

14-й Санкт-Петербургский
саммит психологов
31 мая – 3 июня 2020 года



Человек саморазвивающийся: концепции, диагностика, психотехники

Низовских Нина Аркадьевна,
д. психол. н., доцент кафедры психологии
Вятского государственного университета

О себе

Должности:

доцент кафедры психологии Вятского государственного университета (ВятГУ, Киров);
научный руководитель магистерской программы по психологии личности;
главный редактор журнала «Вестник Вятского государственного университета»

Учителя в науке:

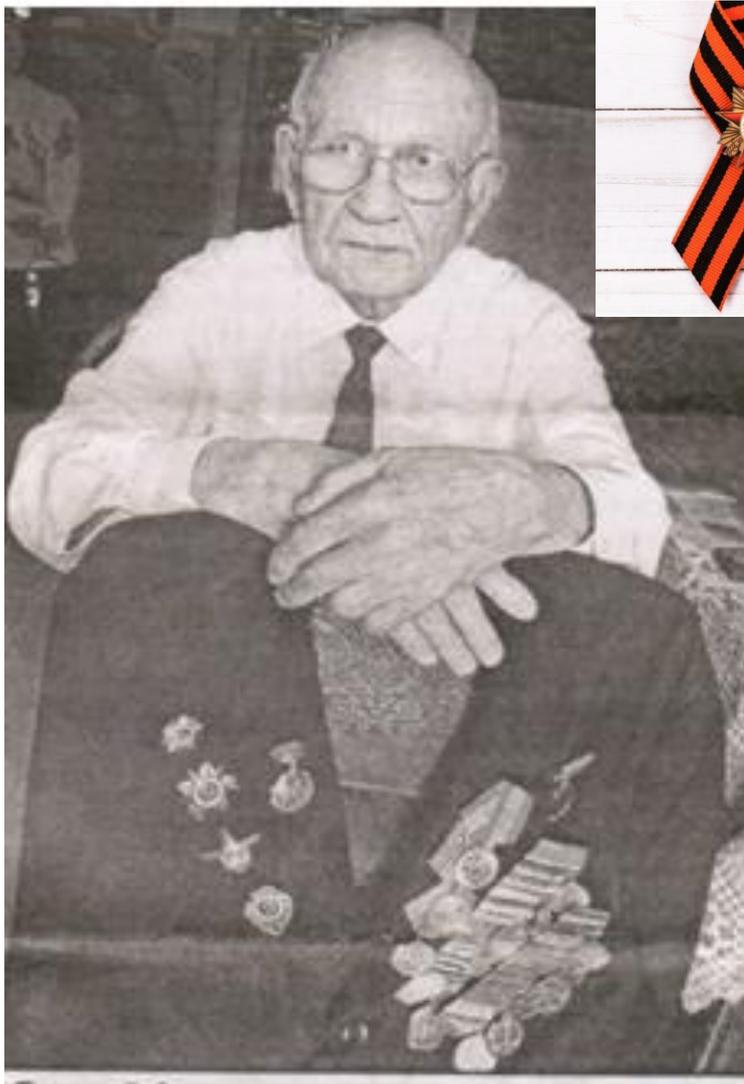
Валерия Сергеевна Мухина
Виктор Федорович Петренко

Образование:

МГПУ им. В.И. Ленина, факультет педагогики и психологии (дошкольной)

Диссертация доктора наук:

Жизненные принципы в личностном саморазвитии человека (МПГУ, 2010)



Евгений Алексеевич Якимов
6.10.1922 – 31.12.2011

Заповеди Учителя

Будь для своих учеников образцом во всём: в одежде, в поведении, в общении с людьми.

Не оскорбляй ученика насмешкой и презрением.

Не ругай целый класс.

Никогда не ставь в пример себя и не делай личную жизнь достоянием учеников.

Помни, что на уроке должно быть место для шутки.

Хвали ученика даже за самую маленькую удачу.

Не забывай, что у учеников есть родители.

Спешите делать добрые дела, зло не заставит себя ждать!

План

1. Два подхода к трактовке саморазвития.
2. Интегрированный личностно-деятельностный подход.
3. Мотивация саморазвития.
4. Психотехника саморазвития.
5. Диагностика психологической готовности к саморазвитию.
6. Психологическое сопровождение саморазвития.
7. Время для дискуссии

1. Два подхода к трактовке саморазвития.
Есть ли возможность сближения позиций?

Что есть саморазвитие?

Специфическая особенность и фундаментальная способность человека (В.И. Слободчиков)

Одна из высших человеческих потребностей (А. Маслоу)

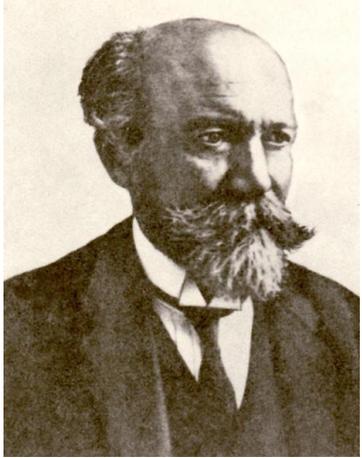
Архетипическое стремление человека (К. Г. Юнг)



Петр Федорович Каптерев
1849-1922

П. Ф. Каптерев рассматривал понятие саморазвитие в двух значениях:

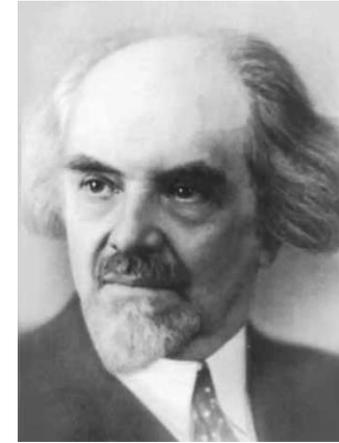
- спонтанное развитие человека
- самостоятельно организованное человеком развитие себя



Николай
Онуфриевич
Лосский
(1870-1965)

«Русский человек,
заметив какой-либо свой
недостаток и нравственно
осудив его, преодолевает
его и вырабатывает в
совершенстве
противоположное ему
положительное качество»

(Условия абсолютного добра, 1991,
с. 273)



Николай
Александрович
Бердяев
(1874-1948)

«Духовная работа над
формированием своей
личности не представляется
русскому человеку нужной и
пленительной»

(Судьба России. Опыт психологии войны и
национальности, 1990, с. 73)

Приводится по: Акопов Г. В. Российское сознание. Самара, 1999, с. 59.



