

4. Большой энциклопедический словарь / Под ред. А. М. Прохорова. - М.: БРЭ - СПб.: Неринг, 1998.
5. Деркач А. А. Проблема смысла жизни // Вопросы психологии. - 1999. - №1. - С. 119-123.
6. Каменский А. М., Смирнова З. Ю. Внеурочные технологии как альтернативные формы образования (практическое пособие). - М.: Сентябрь, 2006.
7. Каменский А. М. Психологические проблемы учебно-воспитательного процесса на уроках физики. - СПб, 1996.
8. Каменский А. М. Психолого-педагогическая поддержка в школе индивидуального развития. - СПб.: ЛГОУ им. А. С. Пушкина, 2002.
9. Кнебель М. О. Поэзия педагогики. - М.: ВТО, 1984.
10. Кузьмина Н. В. Предмет акмеологии. - СПб., 1995.
11. Региональная акмеологическая служба в системе образования. / А. М. Каменский, Ю. А. Гагин, А. А. Реан. Мат-лы для работников образования. - СПб.: БПА, 1995.
12. Школа индивидуального развития как основа образовательной среды жилого квартала. Сборник трудов / Сост. Ю. А. Гагин, Н. В. Зорская, А. М. Каменский. - СПб.: РУНО, 1994.



Н. Н. Букина (г. Санкт-Петербург)

РАЗВИТИЕ ИДЕЙ Б. Г. АНАНЬЕВА О ФОРМИРОВАНИИ ТРУДОСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

И зучая проблему взаимосвязи труда, познания и общения в индивидуальном развитии человека, Б. Г. Ананьев рассматривал систему отношений человека к природе, обществу, людям и самому себе. Особое место в этой системе занимает отношение к труду – практической деятельности, посредством которой человек не только приспосабливается к окружающей среде, но и сам воздействует на природу, удовлетворяя свои нужды и потребности общества. «Эта преобразующая мощь трудового воздействия людей на природу осознается в различных формах творческой деятельности человека, но общим для этих форм является субъективное отношение к труду как главной ценности, образующей внутренний мир человека. С этой ценностью связано развитие личности как деятеля – производителя материальных и духовных благ для общества, для других людей, основной круг интересов, привязанностей и вкусов, реализованных идеалов и склонностей, то есть самых существенных мо-

тивов поведения человека» [1, с. 175]. Потеря с возрастом смысла или возможности трудиться приводит, по выражению ученого, к «психологической драме старости». При этом причиной дезинтеграции личности является не только само по себе прекращение систематического труда, но и постепенное разрушение в сознании человека главной ценности – переживания труда как блага, как субъективного творческого отношения человека к окружающему миру.

Сегодня в силу ряда причин подобная «психологическая драма», связанная с потерей смысла нормальной трудовой деятельности, превратилась в социальную проблему, касающуюся людей зрелого возраста. Подвержена этой социальной болезни и молодежь, что самое страшное, поскольку это касается будущего России, ставит под угрозу позитивное развитие страны.

В целях поиска конструктивных решений проанализируем сложившуюся ситуацию, так сказать, «изнутри», с пози-

ции отдельно взятого человека. В периоды резкой смены социально-экономических условий жизни от людей требуются новые модели поведения, другой стиль действий. Нарботанный прошлыми поколениями опыт социальной адаптации стремительно обесценивается. Не успевая осмыслить, понять суть происходящих изменений, человек оказывается вынужденным действовать «на ощупь», зачастую наугад. Собственного опыта оказывается недостаточно, а чужие примеры и устаревшие стереотипы только усиливают личностную дезинтеграцию.

В результате некоторые люди годами переживают хронический стресс, теряют здоровье, попадают в «ловушки» разного рода предприимчивых дельцов. Другие укрываются от травмирующей реальности в мир иллюзорных, виртуальных развлечений, богатый выбор которых предлагает современная игровая индустрия.

