УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

Сериков
Алексей Вячеславович

# Игровое переживание в структуре психологического здоровья личности

доклад

специальность 19.00.01 – Общая психология, психология личности, история психологии

Минск, 2017

**Тема диссертации:** Игровое переживание в структуре психологического здоровья личности.

**Научный руководитель:** Жеребцов Сергей Никифорович, кандидат психологических наук, доцент.

**Объект:** внутриличностная динамика в обеспечении психологического здоровья человека.

**Предмет:** игровое переживание в структуре психологического здоровья личности.

**Цель:** изучить место и роль игрового переживания в структуре психологического здоровья личности.

ПЛАН ДИССЕРТАЦИОННОЙ РАБОТЫ:

Введение.

1. Теоретические основания изучения игрового переживания в структуре психологического здоровья.

1.1 Игра в культуре и жизни человека, понятие игры.

1.2 Понятие «игровое переживание».

1.3 Способность к игровому переживанию.

1.4 Концепции психологического здоровья личности, его сущность.

1.5 Структура, уровни, условия психологического здоровья личности.

1.6 Характеристики переживаний и психологическое здоровье личности.

2. Эмпирическое исследование игрового переживания в структуре психологического здоровья личности.

2.1 Замысел и процедура исследования.

2.2 Методы и методики исследования.

2.3 Результаты исследования.

2.4 Обсуждение результатов исследования.

Заключение

С позиции культурно-исторической психологии личность является системным, социальным качеством и формируется путем интериоризации системы культурных артефактов (знаковые системы, выраженные с помощью них ценности, идеи и т.д.), опосредующих натуральные психические процессы, вследствие чего формируются высшие психические функции и становятся возможными основополагающие личностные характеристики: произвольность и осознанность. Также особенности интериоризуемой культуры задают «специфику» самой личности, можно говорить, например, о человеке средневековья, человеке эпохи ренессанса, человеке востока или запада и т.д. Данные преобразования, разумеется, сказываются и на характере переживаний личности.

Переживание понимается с позиции культурно-исторической психологии: во-первых, в качестве единства личностного и средового (в непрекращающемся взаимопроникновении личностного и средового человек познает действительность, вырабатывает к ней отношение). Во-вторых, в качестве единицы сознания, в которой в единстве дан аффект и интеллект.

В процессе культурного развития, переживание становится произвольным, осознанным (в том числе и его аффективная составляющая), хоть переживание и приобретает специфику, задаваемую опосредуемой его культурой, благодаря средствам этой же культуры личность может к ней достаточно критически отнестись.

Как было отмечено, каждая культура представляет собой уникальный набор средств, задающий специфику личности. По-видимому, цивилизация, современное общество с его особенностями, стимулирует появление все большего количества новых патогенных факторов (при сохранении и усилении старых) формирования преморбидной к различным психогениям личности. В данном случае речь идет о сохранении психического здоровья личности, но нужно отметить, что психическое здоровье является основой для здоровья психологического.

В конце XIX – н. XX века общество пережило кризис, в основу которого легло непропорциональное развитие материальной и духовной сторон культуры. В это время стало понятно, что все то, что накопило человечество за всю свою историю, больше не подходило современному обществу XX века. Так называемые «абсолютные истины», сама возможность их существования, были поставлены под сомнение. Например, Ф. Ницше констатировал: «Бог умер». Но если нет абсолютных ценностей – у человека нет твёрдой опоры, нет надёжного ориентира. 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 потенциал в данном отношении, но с другой стороны оно напоминает хаос, изобилующий всевозможными симулякрами, пустышками (массовая культура, телевиденье, реклама и т.д.), превращающими человека в машину желания, 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». В таких условиях, в отсутствии устойчивых ценностных ориентиров, легко стать объектом манипуляции очередной пустышки, выдающей себя за истину. Г. Дебор назвал такое общество «обществом спектакля», которое является отчуждающим и отстраняющим человека от его сути (свободы, творчества и т.д.)

С другой стороны, абсолютизация чего-либо в условиях ценностного, идейного плюрализма, ведет к слепому отрицанию всего отличного, рождает борьбу с инакомыслием, и как следствие – уничтожает саму способность мыслить.

В современном мире со всех сторон звучат противоречивые, но уверенные голоса, сообщающие о том, как нужно жить, как нужно выглядеть, к чему нужно стремиться, наполняющие сознание человека противоречивыми тенденциями, затрудняющими формирование его идентичности, что и повышает риск развития разного рода девиаций.