Два подхода к трактовке саморазвития

Саморазвитие как
результат творческой
самодеятельности

Саморазвитие как
активность человека,
направленная на
самоизменение

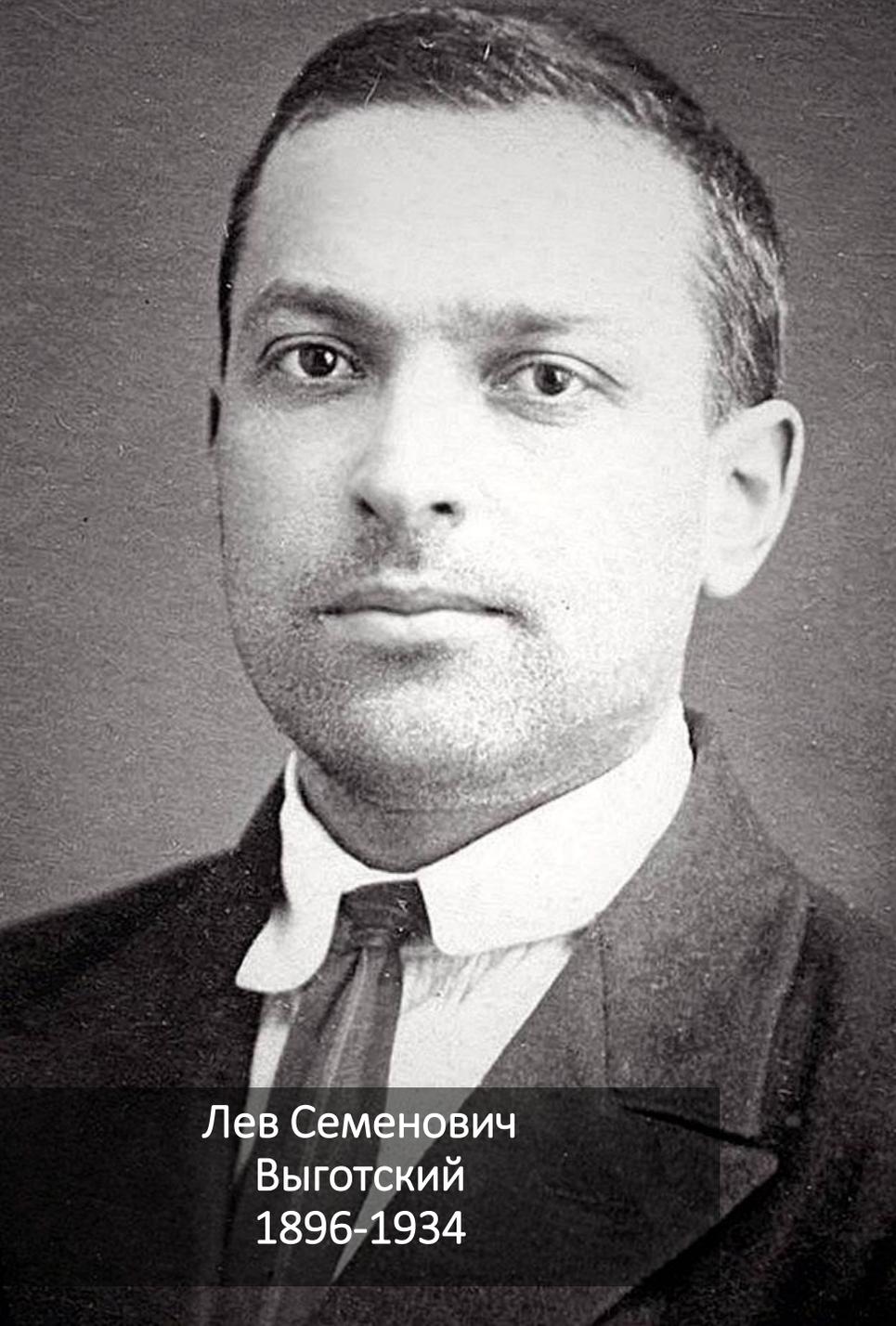


Сергей Леонидович
Рубинштейн
1889-1960

Первый подход

«Субъект в своих деяниях, в актах своей творческой самодеятельности не только обнаруживается и проявляется, он в них создается и определяется» [1986, с. 106].

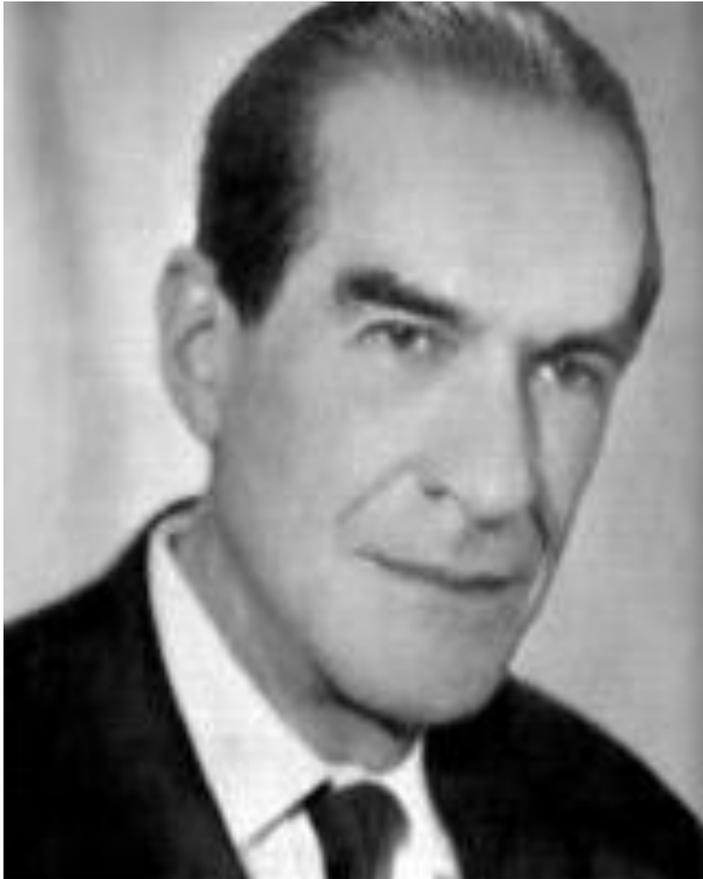
«Есть только один путь <...> для создания большой личности: большая работа над большим творением» [там же].



Лев Семенович
Выготский
1896-1934

Второй подход

Концепция самодвижения, в частности, «воплощается в теориях творческой эволюции, направляемой автономным, внутренним, жизненным порывом целеустремленно саморазвивающейся личности, волей к самоутверждению и самосовершенствованию» [1984, с. 247–248].



Личность выступает как то, что человек делает из себя, утверждая свою человеческую жизнь (А.Н. Леонтьев)



Личность - носитель определенной картины мира, микрокосм индивидуальных значений и смыслов. Человек обладает потенциальной множественностью возможных путей своего развития (В. Ф. Петренко)

Феномен «внутренней позиции личности» В. С. Мухиной

Внутренняя позиция личности определяется «телесными самоощущениями, переживанием соединенности тела, психики и духа, а также присущим человеку чувством личности» [Мухина, 2007, с. 739].

Быть личностью – созидание самого себя, творческая, ответственная, нескончаемая работа души и духа.

Внутренняя позиция личности – позиция человека, включенного в творчество как деятельность



2. Интегрированный личностно-деятельностный подход



Личностное саморазвитие

«Специфическая деятельность человека по созданию качественно нового в своем сознании, отношениях, переживаниях и поведении, осуществляемая в соответствии с жизненными задачами и внутренними побуждениями при помощи специальных психологических средств» [2007, с. 9].

БАКАЛАВР • МАГИСТР

В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина

ПСИХОЛОГИЯ САМОРАЗВИТИЯ

УЧЕБНИК и ПРАКТИКУМ

2-е издание



УМО ВО рекомендует



СООТВЕТСТВУЕТ
ПРОГРАММАМ
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ШКОЛ

Юрайт
ИЗДАТЕЛЬСТВО
8 800 100 0000



3. Мотивация саморазвития.

Что может побуждать человека к саморазвитию?

Мотивы саморазвития

Связанные
с другими
людьми

подражание
потребность в любви и признании
стремление к независимости

Направленные
на себя

самопознание, самопонимание
самоактуализация, самореализация
самоутверждение, самовыражение

Экзистен-
циальные

стремление к обогащению своих сущностных сил,
ответственность, вина, совесть, свобода,
стремление к смыслу, идея смерти

4. Проблема психотехники саморазвития.