Но тем, кто не хочет отдавать свою жизнь в чужие руки, кто заботится о своем будущем, о будущем своих детей, необходимо помогать, поскольку общество объективно заинтересовано в преодолении негативных социальных явлений, в поиске эффективных средств для этого. На наш взгляд, наиболее перспективным является не борьба с последствиями социальных тенденций, а оказание своевременной (различной и адресной) помощи населению в самоопределении на каждом возрастном этапе, в развитии способности каждого человека к противостоянию негативным влияниям социума, к повышению его собственной индивидуальной стрессоустойчивости.

Особую роль в этом смысле может выполнять образование, понимаемое более глубоко и широко, чем традиционная общеобразовательная или профессиональная подготовка, – образование как процесс развития и созидания внутреннего «образа Я», включающего отношение человека к себе, к окружающему миру и к людям. Определяя содержание и направленность ценностных ориентаций и установок, образование выступает важнейшим фактором становления личности, создает внутренний фундамент продуктивной социализации и самореализации человека, включая и его отношение к труду как ключевой жизненной ориентации.

Вместе с тем важно отметить, что не всякое образование ведет к позитивному

результату. В ряде случаев низкое качество образовательного процесса и/или авторитарность педагогического воздействия, при котором активность обучаемых тормозится, приводят к тому, что процесс обучения не способствует развитию личности и даже, более того, препятствует этому развитию.

Развивающее образование с необходимостью должно быть природосообразным, т.е. отвечать потребностям обучающихся, стимулировать их естественную активность. При этом последняя не сводится к пассивному усвоению фактов или приобретению личного опыта путем проб и ошибок, а предполагает целенаправленный процесс освоения отобранного учебного материала и развитие навыков самоорганизации в учебной деятельности.

В системе образования взрослых образовательный процесс, организованный «по запросу» самих обучаемых, т.е. удовлетворяющий их явно выраженные или объективно существующие актуальные интересы и потребности, получил название «неформального образования» («non-formal education»). На практике неформальное образование возникает для удовлетворения познавательных потребностей определенной группы людей и в соответствии с этим может осуществляться как в рамках, так и за пределами традиционной образовательной системы. Часто неформальное образование представляет собой самообучение как изменение себя с помощью обратной связи, активируемой собственными действиями обучающегося под руководством обучающего (в отличие от «чистого» самообразования, которое никак не регламентируется, кроме самого учащегося).

Концепция неформального обучения глубже, чем идеи самообразования или формального ученичества. Человека учит все, что он делает, но желаемые плоды образовательной деятельности возникают лишь при условии целенаправленной организации его усилий, которую призван обеспечить специально выстроенный и компетентно направляемый (учителем, андрагогом) учебный, образовательный процесс. В свою очередь, результат обучения является предпосылкой и важнейшим условием формирования общей трудоспособности человека. И не только в смысле полученных «нужных» знаний, а, прежде всего, с точки зрения формирования обучающегося как субъекта деятель-

ности, в данном случае деятельности образовательной, которая, однако, является одновременно и видом особой трудовой деятельности: предметом и результатом этой деятельности выступает сам человек – *трудящийся*-ся, или, в буквальном смысле, работающий над собой.

Б. Г. Ананьев подчеркивал, что формирование общей трудоспособности начинается задолго до начала профессиональной деятельности, а ее развитие не определяется какой-либо конкретной профессией, т.е. общая трудоспособность не является функцией профессионального труда. Возможности ее повышения «...складываются не только благодаря изменению социальных условий и техники труда, но и в результате существенных изменений в системе воспитания, более раннего формирования готовности к труду путем последовательного развития общей трудоспособности и трудовой мотивации. ... В процессе изменения основных видов деятельности человека формируются его характер и способности, общая одаренность и трудоспособность, вся совокупность его наличных ресурсов и потенциальных сил, резервов психического развития. Поэтому ... человек есть формирующийся в процессе воспитания и собственной жизни в обществе субъект труда, общения и познания» [2, с. 25].