Альтернативным, саногенным способом бытия, по нашему предположению, является игровое переживание. Можно сказать, что предметы, явления не имеют раз и навсегда заданного смысла. Умение видеть все многообразие смыслов, ситуаций и явлений, посредством их произвольного включения личностью в разнообразные контексты является сутью игрового переживания. Игровое переживание – это внутренне мотивированный процесс трансформации смысла (смысловой реальности) в пространстве условности посредством культурных артефактов, развивающий свободу личности, ее творческий потенциал (*Игровое переживание – это внутренне мотивированная, свободная комбинаторика средствами в пространстве условности по превращению смысла)*. Игровое переживание порождается диалогически настроенным субъектом, который может, дистанцируясь, рефлексивно, критично «рассмотреть» ценности и смыслы другого человека, смыслы ситуаций и явлений, и уже на этой основе строить свое поведение. Игровое переживание – это игра смыслами ситуаций и явлений, позволяющая менять контексты, тем самым вскрывая все новые стороны реальности, расширяя свободу личности за счет более полного, целостного восприятия ситуации.

Сегодня, как было отмечено, жизненный мир человека может быть сколь угодно разнообразным, мир соткан из игровых моделей, которые можно практиковать. Игровое, рефлексивное переживание является профилактикой абсолютизма, оно позволяет быть гибким и в то же время критичным к тому, что происходит вокруг. Игра является пространством, в котором личность может экспериментировать, получать новый опыт, развиваться. Как отмечает С.Н. Жеребцов: «Игровое переживание потому и становится развивающим, что содержит возможность выхода за пределы любой наличности… Думается, что в этом суть игрового переживания как процесса превращения: переживая одно, человек знает о возможности другого переживания». В игровом переживании человек трансцендирует себя за переделы наличного опыта, расширяет свой жизненный мир, обогащает его. Это непрекращающийся диалог с мирами других людей, с предметным миром, в конечном счете, с самим собой. Игровое переживание – это всегда радостное переживание, связанное с пониманием относительности любых норм и долженствований, конечно, речь не об отрицании норм морали, законов, прав других людей. Игровое переживание предполагает знание правил, умение ими пользоваться и в тоже время понимание их условности, что дает человеку свободу в действии, простор для творчества, в том числе и жизнетворчества.

Почему такой способ переживания назван игровым? Это, с одной стороны, связано с тем, что игровая деятельность существенным образом влияет на характер переживаний в онтогенезе. Как указывал Л.С. Выготский, в игре происходит отделение восприятия от аффективной и моторной деятельности, именно «в

игровом действии мысль отделяется от вещи, и начинается действие от мысли, а не от вещи». Это делает поведение ребенка относительно свободным, вещи теряют свой непосредственный побудительный характер. В игре формируется воображение и воля, сама «игра переходит к внутренним процессам в школьном возрасте, к внутренней речи, логической памяти, абстрактному мышлению», формируется самосознание, эти и другие новообразования, как мы считаем, делают возможным игровое переживание.

С другой стороны, сама игра (идея игры, игровое отношение) может выступить в качестве мифа или ценности, некой жизненной философии, организующей жизнь человека. А.М. Лобок говорит о мифе (культурном и индивидуальном) как о высшей смыслопорождающей инстанции: «Именно миф оказывается тем высшим регулятором, который упорядочивает отношение человека к всепредметному миру и позволяет человеку не сойти с ума перед лицом открывающихся ему бесконечных предметных возможностей... Именно миф расставляет перед человеком систему своеобразных «указателей»: что должно являться более ценным, а что – менее…». Д.А. Леонтьев, описывая модель смысловой сферы личности, также наделяет миф статусом высшей смыслопорождающей инстанции, организующей жизнь человека.

Й. Хейзинга в своей работе «Человек играющий» указывает на универсальный характер игры, он считает, что сама культура рождается из игры и имеет игровой характер. Также Е. Финк наделяет игру статусом одного из основных феноменов человеческого бытия: «Она охватывает всю человеческую жизнь до самого основания, овладевает ею и существенным образом определяет бытийный склад человека, а также способ понимания бытия человеком». Кроме того, он отмечает: «Игра: не просто калейдоскоп игровых актов, но прежде всего основной способ человеческого общения с возможным и недействительным». То есть игра является источником развития, способом овладения неизвестным.

