



## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ.

**Тиллашайхова Хосият Азаматовна**  
**Кандидат психологических наук, доцент**  
**Ташкенский Государственный**  
**Педагогический университет**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема психологического благополучия личности в современном мире. В качестве конкретного способа реализации человеком здорового способа жизни предлагается конструкт «игровое переживание». Описывается феноменология игрового переживания, а также те психологические структуры, благодаря которым возможна реализация человеком игрового переживания.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие; психологическое здоровье; психологические игры; игровое переживание; психология личности

Еще в начале XX века так называемые «абсолютные истины», сама возможность их существования, были поставлены под сомнение. Особенно актуальна эта проблема в веке XXI, для которого в еще большей степени характерен отказ от абсолютного в пользу относительного. Казалось бы, такое состояние общества должно способствовать развитию здоровой и свободной от догм личности. Нужно заметить, что оно обладает большим потенциалом в данном отношении, но с другой стороны подобное состояние общества напоминает хаос, изобилующий всевозможными симулякрами, пустышками (массовая культура, телевиденье, реклама и т. д.), превращающими человека в машину желаний, обслуживающего свои собственные технические достижения. Как выразился Ж. Делез: «есть что-то неизбежно жестокое в рождении мира как хаосмоса, в мирах движения без субъекта, ролей без актера» [1, с. 268].

Реальная опасность современного мира – стать объектом манипуляции, потерять себя, будучи пойманным в оковы некой локальной идеи, возведенной кем-то в ранг абсолютной. Г. Дебор назвал такое общество «обществом спектакля», которое является отчуждающим и отстраняющим человека от его сути (свободы, творчества и т. д.) [2].

Опыт изучения вопроса природы психологического здоровья и благополучия в психологической литературе показывает, что сущностным





свойством и источником психологического здоровья и благополучия является субъектность личности. Авторы различных психологических концепций, в том или ином виде, выделяли субъектность в качестве основной (или одной из основных) характеристики психологического здоровья: активность в актуализации личностной природы, творчество у А. Маслоу [3]; актуализация «Я», самодостаточность и творчество у К. Роджерса [4], осмысленность жизни и способность к самотрансценденции у В. Франкла [5]; позитивная свобода, которая проявляется в реализации индивидуальности, спонтанности, активности и творчестве у Э. Фромма [6]; «внутренне осознание» как орган, позволяющий жить сообразно своему «Я» у Дж. Бьюдженталя [7]; сосредоточенность и вовлеченность в процесс деятельности у воспитание человека как субъекта деятельности у И. В. Дубровиной [8]; способность к само творению и наличие личностной позиции у Б. С. Братуся [9]; самобытность личности у А. В. Шувалова [10] и т. д. По нашему мнению, конкретным проявлением субъектного, здорового способа бытия является «игровое переживание».

Как отмечал Л. С. Выготский: в переживании «дана, с одной стороны, среда в ее отношении ко мне, в том, как я переживаю эту среду; с другой – сказываются особенности развития моей личности» [11, с. 382]. В этом смысле переживание – это проживание, личностное прохождение через некое событие, ситуацию и даже жизнь в целом, оно является процессом формирования человеком отношения к новому в своей жизни. Переживание может обладать своеобразием, в том числе оно может иметь игровой характер. В качестве сущностных характеристик игры (в широком смысле) можно выделить следующие: активное, спонтанное опробование себя и предмета игры; преобладание внутренней мотивации; удовольствие от процесса игры [12]. Данные характеристики также описывают и феноменологию игрового переживания. Рассмотрим феноменологию игрового переживания подробнее.

Предметом опробования в игровом переживании выступает как сам человек с его внутренним миром, так и окружающая его реальность. В игровом переживании человек пробует себя, стремится к многообразию опыта, который постоянно приводит в разумный порядок. Стремится к тому, чтобы думать, чувствовать по-новому, обрести новые смыслы, расширить свой жизненный мир. Может показаться, что игровое переживание чревато размыванием





идентичности, но это не так. Оно позволяет с одной стороны, понять в какой степени можно быть другим, каким вообще можно быть, с другой стороны оно позволяет очертить границы себя наличного, т. е. это практика самопознания, самоидентификации. Развитие и превращение – сущность человека, недаром человек рождается минимально нагруженным биологическими программами, он овладевает современной ему культурой и в процессе жизни сам становится ее творцом.

