

КАТЕГОРИЯ «ПЕРЕЖИВАНИЕ» В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ: МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ

Тарелкин Александр Иванович

старший преподаватель кафедры «Гуманитарные дисциплины» Межгосударственного образовательного учреждения высшего образования «Белорусско-Российский университет»

Статья посвящена методологическим проблемам толкования категории «переживание» в современной психологии. Приводятся основные теоретические подходы к пониманию категории «переживание», а также психологические механизмы переживания. Указываются направления исследования переживания в современной психологии.

Успешность педагогической деятельности преподавателя вуза и учителя средней школы определяется не только конкретными практическими результатами, отраженными в учебных достижениях студентов и учащихся, но и субъективным благополучием и субъективной удовлетворенностью нахождением в учебном заведении, складывающимися позитивными межличностными отношениями педагога со всеми участниками образовательного процесса. Данный тезис ставит вопрос о нахождении элементарной единицы анализа указанного психологического благополучия. Такой элементарной единицей анализа психического является категория «переживание». Однако в современной психологии данный термин употребляется неоднозначно, что требует рассмотрения методологических подходов к анализу указанного понятия.

В русскоязычной психологии обозначилось несколько подходов к пониманию феномена «переживание». Наиболее узкий подход отождествляет переживание с эмоциональными явлениями. Переживание понимается как элемент эмоциональной жизни; любое эмоционально окрашенное явление; совокупность ощущений, эмоций, чувств, аффектов; целый круг эмоциональных реакций и состояний.

Другие авторы понимают «переживание» более широко, как психическое состояние в целом. «На психологическом уровне, на уровне сознания психическое состояние находит свое выражение в переживании...» [4, с. 7].

Наиболее распространенный подход к пониманию «переживания» заложен в работах Л.С. Выготского, который одним из первых в русскоязычной психологии обратился к анализу данного понятия, ввел его в научный обиход. Согласно Л.С. Выготскому «переживание» – это внутреннее отношение человека к тому или иному моменту действительности, к тому или иному внешнему событию. Переживание позволяет соединить внутреннее и внешнее, подчеркивает взаимосвязь личности и среды. Переживание – это элементарная первичная единица анализа сознания: вся психическая жизнь представлена человеку в переживаниях; в переживании преломляется вся окружающая действительность. Данное понимание нашло отражение в ряде работ современных психологов. «... Определяющее свойство переживания – переживание всегда является переживанием события (то есть происшествия случая). Под событием мы понимаем некоторые движения (взаимодействия), ограниченные некоторыми пространственными и временными рамками...» [6, с. 4]. Такое понимание отождествляет переживание и отношение: «Переживания личности и ее отношения представляют собой взаимосвязанные категории» [1, с. 12].

Более поздний подход (но не менее распространенный среди современных русскоязычных авторов) разработан Ф.Е. Василюком [2]. Данный подход еще называют «экзистенциальным». Согласно данному пониманию «переживание» – это форма деятельности по смыслообразованию в критической ситуации невозможности достижения субъектом ведущих мотивов и планов его жизни. «Переживание рассматривается как особая форма активности, позволяющая человеку в критической жизненной ситуации перенести тяжелые события, обрести благодаря переоценки ценностей осмысленности существования...» [5, с. 11]. Данный подход указывает на тесную связь переживания и преодоления: пережить – значит преодолеть.

Наиболее дискуссионный вопрос в рамках существующего разнообразия подходов связан с выявлением психологических механизмов переживания. Как было показано выше наиболее узкий подход связывает переживание только лишь с эмоциями. Ряд авторов расширяют видение протекания переживания как единства эмоциональных и когнитивных процессов, исходя из тезиса «единства аффекта и интеллекта». М.С. Волохонская указывает: «Источником переживания является, с одной стороны, соотношение потребности субъекта и возможностей окружающей среды (именно оно порождает эмоцию, отражающуюся в сознании), а с другой стороны – картина мира субъекта, система его когниций (она влияет на субъективную оценку сложившейся ситуации)» [3, с. 10]. Другие авторы рассматривают переживание еще шире как единство эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов (М.Л. Сабунаева, В.С. Отрадинская).