В качестве фундаментального, пронизывающего человеческую культуру феномена, рассматривает игру Н.А. Хренов. Автор отождествляет игру с досуговой деятельностью, целью которой является развитие человеческой личности. Досуг представляется свободным пространством, в котором человек занят значимой для него деятельностью. Игра или досуг способствует не только развитию личности, но и культуры в целом: «наличие досуга – предпосылка для развития не только личности, но и культуры в целом. Если в досуге каждая личность может найти и развить присущие ей уникальные способности, то и в культуре получают выражение все многообразные индивидуальные способности людей». С этой точки зрения потенциал культуры обусловлен представленностью в обществе человека как человека играющего. Таким образом, понимание игры как фундаментального явления, пронизывающего жизнь человека, позволяет нам предположить, что игра может выступать мифом, фундаментальной ценностью опосредствующей переживания человека, наделяя их игровым характером.

Также мы склонны считать, что в игровом переживании, которое, по нашему мнению, является дериватом игры, сохраняются признаки игры в ее широком смысле: преобладание внутренней мотивации, спонтанность, эмоциональное удовлетворение от процесса, катарсические свойства, осовбождающий, развивающий и терапевтический характер. В этом смысле игровое переживание обладает существенным саногенным потенциалом и вносит существенный вклад в обеспечение психологического и психического здоровья личности.

Предполагается, что человек, способный к игровому переживанию, может изменить, трансформировать смысл ситуации (в игровом переживании), тем самым нивелировать ее травмирующий характер, который и является причиной порождения разного рода психогенных расстройств (расстройства невротического круга).

Когда речь идет о психологически здоровой личности, то выделяют следующие ее характеристики:

- осознанность и осмысленность человеком самого себя, мира в целом, своего взаимодействия с миром;
- полнота «включенности», переживания и проживания настоящего, пребывание в процессе;
- способность к совершению наилучших выборов в конкретной ситуации и в жизни в целом;
- способность не только выражать себя, слушать другого человека, но и участвовать в сотворчестве с другим человеком;
- глубинная со-бытийность как способность человека пребывать в полноценном, способствующем совершенствованию участников контакте, подлинном диалоге и организовывать его;
- чувство свободы, жизни «в соответствии с самим собой» как состояние осознавания и следования своим главным интересам и наилучшему выбору в ситуации;
- ощущение собственной дееспособности «Я могу»;
- социальный интерес или социальное чувство (в терминологии А. Адлера), то есть заинтересованный учет интересов, мнений, потребностей и чувств других людей, постоянное внимание к тому, что рядом – живые люди;
- состояние устойчивости, стабильности, определенности в жизни и оптимистический, жизнерадостный настрой как интегральное следствие всех перечисленных выше качеств и свойств психологически здоровой личности. Это состояние не стоит путать с состоянием ригидности, «зашоренности» стереотипами и шаблонами. Наоборот, это состояние гибкого, но устойчивого баланса в динамичном, со значительной степенью неопределенности, жизненном мире.

Анализируя вышеперечисленные проявления психологического здоровья личности, нетрудно заметить, что способность человека к игровому переживанию во многом способствует его поддержанию.

**Замысел и процедура эмпирического исследования.**

Предполагается, что в исследовании примут участие взрослые люди, что обусловлено проблемой исследования: игровое переживание в структуре психологического здоровья личности (ставшей, состоявшейся личности). Конкретные параметры выборки в дальнейшем будут уточняться и обосновываться.

Предполагается определение уровня психологического здоровья респондентов (высокий\средний\низкий). В дальнейшем в каждой группе будет определяться уровень способности к игровому переживанию. Предполагается наличие положительной корреляции двух параметров. Далее наша задача показать, какое место в структуре психологического здоровья личности занимает игровое переживание, какова роль способности к игровому переживанию в обеспечении психологического здоровья.

Смысл исследования в том, что сам термин «психологическое здоровье» носит описательный характер. Он представляет собой набор эмпирических характеристик. Феноменология игрового переживания и феноменология психологического здоровья личности во многом пересекаются, однако другой задачей нашего исследования является определение конкретных механизмов осуществления игрового переживания, что в свою очередь позволяет понять конкретные механизмы сохранения (укрепления) психологического здоровья личности.

