

УДК 159.9+17.023.34

Н.В. Каргина

МИРОГЛЕДСКА ОСНОВА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ НА ЛИЧНОСТТА

Резюме: В статията се мировоззренческа основата на психологическото благополучие на личността. Акцентируется внимание на такива компоненти мировгледна основа на психологическото благополучие като: духовност, мъдрост, доверие към света и оптимистично признаци.

Ключови думи: Мироглед, мировоззренческа основа, мировоззренчески компонент, благополучие, психическо благополучие.

Проблема психологическото благополучия личности в последние десятилетия приобретает особую актуальность и значимость в связи с социальными и экономическими трансформациями, изменениями критериальных оценок жизнедеятельности в современном обществе, усилением динамики жизни в целом. Исследователи данной проблемы издавна отмечали факты, относящиеся к переживанию благополучия или неблагополучия отдельным индивидом, большей частью обращаясь к его состояниям. Сегодня же все больше на передний план выдвигается необходимость анализа личностных, мировоззренческих и социально-психологических детерминант психологического благополучия, так как оно напрямую «зависит от взаимодействия и взаимовлияния целого комплекса различных внутренних и внешних составляющих» [1; 12].

Впервые о психологическом благополучии заговорили западные ученые еще в середине прошлого столетия, и с тех пор проведено достаточно много научных исследований, в которых утверждается наличие высокой дифференциации в степени благополучия жителей различных стран. Эмпирически подтверждено, что ни социально-политические, ни экономические факторы не могут служить постоянным основанием (фактором) психологического благополучия личности [15; 16]. В свою очередь, это побудило исследователей обратить внимание, прежде всего, на проблемы этнического, культурологического и мировоззренческого характера и их связи с психологическим благополучием личности. Мировоззренческая основа является одной из составляющих психологического благополучия, социально-психологическим явлением, что, бесспорно, оказывает влияние на особенности переживания личностью внутреннего благополучия. Мера переживания психологического благополучия в гораздо большей степени зависит от самой личности, от ее сформировавшихся устойчивых

особенностей, нежели от случайности и объективных условий жизни; также большое значение имеют такие зависящие от нас факторы, как характеристики межличностных отношений, цели, ценности и мировоззрение [12].

Личность не может жить без веры в правильность и осуществленность собственных поступков, которые прогнозируются или планируются. Если спроектированное будущее полностью помогает оценить возможности человека, ее цели будут лишь иллюзией, а их достижения станут вообще невозможными. Изучая личность, познающую этот мир весьма избирательно, можно отметить ее индивидуальное мировосприятие в процессе познания, действия, она не только преобразует мир, но и прежде всего, познаёт себя, выходит за свои пределы, тем самым, обогащая свой внутренний мир. Познавая себя, личность познает этот мир, а любое понимание основано на самопонимании. Эти утверждения основываются на бесспорном факте, что человек является основной конституирующей частью человеческого мира. В каждом из нас есть не только индивидуальное, но и универсальное, общечеловеческое [4]. Рассматривая современные подходы к изучению мировоззренческой основы благополучия, можно выделить одну из тенденций, характеризующих развитие психологической науки - это все более возрастающая заинтересованность в исследовании содержательных особенностей индивидуального сознания личности, являющимся интегрированным и многомерным воссозданием реальности, где всё более широко отражается проблема необходимости изучения индивидуальной специфики внутренней жизни и реконструкции индивидуальной картины мира личности [4]. Указанное выше является попыткой рассмотреть мировоззренческую основу психологического благополучия как возможность узнать и изменить собственное мировосприятие, его же правильность во многом будет зависеть от познания своей собственной природы.

Мировоззрение описывается Б.И. Додоновым как психическое образование, включающее в себя основные знания человека о мире и отношения к нему, с позиции, которой он осуществляет свою общее изучение действительности при выработке новых целевых программ своей жизни и при принципиальной оценке различных явлений и событий [3, с. 41]. Д.А. Леонтьев утверждает, что понятие «мировоззрение» является видовым по отношению к понятию «образ мира» [6, с. 12]. Содержание мировоззрения – некие генерализированные представления, описывающие логику построения картины сущего. Мировоззрение – это неотъемлемое и необходимое свойство субъекта познающего, субъекта, выстраивающего связи с окружающим его миром, свой жизненный путь, а также направление развития, в котором он реализует собственный потенциал и

напрямую связано с психологическим благополучием [7]. Мироззрение формирует позитивно настроенную личность, способствует продуктивной деятельности и самореализации, влияет на позитивное мышление человека, на его становление к окружению, и, соответственно, на успешность личности в обществе. Таким образом, мироззрение, согласно Д.А. Леонтьеву, - это центральная часть, компонент картины мира. В картину мира входят различные когнитивные составляющие - знания, понятия, представления - как общие, так и частные, конкретные [6].