Переживание (игровое в том числе) разворачивается в первую очередь во внутреннем плане – сознании, которое, по сути, оно и составляет. Игровое переживание характеризуется богатым разнообразием культурных средств, которыми опосредствовано, поэтому и является формой свободного бытия человека. Предметы и явления, в том числе и явления внутренней жизни (мысли, эмоции), которые также могут служить предметом отношения и рефлексии, не имеют раз и навсегда заданного смысла, смысл изменяется в зависимости от того контекста, в который они включены. В игровом переживании человек активно и осознанно оперирует смыслами, опираясь на богатое разнообразие культурных средств, арсенал, которых он постоянно умножает. Внутренняя мотивация является одной из основных черт игровой активности. В игровом переживании, человек выступает субъектом процесса переживания.

Процесс игрового переживания и данная в нем жизнь, воспринимаются человеком как принадлежащие ему, а не чуждые и неконтролируемые. Он не воспринимает себя заложником своих эмоций или насильно втянутым в кем-то придуманный сюжет «своей» жизни, отсюда и возникает одно из самых очевидных игровых свойств – удовлетворенность и радость от процесса игры. Трудно представить игру, не приносящую радость. В игре человек сам создает правила, либо принимает их, поэтому то, что он делает, всегда соответствует его мотивации, о чем сигнализирует чувство удовольствия. Игровое отношение человека к собственной жизни предполагает естественность и сообразность происходящего в ней его сущности и это не только потому, что человек делает то, что ему по душе, но и потому, что он может преобразовать свое отношение к тому, что делает, найти в нем смысл, а значит и радость. Таким образом, игровое переживание можно определить, как «внутренне мотивированный процесс трансформации смысла (смысловой реальности) в пространстве условности





посредством культурных артефактов, реализующий и развивающий свободу личности, ее творческий потенциал» [13, с. 51].

Разумно предположить, что люди имеют разную способность к игровому переживанию. В. Д. Шадриков пишет: «способности можно определить, как свойство или совокупность свойств (качеств) вещи, системы, проявляющихся в процессе функционирования; допустимо сказать, что это функциональные свойства вещи, обуславливающие эффективность реализации вещью некоторой функции. Способности (свойства вещи) проявляются во взаимодействии вещей, функционировании систем» [14, с. 175].

Из определения следует: когда мы говорим о способности к игровому переживанию, мы говорим о свойствах (качествах) психики человека, его личности, благодаря которым человек получает возможность осуществлять игровое переживание. Перейдем теперь к рассмотрению структуры способности к игровому переживанию. «Способности как свойства объектов определяются структурой объектов и свойствами элементов этой структуры», – отмечает В. Д. Шадриков [14, с. 176]. Таким образом, способность к игровому переживанию связана с особенностями той системы, которой она реализуется, то есть особенностями психологической сферы человека, особенностями его личности. Поэтому, чтобы раскрыть структуру способности к игровому переживанию, мы должны перейти к анализу психологической сферы человека, тех ее особенностей или свойств, которые делают игровое переживание возможным.

Л. С. Выготский предложил переживание в качестве единицы анализа сознания, в котором в единстве даны аффект и интеллект, поэтому при анализе структуры переживания логично обратиться к исследованию аффекта и интеллекта, их особенностей в игровом переживании [15]. Если мы говорим об особенностях психологической сферы человека, которые выступают функциональной основой (способностями) игрового переживания, то со стороны интеллектуальной части переживания следует сказать о степени развития семантических пространств, структуры обобщения и степени развития понятийного мышления. Игровое переживание предполагает достаточно высокий уровень развития понятийной системы человека. Развитое понятийное мышление, и, как следствие, способность к абстрагированию позволяет человеку вскрывать глубокие закономерности, лежащие в основе объективной и