Проблемы развития и формирования человека как субъекта общения и познания многократно исследовались в разных контекстах, благодаря чему они достаточно полно представлены в науке. Гораздо меньше внимания досталось проблеме общей трудовой активности человека, хотя конкретные виды профессиональной деятельности (производственной, педагогической, спортивной, художественной и т.д.) изучались и продолжают изучаться с разных сторон. В то же время сегодня очевидна необходимость выявления сущности и специфики деятельности человека как субъекта труда, предпосылок и механизмов развития его общей трудовой активности и способности к самоорганизации и самореализации в процессе труда.

Понятно, что способность к труду, как и любая человеческая способность, имеет иерархическое строение, т.е. по-разному проявляется на уровнях индивида, личности и индивидуальности. Определенный «вклад» вносят врожденные задатки (строение мозга, свойства нервной

системы, конституция тела) и приобретенные знания, умения, навыки, общие и специальные способности. Особое место в понимании общей трудоспособности и работоспособности в конкретных условиях принадлежит проблеме мотивации труда, которая не исчерпывается очевидной значимостью материального вознаграждения. Существенными моментами трудовой мотивации выступают: отношение работника к процессу и прямому (непосредственному) результату труда; прямое и косвенное стимулирование; влияние непосредственного социального окружения, референтной группы, корпоративной общности и другие факторы. Немаловажное значение имеет и действие «негативных стимулов» – депривации, страха наказания, тревожных ожиданий работника, его психологической незащищенности и т.п.

Остановимся на рассмотрении типичных практически значимых проявлений феномена трудоспособности индивида, точнее, на уровне психофизиологических свойств человека. Поскольку на практике за термином «трудоспособность человека» утвердилось оценочное представление о норме исключительно в медицинском смысле (полная и неполная, ограниченная трудоспособность), то обратимся к исследованиям феномена работоспособности в физиологии и психологии труда.

Основные результаты этих исследований представлены в современных курсах валеологии и являются общедоступными. «Работоспособность – это уровень функциональных возможностей организма, характеризующийся эффективностью работ, выполняемых за определенный промежуток времени. ... Умственная (психическая) работоспособность выражается быстротой, качеством и количеством восприятия и переработки информации, физическая – силой, частотой и продолжительностью мышечных нагрузок» [3].

«Работоспособность определяется состоянием здоровья, половой принадлежностью, характером питания, режимом труда и отдыха, условиями работы, настроением и многими другими факторами». В ряду последних выделяют не только уровень знаний, умений, навыков и наличие опыта данной деятельности у человека, но и зависимость индивидуального уровня работоспособности от времени суток и дня трудовой недели. Различают также месячную, годовую и многолетнюю

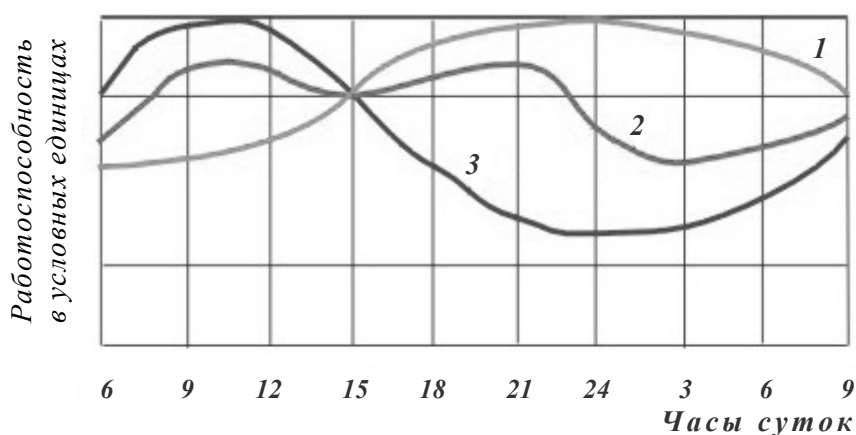


Рис. 1. Суточная ритмика работоспособности человека:
1 - вечерний тип, 2 - средний тип, 3 - утренний тип.