О.С. Ширяева [12] в своей структуре выделяет мировоззренческий компонент психологического благополучия, который включает степень независимости ценностей и поведение субъекта от внешнего влияния, степень творческой направленности личностью, удовлетворенность самореализацией. Мы, в свою очередь, также выделяем мировоззренческий компонент психологического благополучия, который включает в себя такие составляющие как: ощущение гармонии с окружающим миром, мудрость, духовность, надежду, доверие к миру, веру в себя, жизненный опыт и оптимистическое мировосприятие. Мироззренческий компонент важен, ведь он более широко раскрывает сущность психологического благополучия, дает больше возможностей понять за счет каких ресурсов личность может достигнуть внутреннего благополучия. Оттого следует уделить особое внимание тому, что основой психологического благополучия есть, прежде всего, доверие к миру и оптимистическое мировосприятие [1]. Доверие к миру помогает целостно воспринимать модусы временного существования, а именно прошлое, настоящее и будущее, при котором формируется континуальное мировосприятие и благополучие. Эти процессы происходят благодаря развитию и увеличению уровня доверия как к себе в первую очередь, так и к миру, что сегодня определяется прошлым опытом успехов и неудач, которые человек учитывает, осуществляя выбор и планируя свою будущую деятельность [6]. Мы также согласны с размышлением Р.М. Шамионова, согласно которой «одной из основных функций психологического благополучия является создание динамического равновесия, между личностью и окружающим ее миром, позволяющее высвободить потребности более высокого порядка, - общественные по своей природе» [10, с. 145].

Основными же факторами психологического благополучия личности являются мотивационные (достижение, призвание, качество жизнедеятельности); содержательные (взаимоотношения с другими, содержание жизни и деятельности); гигиенические (условия жизни и деятельности); когнитивные (знание о мире, о себе, о своей природе, о жизни и деятельности, их соотношения и оценка); эмоциональные

(отражение внешней оценки) [10]. Утверждения С.Л. Рубинштейна свидетельствуют о том, что само психологическое благополучие должно интерпретироваться в контексте взаимосвязи и взаимоотношений с другими людьми, социумом в целом, с миром и мировосприятием. Целью же достижения благополучия в этом ракурсе может стать собственно реализация всех возможностей, которые создаются жизнью и деятельностью человека «борьба за высший уровень человеческого существования» [8, с. 88].

Формирование психологического благополучия основано на качественных эффектах социализации, так как именно они определяют установки в отношении себя, социума и жизни в целом. Приспособление, интеграция и индивидуализация являются, по существу, наиболее важными социально-психологические процессами, от которых во многом зависит благополучие личности. Согласованность этих процессов и их «преемственность» определяют общественную успешность личности, возможность наиболее полного ее развертывания. От приспособления зависит уровень сопоставления внутренней и поведенческой структуры с требованиями группы, от интеграции - включенность в деятельность группы и воспроизведение ее ценностей, от индивидуализации - продуцирование своей системы ценностей и формирование мировоззрения [11]. Отдельно необходимо сказать о том, что знание о мире, о себе являются ключевым в мировоззренческой основе психологического благополучия личности и напрямую связано с такой экзистенциальной категорией как «осмысленность жизнью» [13]. Психологическое благополучие складывается в результате осмысления человеком собственной жизни и удовлетворенности реальностью. В данном направлении психологическое благополучие предстает структурой значимых отношений, в которой существует человек, и в сознании которых он принимает участие, и поэтому именно в контексте с миром и другими личность может быть актуализирована и познана [8]. Существенным с точки зрения осмысления психологического благополучия личности является соотношение обыденного и экзистенциального опыта. Эти явления различаются по ряду критериев: «наличие или отсутствие в структуре опыта метасистемной организации; ориентация на «субъективный» способ определения самого значимого, ценного для субъекта и на «объективный» выход за содержательные пределы ситуации, абстрагирование от ее конкретных обстоятельств, обобщение; оценка субъектом событий и ситуаций человеческого бытия и мировосприятия, либо как привычных, либо как критических, резко отличающихся от повседневных», отмечая, тем не менее, неразрывную связь двух видов опыта [4, с. 33-34]. Необходимо отметить, что вследствие различных попыток осмысления феномена психологического