субъективной действительности, также оно выступает основой сознательного преобразования смысла, благодаря чему человек развивается, реализует и умножает свою свободу. Богатство медиаторов (понятий) пропорционально богатству степеней свободы. Напомним, что одной из сущностных характеристик игры является опробование себя и предмета игры. Развитое понятийное мышление умножает возможности человека в опробовании себя и мира. Также игровое переживание является внутренне мотивированным процессом, в котором человек выступает активным субъектом, субъектность также возможна благодаря описанным выше структурам: чем более дифференцировано и понятийно устроено сознание человека, тем более обширным, обозримым и структурированным становится мир как объективных, так и субъективных явлений. Об аффективных механизмах, включённых в способность к игровому переживанию, нужно говорить в двух планах.

В первом случае мы имеем в виду аффект в узком смысле. Эмоции в игровом переживании в силу их опосредствованности являются в известной мере осознанными и контролируемыми, в игровом переживании человек способен стать в отношении к своим эмоциям, тем самым произвольно изменяя их. Во втором случае мы говорим об аффекте в широком смысле, имея в виду общую мотивационно тенденцию личности (потребности, ценности, идеалы человека). Игра со своими характеристиками (гибкость, живость, радость, увлеченность, развитие, интерес к новому, инициативность, творчество и т. д.), отражает сущность общей мотивационной направленности в игровом переживании. Игровое переживание является, на наш взгляд, проявлением того, что Дж. Бьюдженталь называет «искусством жить», то есть жить открыто, свободно, творчески, сообразно своей сущности, которая по своей природе «приговорена к изменению» [7]. Оно является примером здорового бытия и благополучия человека и во многом совпадает с представлениями о здоровом способе жизни с позиции экзистенциализма и гуманизма, однако, обращение (средствами культурно-исторической психологии) к проблеме игрового переживания позволяет не только описать такой стиль жизни, но и понять, как он возможен. Обращение к проблеме игрового переживания ясно показывает, насколько велика роль образования, игровой деятельности, искусства, культуры во всем ее





богатстве и разнообразии в становлении здоровой, благополучной и свободной личности.

Современный мир содержит в себе массу возможностей быть личностью – творцом собственной жизни, но также таит в себе и опасность быть обезличенным. Посредством игрового переживания возможно овладение тем хаосом, которым приставлен современный мир и общество. Только являясь субъектом, человек может быть по-настоящему удовлетворен, тем как он живет. Игровое переживание как раз и является субъектным, рефлексивным, осмысленным способом бытия в котором человек реализует свою свободу и творческий потенциал.

#### **Используемая литература:**

1. Делёз Ж. Различие и повторение. СПб.: Петрополис, 1998. 384 с.
2. Дебор Г. Общество спектакля. М.: Опустошитель, 2011. 177 с.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2003. 352 с.
4. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. М.: Прогресс, 1994. 493 с.
5. Франкл В. Человека в поисках смысла. М.: Академический проект, 1998.
6. Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Прогресс, 1990. 230 с.
7. Бьюдженталь Д. Наука быть живым: диалог между пациентом и терапевтом в гуманистической терапии. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 336 с.
8. Дубровина И. В. Практическая психология в лабиринтах современного образования. М.: Моск. психол. соц. ун-т, 2014. 464 с.
9. Братусь Б. С. Аномалии личности. СПб.: Питер, 1988. 304 с.
10. Шувалов А. В. Психологическое здоровье человека // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. 2009. № 4 (15). С. 87-101.
11. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. М.: Педагогика, 1984. Т. 4. Детская психология. 432 с.
12. Сериков А. В. Основные характеристики игровой активности // Актуальные современной науки: сб. науч. статей. Минск: Белорус. гос. пед. ун-т, 2017. С. 146-151.
13. Жеребцов С. Н. Культура переживания и развитие личности // Диалог. Психологический и социально-педагогический журнал. 2016. № 1. С. 45-52.
14. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека: учеб. пособие. М.: Логос, 1996. 320 с. 15. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. М.: Педагогика, 1983. Т. 5. Основы дефектологии.