Какие инструменты человек может использовать для саморазвития?

Л. С. Выготский о психотехнике

Л. С. Выготский считал, что одна из главных целей психологии – это «психотехника – в одном слове, т.е. научная теория, которая привела бы к подчинению и овладению психикой, к искусственному управлению поведением» [Выготский, 1982, с. 389].

Культурно-историческая концепция была с момента своего возникновения психотехнической теорией, способной вести человека к овладению психикой и управлению поведением

Значение слова «средство» в языке

- прием, способ действия для достижения чего-нибудь;
- орудие (предмет, совокупность приспособлений) для осуществления какой-нибудь деятельности;
- лекарство, предмет, необходимый при лечении;
- деньги, кредиты;
- капитал, состояние (Ожегов, 1986, с. 660)



Психологические средства личностного саморазвития

- это приемы и способы действий, психологические орудия и инструменты, используемые личностью для создания нового в своем сознании, отношениях, переживаниях и поведении



Психотехника саморазвития

- комплекс психологических средств как социокультурных орудий и способов воздействия человека на самого себя и свою жизнедеятельность с целью достижения целенаправленных изменений

Инструменты (средства) личностного саморазвития человека



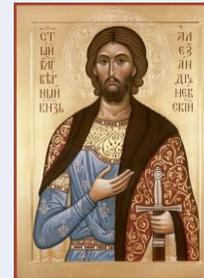
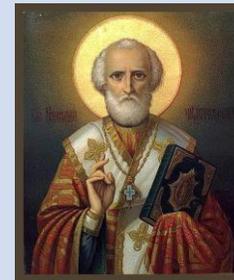
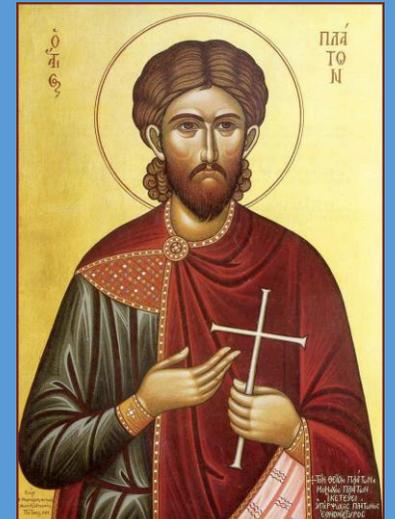
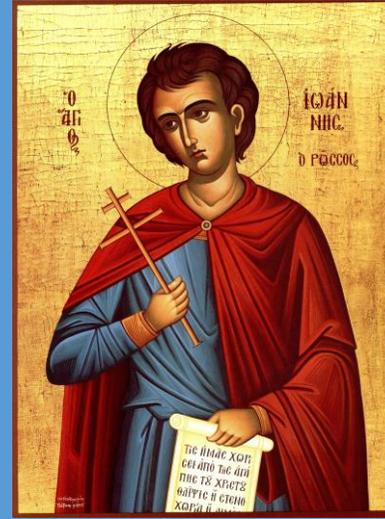
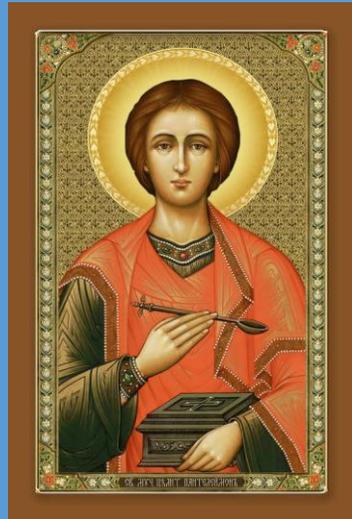
Образы как средство личностного саморазвития

Образ как средство личностного саморазвития соотносится с понятием *образец* в значении «то, чему нужно следовать, подражать» (Ожегов, 1986, с. 372)

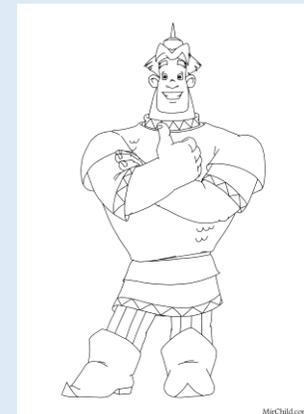
М. К. Мамардашвили, размышляя об ответственности человека за его способность к различению добра и зла, связывает эту способность с совестью и «сцепленностью» человека «в некотором завершенном плане бытия» с воображением или с образами, например с образом Христа

А. Маслоу: «Каждый век, кроме нашего, имел свой идеал. Все они были выдвинуты культурой: **святой, герой, джентльмен, рыцарь, мистик**. А то, что предложили мы, – **хорошо приспособленный человек без проблем** – это очень бледная и сомнительная замена. Может быть, нам вскоре удастся использовать как образец и модель растущего и самодостаточного человека, чьи возможности нацелены на полное развитие, чья внутренняя природа выражает себя свободно, а не извращается, подавляется или отрицается» (Цит. по: Гобл, 1999, с. 388).

Святой (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Герой (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Джентльмен (первые 12 картинок на Яндекс 23.05.2020)



Рыцарь (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Мистик (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Хорошо приспособленный человек

(первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Хорошо приспособленный человек

(первые 12 картинок на Яндекс. 03.06.2020)



Успешный человек (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Психолог (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Действия как средство личностного саморазвития (примеры)

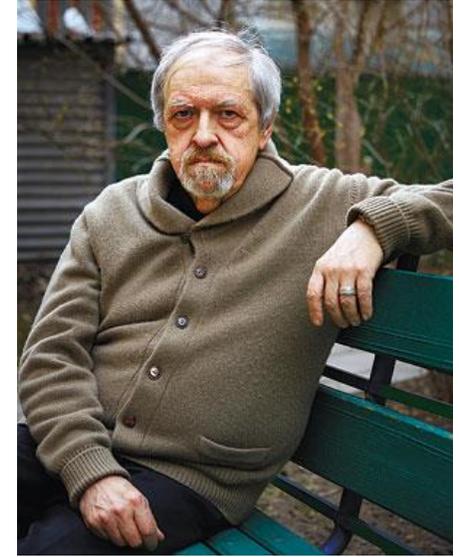
- 1) пример частного и конкретного действия, предложенный Г. Дейвис для выработки позитивного мышления по отношению к себе: на запястье нужно надеть резинку, и каждый раз, как только в отношении себя появится негативная мысль, следует оттянуть и отпустить резинку – так, чтобы вечером каждого дня по глубине оставшегося следа можно было бы сделать вывод о степени принятия/непринятия себя и динамике отношения к себе;
- 2) ведение дневника;
- 3) приверженцы транзактного анализа делают ставку на терапевтический контракт, исходящий от самого индивида, который должен быть ориентирован на действие: я хочу «сбросить тридцать фунтов» или я хочу «быть способным иметь эрекцию со своей женой по крайней мере раз в неделю»;
- 4) экзистенциальный терапевт может предложить что-то, что является очевидным поведенческим выбором, но что пациент никогда не рассматривал вследствие ограниченности его поля зрения. Вопрос “Почему бы нет?” бывает порой полезней, чем вопрос “Почему?” (И. Ялом)



Исповедь

«Смысл исповеди в том, чтобы, осознав губительное для души, покайся в этом, стремиться больше этого не делать. Исповедь сопряжена с ответственностью и волей человека»
(Василюк, 2005, с. 55)

Христианская психотехническая культура саморазвития



Молитва

«Акт молитвы есть путь человека к Богу как самоизменение в процессе непрерывной молитвы»
(Мусхелишвили, 1994, с. 79). «Хотя молитва направлена от человека к Богу, ее адресатом оказывается сам молящийся» (там же). В акте молитвы реализуется воля к изменению собственной воли, которое призвано ориентировать ее относительно сакральной сферы (с. 85)

Символы как средство личностного саморазвития

Процессы личностного развития и саморазвития человека обеспечиваются символической функцией речи, образов, действий. Но символы выступают и как самостоятельные средства личностного саморазвития.