работоспособности. Иначе говоря, «уровень функциональных возможностей организма имеет индивидуальный характер и может существенно изменяться в зависимости от физического и психического состояния человека в течение трудового дня, суток и рабочей недели» [3].

Этот, на первый взгляд, достаточно очевидный факт совершенно не учитывается в организации не только трудовой, но и учебной, образовательной деятельности. Считается, что есть общее для всех оптимальное время активности (утренние и дневные часы), когда любой человек наиболее работоспособен и, следовательно, именно в это время он и должен трудиться – работать, учиться. Отчасти такое положение возникло из-за необходимости одновременного участия массы людей в общей трудовой деятельности.

Вместе с тем известно, что выбор работниками, например, начала своего трудового дня (там, где это возможно) находится в зависимости от характера и содержания нагрузки. В частности, замечено, что чем выше доля умственного труда в профессиональной деятельности, тем большее число людей склонно начинать свой рабочий день в более позднее время (не в 7-8 часов утра, а в 10-11 часов и даже после 14 часов). Объективно это связано с тем, что «наиболее высокая работоспособность проявляется при правильном согласовании жизненного ритма человека с его индивидуальными биологическими ритмами».

Каковы же эти ритмы и, главное, как они проявляются в работоспособности разных категорий работников?

«Показатели функционального состояния сердечно-сосудистой, эндокринной, пищеварительной и других систем организма позволили выдвинуть предположение о разных типах работоспособности человека. Известные отечественные хронобиологи В. А. Доскин и Н. А. Лаврентьева, обследовав большую группу лиц разного возраста, выявили, что большинство из них испытывают ритмические колебания работоспособности:

- 41% предпочитают для работы утренние часы;
- 30% – вечерние и даже ночные;
- 29% – трудятся одинаково эффективно в любые часы во время бодрствования (так называемые аритмики).

Немецкий исследователь Г. Хамп установил, что представители утреннего типа – это в основном служащие, вечернего – люди умственного труда, аритмики – лица, занятые физической деятельностью. Среди студентов «жаворонки» составляют 17%, «совы» – 35%, аритмики – 48%.

Ученые пока не могут ответить на вопрос о том, заложены ли особенности работоспособности в генетической программе человека или формируются на протяжении его жизни. Доказано, что эти свойства биологических ритмов – внутренне присущий организму признак, который обуславливается определенными особенностями гормональной и психической

сфер организма человека» [3]. Приведенные данные исследований свидетельствуют о наличии достаточно большого числа (35%) студентов, у которых работоспособность снижена в первой половине дня, когда они находятся на занятиях. В связи с этим можно утверждать, что эффективность их учебной деятельности могла бы быть выше, окажись они в аудитории в более удобное для них время суток. Отсюда следует важный вывод для организации деятельности слушателей в системе неформального образования.

Поскольку неформальная образовательная деятельность по определению призвана отвечать потребностям обучающихся, то одним из существенных условий повышения ее эффективности является приведение режима занятий в соответствие с индивидуальными проявлениями активности и работоспособности обучающихся в течение дня. Иначе говоря, людям утреннего типа («жаворонкам»), имеющим пик работоспособности в первой половине дня, лучше учиться в утренние часы, а людям вечернего типа («совам»), чья активность повышается во второй половине дня, – вечером. Следовательно, в целях повышения эффективности обучения в системе неформального образования целесообразно использовать два режима работы: в утренних и вечерних группах.

В заключение вернемся к определению Б. Г. Ананьева: «...общая трудоспособность человека является продуктом его индивидуально-психического развития в конкретных социальных условиях, а вместе с тем и одной из самых постоянных характеристик человека как субъекта и личности» [2, с. 24].

