираженість можливостей психічної сфери до самовідновлення і міжгрупової взаємокомпенсації.

11. **Оцінювання якості психічного здоров'я** за наведеними групами показників включає: 1. Індивідуальність: 1.1 сенсу життєдіяльності; 1.2. само-свідомості; 1.3. духовних запитів і устремлінь; 1.4. людяності; 1.5. альтруїстичності; 1.6. особистісних домагань; 1.7. мислення; 1.8. самоздійснення. 2. Активність: 2.1. пізнавальна; 2.2. пошукова; 2.3. надситуативна; 2.4. соціальна; 2.5. творча; 2.6. проєктивна; 2.7. психомоторна; 2.8. сенсорна. 3. Саморегуляція: 3.1. пластичності; 3.2. ритмічного функціонування; 3.3. емоційно-вольових процесів;



3.4. самооцінки; 3.5. особистісної цілісності; 3.6. діяльності і поведінки; 3.7. активності; 3.8. психічного тону і настрою.

12. **Визначення генералізованих властивостей психічного здоров'я** особистості і напрямків індивідуального саморозвитку за ступенями вираженості від 1 до 7: 1. первинний; 2. наявний; 3. помірний; 4. значний; 5. свосерідний; 6. неповторний; 7. неперевершений (одиничний в досліджуваній популяції).

3 методологічних засад, що визначають функціональність освіти в її значенні для психічного здоров'я людини, найголовнішими є:

- **Розгляд освіти як засобу** опредметнення психічної організації вікового розвитку людини і водночас засобу змістового структурування цієї організації.

- **Визнання самоцінності освіти як засобу** повномірної і якісної реалізації дорослою людиною її життєвих функцій і креативного потенціалу.

- **Виділення природної закономірності** освітньої функції, взаємозверненої до пізнання себе та світу, що є основою адаптивності людини на всіх етапах її онтогенезу.

- **Утворення цілісності** систематизованих значень у взаємозв'язку із способами їх застосування (знань і вмінь) як нормоутворюючої системи, що визначає опредметнений зміст як виховної, так і психічної норми.

- **Врачування достатніх меж** оволодіння освітнім інструментарієм як засобу реалізації власних природних можливостей.

- **Генералізація освітнього змісту**, надання йому універсальної здатності до систематизації і узагальнення значень на протигагу тенденціям локалізації та спеціалізації, які перешкоджають реалізації адаптивного потенціалу, обмежують коло функціонально важливих взаємозв'язків у родинно-суспільному гомеостазі.

- **Освітня процесуальність** є важливим психогігієнічним принципом, що обумовлює дієвість освітньої функції. Здійснення освітньої процесуальності безпосередньо пов'язане із відповідністю або невідповідністю того, що пізнається, природним потребам людини як невід'ємної частини її родинно-суспільного гомеостазу.

Виразеність і адекватна здійснюваність пізнавальних потреб людини протягом усього її життя, включаючи старший вік і вік довгожителства, входить до реалізації психогігієнічного принципу освітньої процесуальності.

Виходячи з наведених методологічних засад, узагальнені уявлення фахівців професій типу „людина-людина” мають бути втілені у сформованій психогігієнічній позиції, яка ґрунтується на таких положеннях:

1. **Ідея здоров'я душі** притаманна культурі нашої цивілізації на всіх етапах її розвитку як засіб самозбереження і розвою духовних та інтелектуальних сил кожної нації і кожної людини. У своєму розвитку вона пододала періоди піднесеного зацікавлення, викликаного тривогою перед психофізичним виродженням, деморалізацією великих соціальних груп і цілих народів, що змінювались на тривалі періоди байдужості і забуття. Та

попри це в своєму індивідуальному житті кожна людина на різному рівні розуміння цієї проблеми винаходила адекватне її самоусвідомленню розв'язання основних питань особистої і соціальної психогієни засобами душевного самоочищення і самозахисту. Ослабленість і неврегульованість психічної діяльності віщувала загрозу її фізичному існуванню.

2. **Індивідуальна соціорегуляція психічного життя** дає людині можливість упевнено оволодівати внутрішнім і зовнішнім світом, привласнюючи собі здатність змінювати природний перебіг процесів відповідно до своїх потреб, бажань і примх. Але її вторгнення до царини збалансованих протилежностей, підтримуваних і врегульованих природою, крім збільшення спрагло жаданих можливостей, поклало на людину й відповідні обов'язки – утримувати й відновлювати стан порушеної природної рівноваги в певних межах, необхідних для збереження людського життя.

3. **Стимульоване суспільними потребами зростання індивідуальних можливостей** людей, що поєднується із зміцненням зв'язків між ними, детермінує віднайдіння особистістю самостійних компенсаторних механізмів підтримання втраченого балансу.