Р. Мэй проясняет связующую функцию символа указанием на то, что «слово *символ* происходит от двух греческих слов: *συν*, “с”, и *βαλλειν*, “бросать, кидать”, – и означает буквально “соединять”.

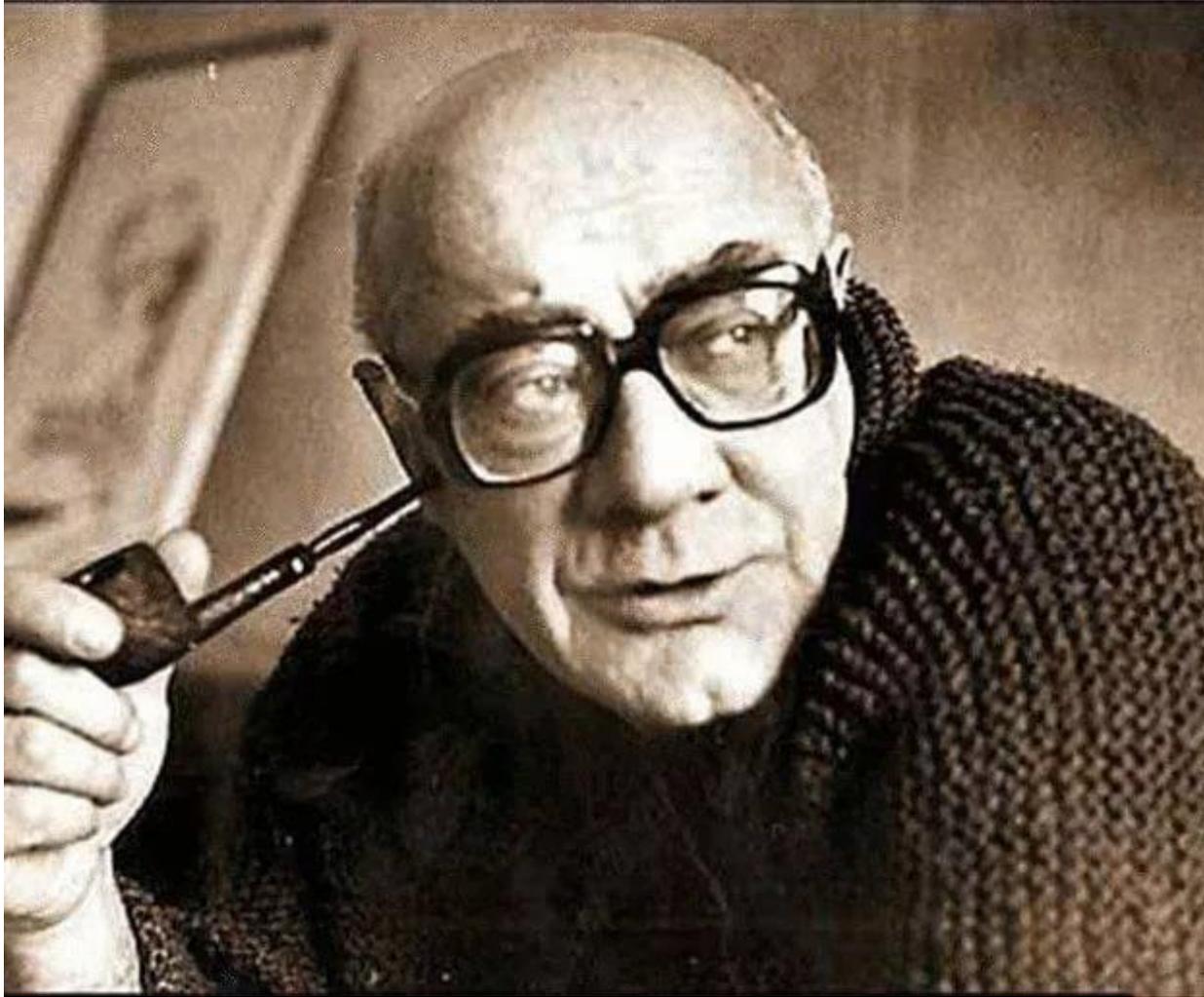
Символ связывает воедино разные стороны опыта, такие как сознательное и бессознательное, индивидуальное и общественное, историческое прошлое и непосредственное настоящее. <...>

Поскольку символы приводят к соединению смыслов, они высвобождают огромную энергию» (Мэй, 2001, с. 77–78). «Символ охватывает разные слои реальности и участвует в образовании самой реальности» (*Там же*, с. 272)

Саморазвитие (первые 12 картинок на Яндекс. 23.05.2020)



Произведения искусства как средство личного саморазвития



Мераб Константинович Мамардашвили
1930–1990

Можно организовать себе бытие определенным образом через предоставляемые нам средства, а такими средствами являются произведения искусства, произведения мысли, культурные произведения. Благодаря им и их символам и через их небуквальный смысл мы можем жить человечески

Речь как средство личностного
саморазвития



Л. С. Выготский рассматривал речь в качестве центральной и ведущей функции развития

«Речь, являющаяся вначале средством связи, средством общения, средством организации коллективного поведения, позже становится основным средством мышления и всех высших психических функций, основным средством построения личности» [*Выготский*, 1984, с. 223].

М.К. Мамардашвили о роли языка в жизни личности

- жизнь человека как эмпирического существа не личностна, личность «живет в языке»
- все ответы, которые человек пытается получить в ходе своей жизни, «уже существуют в самом языке», «в языке существует некоторое потенциальное вербальное присутствие философской мысли»

М.К. Мамардашвили о силе языка

- следование человека лишь внешней культурной норме – трагично; ему противостоит напряженность свободного усилия как «проявление нашего действия над собой, самостоятельное переживание – в том числе уже существующих истин;
- если мы вбираем в себя смысл живого голоса других, переживших бытие, то и мы живы и можем делать или понимать то, чего не могли бы достигнуть своими силами