Известно, что для индивидуально-психического развития человека наиболее благоприятными условиями являются такие, в которых удовлетворяются (расширяются и развиваются) его познавательные образовательные потребности. В этом смысле именно образовательная, и особенно неформальная образовательная деятельность создает благоприятные условия для развития у человека способности к волевому усилию (и умственному, и физическому), развивает потребность в этом усилии как предпосылке получения желаемого результата – личностного новообразования, т.е. нового знания, умения, новой способности (или развития уже имеющейся способности) и т.п. Ведь без

этого результата невозможно удовлетворение насущной потребности личности – потребности в самореализации.

Таким образом, именно в образовательной деятельности (но только в той, которая интересна, значима, привлекательна для обучающегося) изначально возникает и развивается потребность в трудовом напряжении (волевом усилии), которая составляет психофизиологическую основу трудоспособности как устойчивой черты личности.

Этот факт, определяющий решающую роль образовательной деятельности в развитии и формировании общей трудоспособности человека в учебный период деятельности, на наш взгляд, до сих пор недооценивается. Не случайно большинство проблем традиционного школьного и последующего профессионального образования состоит как раз в том, что главным результатом образовательной деятельности считаются знания, навыки, умения, тогда как более существенное с точки зрения личностного становления – личностные новообразования: потребности, установки, отношения, включающие способность к волевому усилию, – остаются вообще за рамками внимания.

Поэтому-то нередко вместе с «вымученным» знанием у школьника (студента, специалиста) возникает никем особенно не замечаемое чувство отчужденности от этого знания и, как следствие, неумение и нежелание им пользоваться. Тем более – прикладывать усилия, чтобы развиваться, самосовершенствоваться в этом знании. Со временем это нежелание может превратиться и превращается в устойчивую личностную черту – низкий уровень способности человека к волевому усилию вообще и, следовательно, низкую работоспособность, в частности.

В связи с этим представляется важным наряду с традиционным формальным образованием развивать также и систему разноуровневого и разнопланового неформального образования, где человек любого возраста может получить не только знания, но и, прежде всего, личный опыт саморазвития и самосовершенствования в процессе доступной и личностно значимой для него образовательной деятельности. Этот сугубо индивидуальный опыт имеет бесценное общественное значение, поскольку открывает каждому индивидуальные возможности развития его собственного человеческого, духовного потен-

циала и, следовательно, способы позитивной самореализации в жизни.

Именно такая, по сути неформальная и по форме природосообразная, т.е. внутренне комфортная, отвечающая психофизиологическим особенностям человека образовательная деятельность стимулирует

у него развитие потребности и способности учиться и трудиться как способа самовыражения и самореализации, выступающая одновременно естественным средством и «механизмом» формирования его общей способности к труду.

Л и т е р а т у р а

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. – М.: Наука, 1977.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет воспитания (перспективы педагогической антропологии). Избранные психологические труды в 2-х тт. Т.2 / Под ред. А. А. Бодалева и др. – М.: Педагогика, 1980.
3. Работоспособность и повышение ее эффективности (раздел курса валеологии) – http://win.www.uic.tula.ru/school/valeo/t_3.html#p2_4.
4. Баркер Дж. Парадигмы мышления: Как увидеть новое и преуспеть в меняющемся мире / Пер. с англ. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2007.
5. Букина Н. Н. Неформальное образование как фактор преодоления негативных социальных явлений // Человек и образование. Академич. вестник ИОВ РАО. – 2006. – №6.
6. Гармония здоровья (режим труда и отдыха) / Под ред. Покровского. – М.: ФиС, 1987.
7. Доскин В. А., Лаврентьева Н. А. Ритмы жизни. – М.: Медицина, 1991.
8. Как повысить работоспособность / Под ред. И. С. Берташвили. – М.: Медицина, 1973.
9. Климов С. М. Неформальное образование: проблемы экономики и управления. – СПб.: Знание, 1998.
10. Митина А. М. Дополнительное образование взрослых за рубежом: Концептуальное становление и развитие. – М.: Наука, 2004.