**Как будет изучаться игровое переживание?**

Н.Н. Вересов, анализируя содержание понятии «переживание» в работах Л.С. Выготского, проводит различение переживания как психологического феномена/процесса, который можно эмпирически наблюдать и исследовать и понятия «переживание» как теоретического инструмента анализа процесса развития.

В рамках нашего, предполагаемого эмпирического исследования нас больше интересует первое понимание переживания. «Переживание - общее название для непосредственного психического опыта; со стороны субъективной всякий психический процесс есть переживание. Во всяком переживании различают акт и содержание переживания; первый – есть деятельность, связанная с возникновением данного переживания; второе – содержание, состав того, что переживается» (Л.С. Выготский, 1931г.).

Здесь переживание представлено как явление, как сложный психологический феномен, оно является индивидуальным, субъективным. Оно может быть представлено *как процесс*, акт (как я переживаю) с одной стороны, и *как содержание* (что я переживаю) с другой. В этом смысле переживания – явления, которые можно непосредственно наблюдать в процессе исследования, фиксировать в качестве экспериментальных или эмпирических данных и затем анализировать (Н.Н. Вересов).

*Данные рассуждения могут служить некоторой схемой для нашего исследования игрового переживания.* Мы считаем, что имеет смысл изучать игровое переживание со стороны его содержания (непосредственной данности), а также как процесс со стороны его опосредованности (характер процесса переживания).

*Феноменология игрового переживания и ее изучение.* В данном случае речь идет об изучении переживания в плане его субъективной данности человеку во внутреннем плане сознания. Решение данной задачи требует теоретического определения феноменологического содержания игрового переживания (как человеку субъективно дано игровое переживание).

Л.С. Выготский выделил переживание в качестве единицы анализа сознания, в которой в единстве даны аффект и интеллект. Думается, что аффект и интеллект в их единстве и взаимосвязи – это то конкретное психологическое содержание, которое может быть изучено эмпирически. Предполагается изучить содержание и характер интеллектуальной составляющей (о чем я думаю и как я думаю), а также характер и содержание аффекта (что я чувствую и как я чувствую). Таким образом, может быть раскрываться специфика содержания аффекта и интеллекта в игровом переживании. Относительно взаимосвязи аффекта и интеллекта в игровом переживании планируется показать, что аффект, будучи усилен культурными средствами (интеллектом) становится произвольным и осознанным (свобода –

аффект в понятии), аффект перестает быть реактивным. Также интеллект становится живым благодаря аффекту.

Адекватным методом изучения проявления игрового переживания нам видится метод интервью.

*Переживание как процесс.* Здесь речь идет не столько о процессе переживания, его динамике. А о самом переживании как процессе взаимопроникновения личностного и средового, о том, чем обуславливается характер данного процесса.