Жизненные принципы

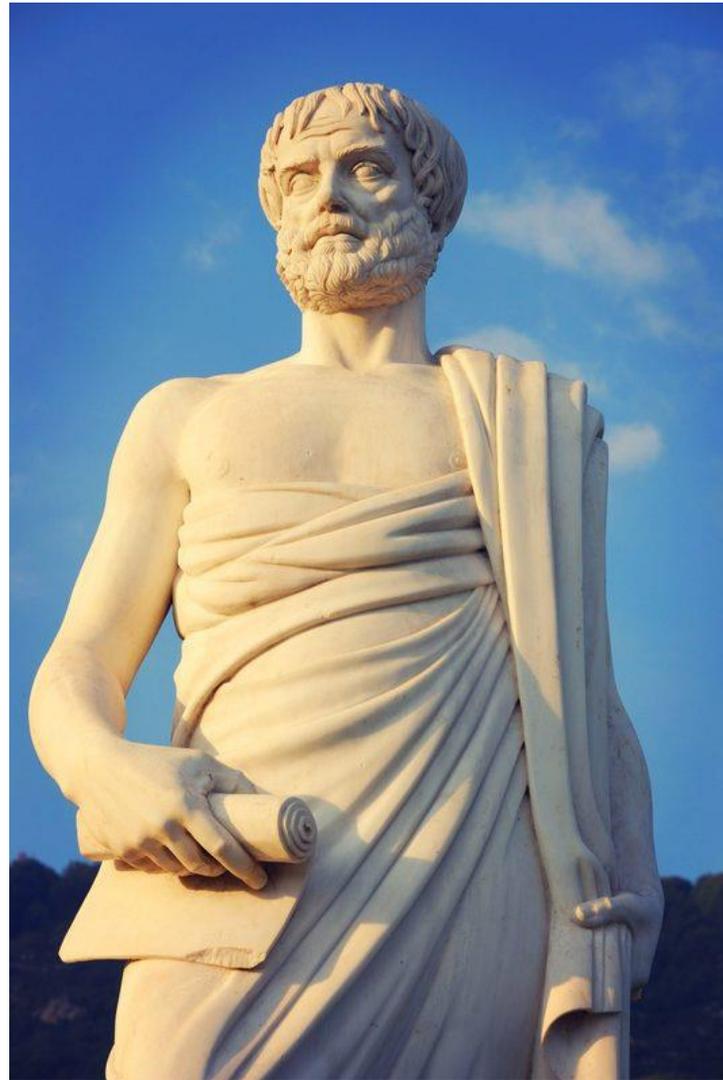
Распространенный психологический феномен, наряду с целями и смыслом жизни человека. Содержание жизненных принципов отражает важнейшие ценностные ориентации и отношения человека и выступает как его жизненная идеология (философия).

Феноменологически жизненные принципы представляют собой речевые высказывания, ценностные суждения, идеи, избранные человеком в качестве основополагающих, определяющих его позицию и поступки.

Жизненные принципы есть некоторая внутренняя позиция, определяющая поведение и характер действий человека.

Посредством жизненных принципов человек выступает как *творящая себя личность*

*Дело человека – некая жизнь,
а жизнь эта – деятельность души
и поступки при участии суждения*
Аристотель



Некоторые правила, помогающие человеку жить в любую эпоху

- заботиться о себе
- любить людей
- помнить о принципиальной незавершенности развития («если я остановлюсь в своем развитии, я перестану быть собой»)
- изменять себя, не изменяя себе
- «выбирайся своей колеей»
- помнить о «жизни будущего века»...

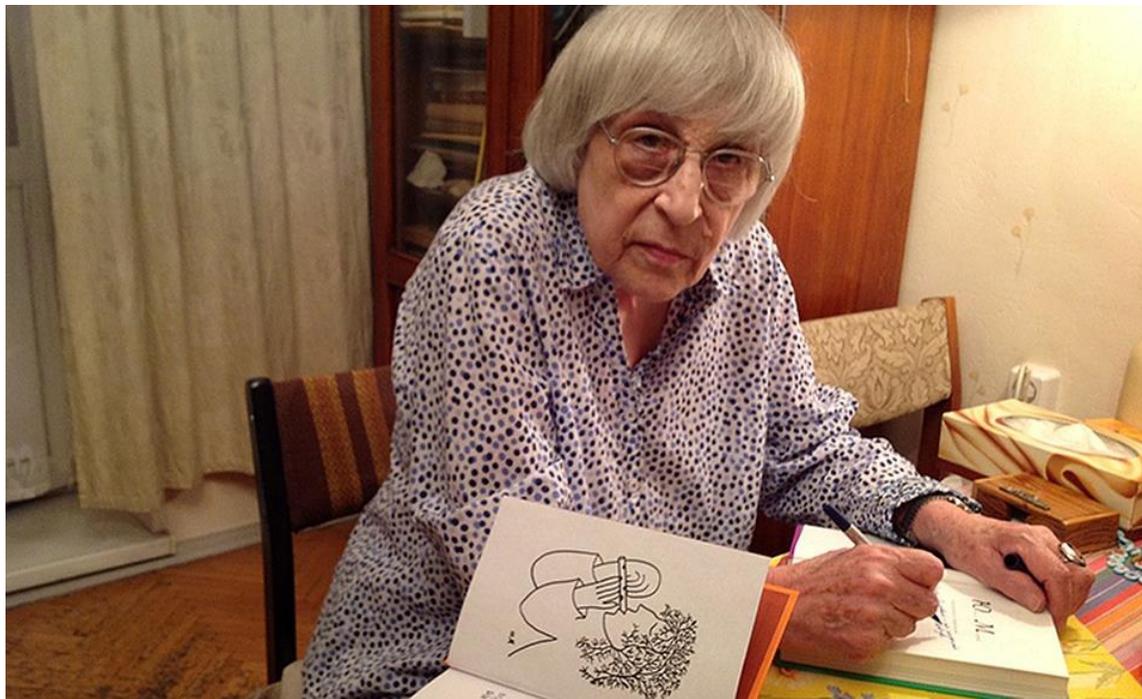
....



ХОРОШО - БЫТЬ МОЛОДЫМ!

Хорошо - быть молодым,
За любовь к себе сражаться,
Перед зеркалом седым
Независимо держаться,
Жить отважно - черново,
Обо всем мечтать свирепо,
Не бояться ничего -
Даже выглядеть нелепо!
Хорошо - всего хотеть,
Брать свое - и не украдкой,
Гордой гривой шелестеть,
Гордой славиться повадкой,
То и это затевать,
Порывая с тем и этим,
Вечно повод подавать
Раздувалам жарких сплетен!
Как прекрасно - жить да жить,
Не боясь машины встречной,
Всем на свете дорожить,
Кроме жизни скоротечной!
Хорошо - ходить конем,
Власть держать над полным залом,
Не дрожать над каждым днем
Вот уж этого навалом!

(Фрагмент стихотворения Юнны Петровны Мориц, 1975)



5. Диагностика психологической готовности к саморазвитию

Актуальность

Готовность к саморазвитию - значимый личностный ресурс профессиональной эффективности.

Это побуждает практиков обращаться к диагностике готовности к саморазвитию в различных обстоятельствах:

- при изучение субъектов образовательного процесса,
- при подборе персонала на должности топ-менеджеров,
- при отборе претендентов для участия в престижных лидерских конкурсах,
- для замещения вакантных должностей в госслужбе и др.

Методики диагностики готовности к саморазвитию

1. **Тест «Готовность к саморазвитию» В. Л. Павлова** выявляет два компонента саморазвития: самопознание и самосовершенствование. По итогам диагностики анализируются четыре типа готовности: тип «А» – «могу самосовершенствоваться, но не хочу знать себя»; тип «Б» – «хочу знать себя и могу самосовершенствоваться»; тип «В» – «не хочу знать себя и не хочу самосовершенствоваться»; тип «Г» – «хочу знать себя, но не могу себя самосовершенствовать» [по: Ратанова, Шляхта, 2000, с. 239–241].
2. **Методика диагностики готовности к саморазвитию А. М. Прихожан** выявляет направленность личности на саморазвитие. Предназначена для диагностики тенденции к саморазвитию у подростков [Прихожан, 2007, с. 42–43].
3. **Методика «Диагностика уровня саморазвития и профессионально-педагогической деятельности» Л. Н. Бережновой** позволяет выявить степень готовности к саморазвитию и самооценку личностных качеств, способствующих саморазвитию. Методика предназначена для самоисследования педагогов [по: Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М., 2002].
4. **Диагностика уровня парциальной готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию** направлена на оценку уровня сформированности умений и навыков саморазвития; учитываются показатели мотивационного, когнитивного, нравственно-волевого, гностического, коммуникативного и организационного компонентов психологической готовности, а также способность к самоуправлению. Предназначена для диагностики педагогов [по: Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М., 2002].
5. **Методика диагностики индивидуальных особенностей, препятствующих саморазвитию личности В. Ю. Костенко.** Методика направлена на выявление препятствий к саморазвитию, в качестве которых выступают такие личностные качества как эгоизм, ригидность и внутренняя несогласованность. Отличительной особенностью данной методики является то, что данная методика стандартизирована, прошла психометрическую проверку [Костенко, 2015].