благополучия личности ученые пришли к его пониманию, прежде всего, с принципов целостности мировоззренческого и экзистенциального опыта. Это связано еще и с тем, что стремления оценки психологического благополучия на основе каких-либо достижений не увенчались успехом. Прежде всего, здесь идет речь о понимании психологического благополучия как явления, базовой инстанцией которого выступает переживание опыта, а также опыт переживаний. При этом опыт - это не только нечто случившееся, проистекающее, но и потенциальное. Немаловажное значение для психологического благополучия принадлежит представлению о потенциальном, достижимом, соответствующем должному. Единство времен для субъекта здесь означает движение как в одном, так и в другом направлениях, что задает определенные векторы для переживания настоящего. Тем не менее, происходит не просто сосредоточивание опыта, его отражение, но формирование отношения к этому опыту, соотнесение его с мировоззренческой основой психологического благополучия [8].

Высокому уровню психологического благополучия способствуют, прежде всего, реальные отношения с миром [6], а также высокая оценка мира и своих возможностей [5]. В данном случае важно сказать о том, что психологическое благополучие не гарантировано человеку. Так как сначала надо вступить в реальные отношения с этим миром, и, тогда из этого, возможно, что-то получится [7]. Переживание личностью благополучия в большей степени зависит от внутреннего мира личности, ее мировосприятия, чем от объективных условий жизни, а доминантными факторами психологического благополучия выступают, прежде всего, межличностные отношения, цели, ценности, мировоззренческая основа и гармония с природой [2]. Следует сказать и о том, что центральным становится вопрос об условиях и способах обретения счастья и психологического благополучия, которые понимаются как форма переживания человеческого бытия, связанная с самоосуществлением – «это переживание возникает в случае превращения мотивации человека к миру в бесконечно большую величину» [5, с. 23]. Последнее происходит при наличии высокой оценки человеком значимости мира и своих возможностей. Высокие оценки значимости мира и возможностей являются, следовательно, психологическими условиями переживания психологического благополучия личностью. На пути к этому личности важно придерживаться условий, которые ей предъявляет мир, руководствуясь собственными интересами, потребностями и желаниями – одним словом, выходить из собственной субъективности.

Многочисленные исследования проявлений отношения к миру и связанного с ним чувства психологического благополучия, свидетельствуют о наличии базовых оптимистических и

пессимистических оснований. По Э. Эриксону, доверие или недоверие, закладывает психоэмоциональный фундамент для всего дальнейшего развития личности. В этот период отношение к миру проявляется как постепенно устанавливающееся мировоззрение, мировосприятие и конструктивное (деструктивное) отношение к окружающей действительности. В конструируемых ценностных ориентациях выявляется отношение к миру как система обобщенных представлений о мире в целом, его устройстве, и законах, об окружающей действительности и других людях, об обобщенном благополучии как «итоговое отношение к жизни» [9, с. 70]. Отношение к миру, а вместе с тем и психологическое благополучие формирует и обуславливает внутренние интенции мира: готовность или неготовность выражать себя в социуме, ориентироваться или пренебрегать гуманистическими ценностями и идеалами, воспринимать людей и объекты окружающего мира как «априорно хорошие» и «априорно плохие».

Еще одним важным элементом в мировоззренческой основе психологического благополучия выступает мудрость, как определенный уровень душевной зрелости человека, проявляющейся в способности решения жизненных проблем. Различаются три аспекта понимания мудрости: мудрость, как позитивный процесс, как способ получения и переработки информации; мудрость как добродетель, как то, что делает человека полезным для общества; мудрость как всеобщее благо, то, что самому обладателю этого свойства дает определенные преимущества. Еще одна особенность мудрости заключается в том, что это не просто способность понимания, но и трансформация этого понимания в практические действия, «ценный ресурс для того, чтобы жить благополучно» [14, с. 294]. Здесь следует упомянуть о том, что «люди с более высоким уровнем умудренности, видимо, более открыты, более ориентированы на рост, у них выше характеристики моральных суждений, креативности, они доверяют миру, им не свойственен консервативный и оценочный тип мышления. Они заинтересованы в понимании психологического функционирования других, социально компетентны, им присуще эмоциональная безмятежность без утраты интереса к миру и ориентация на психологическое благополучие других и общества в целом, а не только на собственные удовольствия» [16, с. 201]. Таким образом, изучение мировоззренческой основы психологического благополучия представляется весьма важным и практически значимым. Исходя из результатов проведенного анализа, можно сделать следующие выводы.