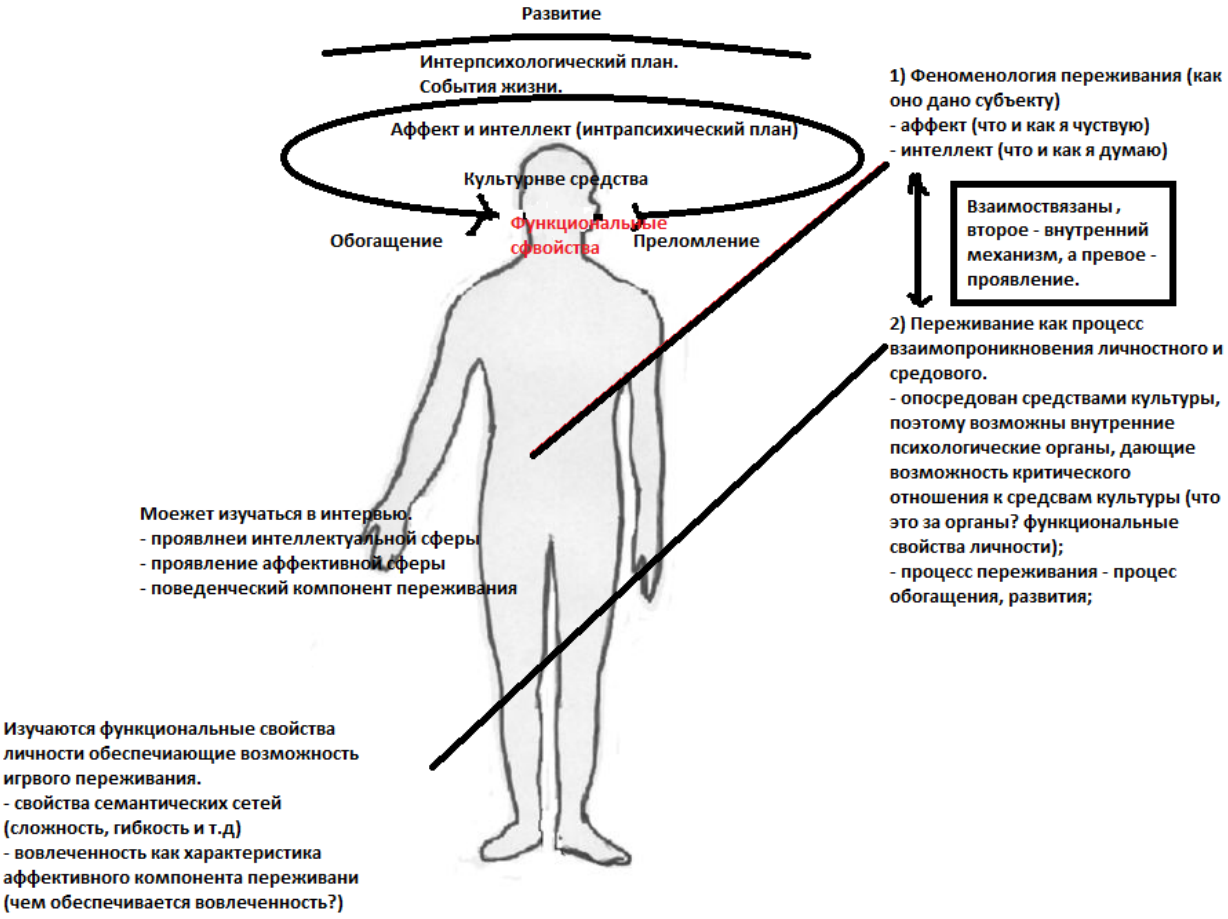
Л.С. Выготский вводит понятие «переживание» также в качестве характеристики социальной ситуации развития, выражающей единство личности и среды (Лекции по педологии). Говоря о социальной ситуации развития, обычно отмечают, что речь идёт не просто о влиянии среды на ребенка, а о том, как ребенок воспринимает среду, как он ее переживает: «Это (переживание) является такой призмой, которая определяет роль и влияние среды на развитие» (Лекции по педологии). То есть на характере переживания сказываются особенности личности.

Здесь мы говорим о способности к игровому переживанию. В.Д. Шадриков дает следующее определение способностям: «способности можно определить как свойство или совокупность свойств (качеств) вещи, системы, проявляющихся в процессе функционирования; допустимо сказать, что это функциональные свойства вещи, обусловливающие эффективность реализации вещью некоторой функции». То есть, когда мы говорим о способности к игровому переживанию, мы подразумеваем некоторые функциональные свойства системы (в нашем случае личности), которые обеспечивают реализацию ею игрового переживания.

Наша задача вывить те особенности личности, функциональные свойства, которые позволяют переживать подобным образом. В качестве таких функциональных свойств мы предположительно выделяем:

- семантическую гибкость и сложность (она обеспечивается развитой системой значений личности – научным мышлением, прежде всего);
- чувство юмора (самоподдерживающий стиль юмора);
- вовлеченность;
- воображение.

Разумеется, что структура способности к игровому переживанию требует дальнейшей доработки и уточнения. Предполагается в диссертационном исследовании конкретизировать функциональные свойства личности, которые, по нашему мнению, в совокупности (системе) составляют способность к игривому переживанию, то есть образуют его структуру, что позволит открыть путь к ее эмпирическому изучению.




Таким образом, с одной стороны, современная культура способна конституировать такие незрелые способы переживания, которые порождают психологическое нездоровье личности. С другой стороны, как мы считаем, в игровом переживании возможно овладение тем хаосом, которым представлена современная социальная ситуация. Личность (как орган принятий решений в ситуации неопределённости) именно благодаря такой ситуации усиливает себя культурными средствами (словом, понятием, мыслью). С помощью игрового переживания возможно обретение или возвращение к «человеческому в человеке», поскольку игровое переживание есть проявление жизненности и свободы, радости и включенности. Также, в контексте рассматриваемой проблемы, трудно переоценить роль образования, игровой деятельности, искусства, богатства и разнообразия культуры в становлении здоровой и свободной личности.