Разработка диагностического инструментария на выявление готовности к саморазвитию должна учитывать ряд условий

- 1) нужно исходить из сущностных характеристик феномена саморазвития, то есть прежде всего из того, что понятие «саморазвитие» акцентирует самодетерминированный характер развития;
- 2) важно принимать во внимание то, что хотя саморазвитие «...начинается вместе с жизнью и разворачивается внутри нее, человек долгие годы – нередко всю жизнь – может и не быть его субъектом, тем, кто инициирует и направляет этот процесс» [Слободчиков, Цукерман, 1996, с. 47];
- 3) необходимо исходить из представления о том, что не для всех живущих на земле людей саморазвитие актуально, поскольку «даже в рамках европейской (христианской) культуры саморазвитие <...> не единственно возможный и даже не самый распространенный вектор развития личности» [Слободчиков, Исаев, 2000, с. 193];
- 4) следует помнить, что саморазвитие может выступать не только как стремление изменять себя, но и как стремление остаться верным самому себе (В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев)

6. Психологическое сопровождение саморазвития

Когда нужно начинать
содействовать
саморазвитию?

Длительный период
дошкольного и школьного
детства подлинным субъектом
развития является со-бытийная
общность ребенка и взрослого
(В. И. Слободчиков).

Вопрос о сроках постановки
задач саморазвития надо решать
чрезвычайно осмотрительно и
лучше «семь раз отмерить» с
помощью всех известных
периодизаций психического
развития (Г. А. Цукерман)



Саморазвитие на этапах онтогенеза

На ступени младшего школьного возраста уже возможно ставить и решать задачу создания условий для превращения ребенка в субъекта, заинтересованного в самоизменении и способного к нему.

Подростковый возраст в плане саморазвития является «поворотным», определяющим.

В юношеском возрасте центральной задачей является личностное и профессиональное самоопределение.

Саморазвитие может продолжаться **на протяжении всей жизни человека**



Людмила Ивановна
Анцыферова
1924-2013

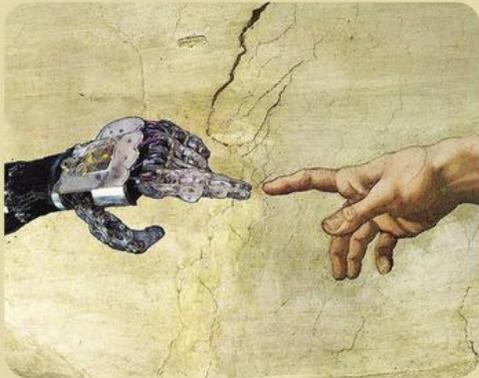
Критерии прогрессивного развития личности (по: Л. И. Анцыферовой)

-
- рост целостности и интегративности психологической организации личности;
 - усиление взаимосвязей различных свойств и характеристик личности;
 - накопление новых потенций развития;
 - расширение и углубление связей с окружающим миром, обществом, другими людьми;
 - возрастание многоуровневости и системности ценностно-смысловых отношений человека к миру;
 - реализация ценностно-смысловых отношений в созидательной деятельности, общении, активном созерцании, эстетическом переживании

Цифровая эпоха:
НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ЛИЧНОСТНОГО
САМОРАЗВИТИЯ

В. А. ПЛЕШАКОВ

**КИБЕРСОЦИАЛИЗАЦИЯ
ЧЕЛОВЕКА:
от Homo Sapiens'a
до Homo Cyberus'a**



Москва
2012

ИЗДАТЕЛЬСТВО
ПРОМЕТЕЙ

Идеи о человеке цифровой эпохи

«человек, продолженный технологиями»
(Маклюэн, 2007)

«человек достроенный» (Фейгенберг, 2011)

«человек кибернетический» (Плешаков, 2012)

«поколение WEB»

«цифровое племя»