Рассматривая переживание обобщенно как единицу анализа сознания, ряд авторов включают в переживание широкий круг психических явлений, иногда полностью отождествляя процесс сознания и переживание. Л.В. Трубицына в качестве элементов переживания называет: «процесс когнитивной переработки события, эмоции, комплекс психофизиологических процессов и механизмов, а также действующие в данный промежуток времени установки» [6, с. 14]. Подчеркивается включение в переживание практически всех психических процессов: когнитивных, волевых, рефлексивных. Л.Р. Фахрутдинова выделяет следующие характеристики переживания: «...пространственные (глубина, широта представленности во внутреннем мире, сложность, дифференцированность и др.), временные (длительность, протяженность переживания, ощущение последовательности событий и пр.), информационные (субъективная значимость, аккадационный потенциал получаемой информации и пр.), энергетические (сила, интенсивность, насыщенность и др.), телесные (самоощущения проприо-, экстра-интерорецепторов), эмоциональные (эмоциональные процессы), когнитивные (образы, ассоциации и др.), психосемантические (оценка, активность, упорядоченность и др.)» [7, с. 8].

Следует констатировать, что несмотря на многообразие

подходов к пониманию переживания и отсутствия единства авторов по поводу природы указанного явления, категория «переживание» широко используется современными психологами при проведении теоретических и эмпирических исследований.

Можно выделить следующие направления исследования переживания:

- общие психологические закономерности и механизмы переживания;
- поведение человека в трудной жизненной ситуации, переживание травмирующего события, экстремальной ситуации (утрата близкого, террористическая угроза и т.п.);
- переживание конкретных ситуаций и проблем межличностного общения (одиночество, измена, развод, вина, тоска, педагогическое общение);
- возрастные особенности переживания.

Таким образом, существуют следующие методологические подходы к пониманию категории «переживание»: переживание как элемент эмоциональной жизни; как психическое состояние; как внутреннее отношение человека к тому или иному внешнему событию; как форма деятельности по смыслообразованию в критической ситуации невозможности достижения субъектом ведущих мотивов и планов его жизни. Выделяют следующие механизмы переживания: переживание отождествляется с эмоциональными процессами; переживание рассматривается как единство эмоциональных и когнитивных процессов; переживание понимается как единство эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов; переживание отождествляется с сознанием, включая в своей структуре практически все психические процессы.

Список использованной литературы

1. Бузыкина, Ю. С. Взаимосвязь переживания экстремистско-террористической угрозы и социально-психологических характеристик представителей разных поколений (на материалах Пензенской и Волгоградской областей) : автореф. ... дис. канд. психолог. наук : 19.00.05 / Ю.С. Бузыкина ; Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского. – Пенза, 2015. – 27 с.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 199 с.
3. Волохонская, М. С. Содержательные и динамические характеристики переживания ситуаций взаимодействия (на примере переживания преподавателей и студентов) : автореф. ... дис. канд. психолог. наук : 19.00.01 / М. С. Волохонская ; Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена. – Санкт-Петербург, 2008. – 24 с.
4. Денисов, М. Ю. Зависимость опыта переживания психических состояний от личностных особенностей : автореф. ... дис. канд. психолог. наук : 19.00.01 / М. Ю. Денисов ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург, 1992. – 17 с.
5. Нефагина, Я. Н. Моделирование личностных предикторов интенсивности переживания смыслового кризиса : автореф. ... дис. канд. психолог. наук : 19.00.01 / Я.Н. Нефагина ; Национальный исследовательский Томский государственный университет. – Томск, 2016. – 23 с.
6. Трубицына, Л. В. Переживание травмирующего события как проблема психологии личности : автореф. ... дис. канд. психолог. наук : 19.00.01 / Л. В. Трубицына ; МГУ им. М. В. Ломоносова. – М., 2005. – 23 с.
7. Фахрутдинова, Л. Р. Структурно-динамическая организация переживания субъекта : автореф. ... дис. д-ра психолог. наук : 19.00.01 / Л. Р. Фахрутдинова ; Казанский (Приволжский) федеральный университет. – Казань, 2012. – 41 с.