Для построения целостной модели психологического благополучия необходимо рассматривать личность в контексте ее социально-психологических характеристик, а также доминирующих отношений к себе и миру. Не столь значимым здесь становится определение,

собственно компонентов психологического благополучия, сколь создание целостной системы понимания их взаимодействий с внешним миром и отношениями с другими людьми. Собственно в определении внутренней структуры психологического благополучия и ее взаимосвязи с социально-психологическими характеристиками личности, а также параметрами, определяющими отношения личности, может состоять ключевая задача для понимания сущности процесса осуществления человека в мире, его индивидуального мировосприятия, формирования доверия к миру, достижения того психического состояния, при котором человек сможет ощущать свой собственный потенциал, а также богатство душевного содержания. В свою же очередь, мировоззренческая основа психологического благополучия личности оказывает влияние, прежде всего, на саморазвитие и личностный рост, а его направление и способы осуществления могут быть связаны с экзистенциальным и духовным опытом.

Библиографический список

7. Бахарева Н. К. Субъективное благополучие как системообразующий фактор толерантности: Автореф. дис. канд. психол. наук. – Хабаровск, 2004. – 22 с.
8. Гази-Нагаева Е. В. Деструктивные способы поведения: психологический анализ // Психологические особенности преодоления экстремальных и эмоциогенных ситуаций в подростково-юношеском возрасте: материалы межрегиональной Российской научно-практической конференции. – Сыктывкар: Сыктывкар. ун-т, 2000. – С. 20–23.
9. Додонов Б. И. О системе личность // Вопросы психологии. – 1985. – № 5. – С. 36-45.
10. Знаков В. В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема // Психологический журнал, 2005. – Т. 26, № 1. – С.18-28.
11. Кроник А. А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А. Кроник, Р. А. Ахметов. – М.: Смысл, 2003. – 284 с.
12. Леонтьев Д. А. Мировоззрение как миф и мировоззрение как деятельность // Менталитет и коммуникативная среда в транзитном обществе / [под ред. В. И. Кабрина и О. О. Муравьевой]. – Томск: Изд-во ТГУ, 2004. – 278 с.
13. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – 2-е., испр. изд. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.
14. Мэй Р. Экзистенциальная психология / Р. Мэй. – М.: Апрель Пресс ЭКСМО-Пресс, 2001. – 149 с.
15. Садалская Е. В. Личностные факторы в оценке качества жизни и психологического благополучия // Ежегодник российского психологического общества. – СПб., 2003. – Т.7. – С. 15-19.
16. Шамионов Р. М. Психология субъективного благополучия (к разработке интегративной концепции) // Мир психологии. – 2002. – № 2. – С. 143-148.
17. Шамионов Р. М. Внешние и внутренние детерминанты личности: Автореф. дис. канд. психол. Наук. – Ярославль, 2002. – 24 с.
18. Ширяева О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: Автореф. дис. канд. психол. наук. – Хабаровск, 2008. – 21 с.

19. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 2005. – 24 с.
20. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Р. Эммонс. / [Пер. с англ.; Под ред. Д. А. Леонтьева.]. – М.: Смысл, 2004. – 416 с.
21. Csikszentmihalyi, M. The psychology of wisdom: An evolutionary interpretation // Wisdom: Its nature, origins and development / R. J. Sternberg (Ed.). New York: Cambridge University Press, 1990. – P. 25-51.
22. Staudinger, U. M. Wisdom and personality // A Handbook of Wisdom: Psychological Perspectives / R. J. Sternberg, J. Jordan (Eds). New York: Cambridge University Press, 2005. – P. 191-219.

Abstract. The paper discusses the worldview basis of psychological well-being of the personality. Attention on such constituents of worldview basis of psychological prosperity is accented as: spirituality, wisdom, trust to the world and optimistic perception of the world.

Аннотация. В статье рассматривается мировоззренческая основа психологического благополучия личности. Акцентируется внимание на таких составляющих мировоззренческой основы психологического благополучия как: духовность, мудрость, доверие к миру и оптимистическое мировосприятие.

Keywords: Worldview, worldview basis, worldview component, well-being, psychological well-being.

Ключевые слова: Мировоззрение, мировоззренческая основа, мировоззренческий компонент, благополучие, психологическое благополучие.