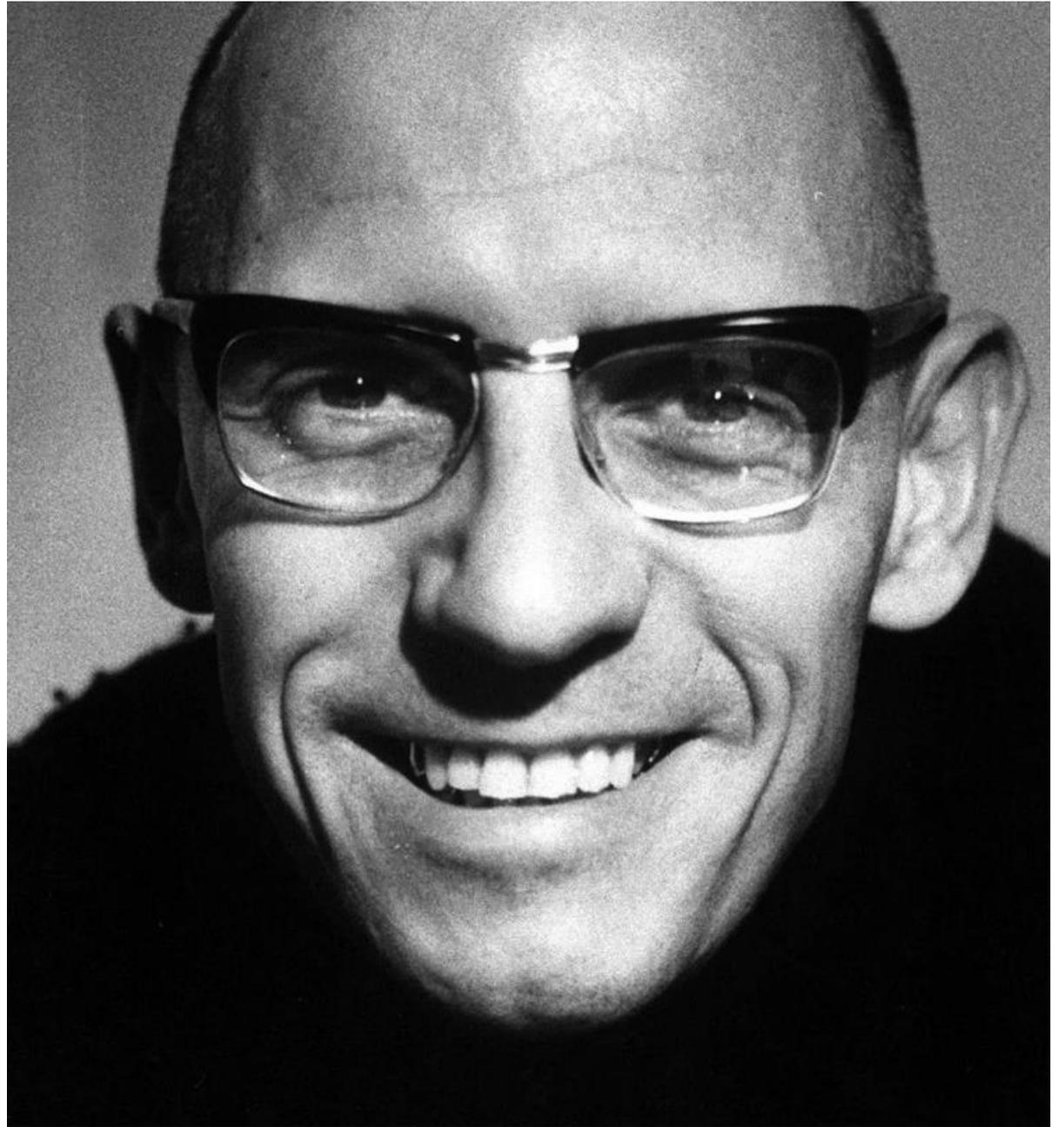
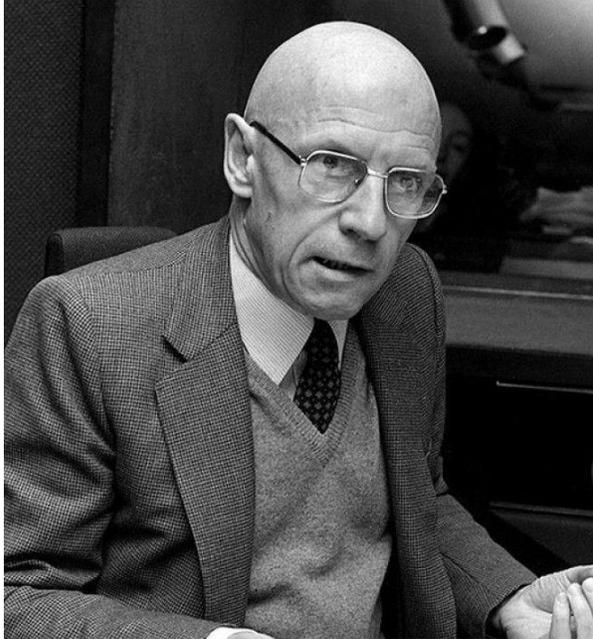
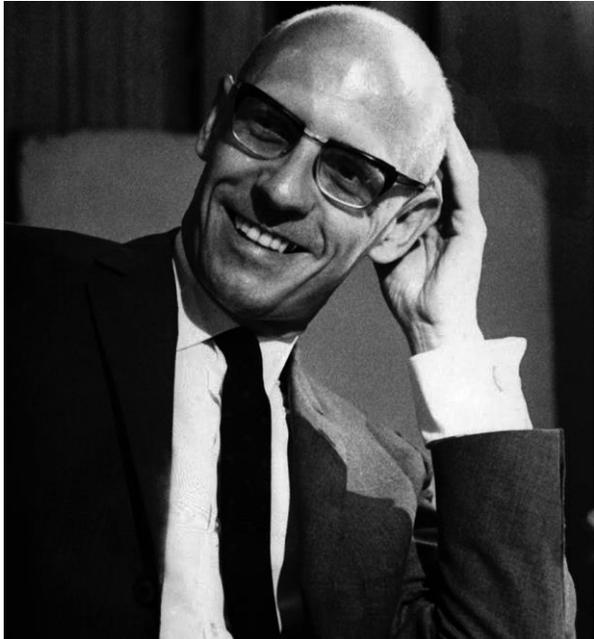
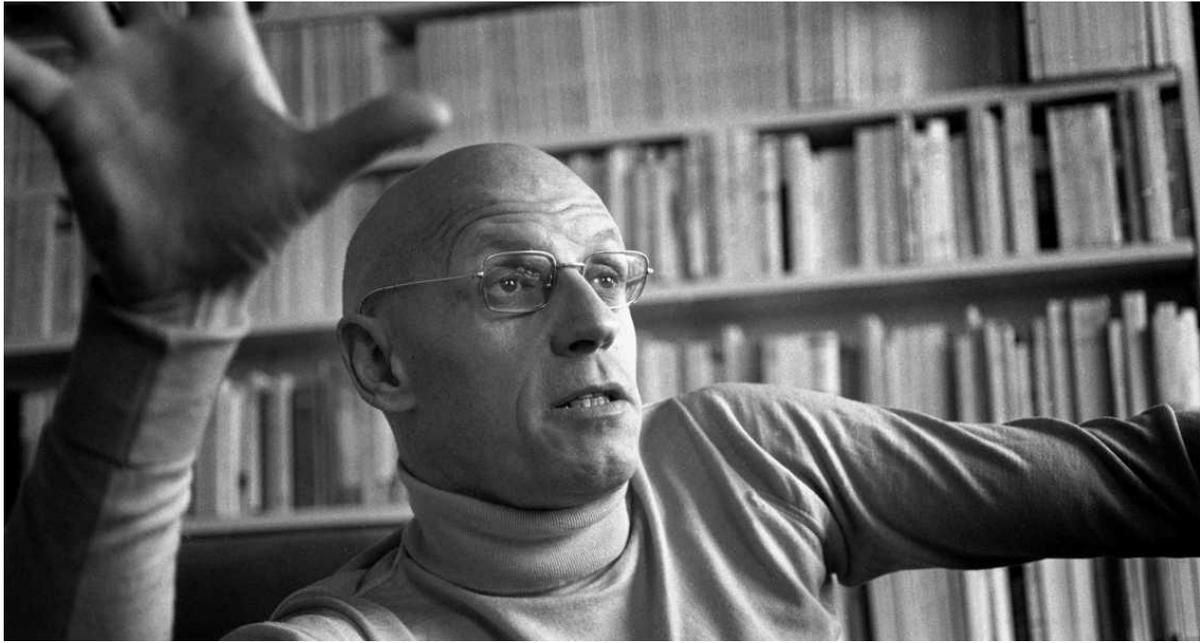
«цифровое поколение»

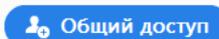
Интернет как генеративное пространство

(Г. А. Асмолов, А.Г. Асмолов, 2019)

- трансформирует жизнь общества;
- способствует возникновению глобального информационного сетевого общества;
- трансформирует структуру взаимоотношений индивидов и изменяет структуру пространства;
- выступает как «фабрика утопий», конструирующая новые формы социальных и политических отношений;
- цифровые платформы задают новые механизмы самоконтроля индивида и овладения им собственным поведением

Сопоставимы ли подходы к техникам опосредствования своего развития в культурно-деятельностной теории («авторство самого себя») и технологии по управлению субъекта собой в контексте представлений М. Фуко о «технологиях себя»?





МИШЕЛЬ ФУКО

Технологии себя¹

Незадолго до своей смерти в 1984 году Мишель Фуко говорил об идее новой книги, посвященной «технологиям себя». Она описывал ее как «состоящую из различных работ, касающихся «Я» (включая, например, комментарий к платоновскому „Алкивиаду“, где впервые разрабатывается понятие *epimeleia heautou*, „забота о себе“), роли чтения и письма в конституировании «Я»... и т. д.»². В основе задуманной им книги был факультетский семинар «Технологии себя», впервые представленный в Университете Вермонта осенью 1982 года. Предлагаемые материалы – частичная стенограмма этого семинара.