4. **Втілення душевної рівноваги** людини як основи здоров'я її душі в поєднанні з самоусвідомленням власних взаємозв'язків з Вічним і Надсвідомим найбільшого розвою набуває в епохи, позначені активним пізнанням себе, власної генези, своїх людських можливостей.

5. **Освітні виміри психогієни** є основними для корисної участі в житті суспільства і основою для розуміння того, що таке здоров'я, а також для правильного вибору способу життя.

6. **Адаптаційна здатність особистості** до оволодіння духовно-культурними умовами життя власного та іншого етносу виражає один із важливих психогієнічних компонентів оптимуму життєдіяльності людини.

7. **Освіта як психогієнічний фактор** збереження здоров'я передбачає оволодіння людиною – учнем, студентом, фахівцем будь-якої спеціальності – набутоків культури відповідної нації: власної, а також тієї, серед якої вона живе.

8. **Важливим виміром особистої психогієни** є культурно-етнічна самооцінка людини, яка виявляється як у зіткненні з іншими культурами, так і в процесі регуляції власних психічних станів, пов'язаних як із спрямованістю душі, так і в особистісному розвитку від споживання до творення й збагачення набутоків духу, що їх розвиває й оберігає у власній культурі кожний народ.

### Література

1. Болюбаш Я.Я. Організація навчального процесу у вищих закладах освіти / Ярослав Якович Болюбаш. – К.: ВВП «Компас», 1997. – С.7. (Посібник для слухачів закладів підвищення кваліфікації системи вищої освіти).
2. Максименко С.Д., Губко О.Т. Овіяний громовицями епохи / Сергій Дмитрович Максименко, Олексій Тимофійович Губко //Євген Глива.

Онтологічний образ людини в творчості Григорія Сковороди. – К.: Видавництво ТОВ «КММ», 2006. – 256 с.

3. Рохлин Л.Л. Итоги работы и задачи психогигиены в СССР /Л.Л. Рохлин // Труды первого Украинского съезда невропатологов и психиатров. Харків: Видавництво Української психоневрологічної академії, 1935. – С. 574.

4. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості/Сергій Дмитрович Максименко.- К.: Видавництво ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.

5. Максименко С.Д. Розвиток психіки в онтогенезі: (В 2-х т.) //Сергій Дмитрович Максименко.- К.: Форум, 2002. – Т.- 1. – 320 с.

6. Максименко С.Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития в психологии):[монографія]/Сергей Дмитриевич Максименко. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 2000. – 320 с.

7. Максименко С.Д. Загальна психологія: підручник /С.Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2004. – 704 с.

8. Максименко С.Д. General Psychology. Загальна психологія: навчальний посібник (англ. мовою)/ С.Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2005.

9. Максименко С.Д., Папуча М.В. Психологія особистості: підручник для студентів вищих навч. закладів/ С.Д. Максименко, М.В. Папуча. – К.: «КММ», 2007. – 296.

10. Максименко С.Д., Носенко Е.Л. Експериментальна психологія: підручник для студентів/ С.Д. Максименко, Е.Л. Носенко. – К.: Центр початкової літератури, 2008. – 360 с.

11. Максименко С.Д. Психологічні механізми зародження, становлення та здійснення особистості/ Віктор Васильович Клименко, Анатолій Володимирович Толстоухов. – К.: Видавництво Європейського університету, 2010. – 152 с.

12. Андрієвська В.В. Мова й мовлення в структурі професійної компетентності психолога/Вікторія Вікторівна Андрієвська// Наукові записки Інституту психології імені Г.С.Костюка Національної АПН України/За ред. академіка С.Д. Максименка. – К.: Ніка-Центр, 2010. – Вип.38. – 392 с.

13. Максименко С.Д. Медична психологія / С.Д. Максименко, І.А. Коваль, М.В. Папуча. – К.: Нова книга, 2010. – 515 с.

14. Патопсихологія / С.Д. Максименко, А.П. Чуприков, Є.М. Прокопович, І.В. Рожкова, С.О. Лобанів. – К.: КММ, 2010. – 208 с.

15. Коваль Л.Г., Зверева І.Д., Хлебик С.Р. Соціальна педагогіка: Навч. посіб. – К.: ІЗМН, 1997. – 392 с.

16. Забугин Ф.Д. Труд педагога и требования психогигиены // Педагогическая квалификация. – 1928. – №4-5. – С. 9-18.

17. Васильченко С. // Розумне, добре, вічне...: Думки про виховання та навчання /Упор. та авт. передм. В.Я. Неділько. – К.: Молодь, 1989. – С. 92.

18. Ушаков Г.К. Пограничные нервно-психические расстройства. – М.: Медицина, 1978. – 400 с.