Поскольку Фуко ушел из жизни, не успев закончить правку своих выступлений на семинаре, данная книга содержит их подробную стенограмму, а также текст публичной лекции «Политическая технология индивидов», прочитанной им перед университетским сообществом. Семинар «Технологии себя», проведенный профессором Фуко в Университете Вермонта, намечает новое направление его исследований. Мы предлагаем данную книгу в качестве пролегомен к этому неоконченному проекту.

Во многом тема «Я» была логическим завершением двадцатипятилетнего периода, который Фуко посвятил изучению безумия, девиантности, преступности и сексуальности. В своих предыдущих работах Фуко концентрировался на технологиях власти и подчинения, в которых «Я» объективировалось посредством научных исследований («Порядок вещей», 1966)



К 1981 году он начал все больше интересоваться тем, каким образом «человек превращает самого себя в субъекта»⁴.

Фуко рассматривал тему «Я» уже в первом томе «Истории сексуальности» (1976), однако там он все еще изучал объективацию «Я» через «постоянное усиление и возрастание значимости дискурса о сексе»⁵. Он, однако, размышлял о новом проекте, «стоящем особняком в серии, посвященной сексу». «Должен признаться, — говорил он, — меня гораздо больше интересуют проблемы техник себя и подобного рода вещи, нежели секс... Секс скучен»⁶. Его новый проект должен был стать, скорее, генеалогией того, как человек конституирует себя в качестве субъекта⁷. На вермонтском семинаре он начал анализировать практики, посредством которых индивиды, сами или благодаря другим людям, воздействуют на собственные тела, души, мысли, поведение и способ существования с целью преобразования себя и достижения состояния совершенства или счастья либо обретения мудрости или бессмертия и т. д.⁸

В своей прощальной лекции перед сообществом Университета Вермонта Фуко обобщил свой интерес к «Я» в качестве альтернативы традиционным философским вопросам: Что есть мир? Что есть человек? Что есть истина? Что есть знание? Как мы познаём? и т. п. Следуя в русле традиции Фихте, Гегеля, Ницше, Вебера, Гуссерля, Хайдеггера и Франкфуртской школы, Фуко обращался к вопросу, который, на его взгляд, был поставлен в конце XVIII века Кантом: «Что же мы представляем собой вот в это наше время?», «Кто же мы такие сегодня?»⁹ — т. е. к «полю исторического размышления о нас самих»¹⁰.

⁴ Публичная лекция на конференции «Знание, власть, история: гуманитарные науки как средство и объект критики», проведенной в октябре 1981 г. Центром гуманитарных наук Университета Северной Калифорнии; опубликована в качестве первой части работы Фуко «Субъект и власть».



По словам Фуко, проект, посвященный «Я», был навеян чтением книги Кристофера Лаша «Нарциссическая культура» (1978). Фуко увидел в описанном Лашем разочаровании в современном мире и последующем обращении к себе параллели с ситуацией Римской империи. Разрывая с избранной им в качестве отправной точки классической эпохой, — ключевым периодом в его анализах до «Истории сексуальности», — Фуко обнаруживает истоки современного представления о «Я» в греко-римской философии I и II веков и в христианской духовности IV и V веков, — в двух различных контекстах, между которыми, по его мнению, существовала историческая преемственность.

В своих шести семинарских выступлениях Фуко прослеживает развитие техник формирования себя начиная с первых греков и заканчивая эпохой христианства. В основу работы было положено изучение классических текстов, которые Фуко читал на языке оригинала. Как и в случае с большинством работ Фуко, эти изыскания вносят важный вклад не только в историю данного периода, но и в то, что он называл историей настоящего — расчисткой и прояснением «несущего горизонта» наших современных концепций.

Фуко настаивал на том, чтобы работа на семинаре была совместной. Его идеи, связанные с историческим конституированием «Я», хотя и были совершенно прозрачны, все еще нуждались в доработке, поэтому он очень ценил дискуссии — даже возражения, — вызванные его идеями.

I

Технологии себя

Когда я начал изучать правила, обязанности и запреты в области сексуальности, притеснения и ограничения, связанные с ней, меня интересовали не просто акты, которые разрешались и запрещались, а чувства, которые выражались, мысли, желания, которые могли возникать, стремление отслеживать внутри себя любые тайные влечения, любые





Контекст исследования

Моей целью на протяжении более чем двадцати пяти лет было написание истории различных способов, посредством которых люди вырабатывают знание о себе в нашей культуре: экономики, биологии, психиатрии, медицины и теории наказаний. Главное здесь – не идти на поводу у этого знания, а анализировать так называемые науки в качестве очень специфических «игр истины», связанных с особыми техниками, используемыми людьми для понимания себя.

В качестве контекста мы должны понимать, что существует четыре типа подобных «технологий», каждая из которых представляет собой матрицу практического мышления: 1) технологии производства, позволяющие нам производить, трансформировать или манипулировать ве-

Логос 2 (65) 2008 99

щами; 2) технологии знаковых систем, позволяющие нам использовать знаки, значения, символы или сигнификации; 3) технологии власти, определяющие поведение индивидов и подчиняющие их определенным целям или силам посредством объективации субъекта; 4) технологии себя, позволяющие индивидам, самим или при помощи других людей, совершать определенное число операций на своих телах и душах, мыслях, поступках и способах существования, преобразуя себя ради достижения состояния счастья, чистоты, мудрости, совершенства или бессмертия.

Эти четыре типа технологий вряд ли могут функционировать по от-



вавшиеся в IV и V веках в поздней Римской империи.

Кроме того, я бы хотел обсудить данную тему не только в отношении теории, но и в связи с рядом позднеантичных практик. В Греции эти практики конституировались в рамках принципа *epimelēsthai sautou*,

100 Мишель Фуко

«заботиться о себе», «интересоваться собой», «заниматься, заботиться собой».

Для греков предписание «заботиться о себе» было одним из основных принципов городской жизни, одним из основных правил общественного и личного поведения и искусства жизни. Нам данное понятие кажется довольно туманным и устаревшим. Когда спрашивают: «Каков наиболее важный моральный принцип античной философии?» в ответ тут же звучит не «Позаботься о самом себе», а дельфийский принцип *gnothi sautou* («Познай самого себя»).

Возможно, наша философская традиция сделала слишком сильный акцент на последнем и забыла о первом. Дельфийский принцип не был абстрактным жизненным принципом; это был технический совет, правило, которое следовало соблюдать при обращении к оракулу. «Познай самого себя» означало «Не почитай себя богом». Другие комментаторы полагают, что оно означало «Разумей, о чем на самом деле спрашиваешь, когда приходишь за советом к оракулу».

В греческих и римских текстах предписание познавать себя всегда связывалось с другим принципом: с принципом заботы о себе, и имен-



У меня есть еще два примера. Первым эпикурейским текстом, служившим в качестве сборника наставлений, было «Письмо к Менекею» (Диоген Лаэртский, 10, 122–138). Эпикур пишет, что никогда не рано и никогда не поздно начать заботиться о своей душе. Философствовать следует и молодому и старому. Этим нужно заниматься на протяжении всей жизни. Учение о повседневной жизни было организовано вокруг заботы о себе с целью помочь каждому члену группы во взаимном спасении.

Другой пример взят из александрийского текста Филона Александрийского «О созерцательной жизни». Он описывает неизвестную, загадочную группу, существующую на периферии эллинской и еврейской культур; их зовут «терапевты» и они крайне религиозны. Это была причудливая община, члены которой занимались чтением, целительными размышлениями, индивидуальными и коллективными молитвами и встречами на духовных пирах (*agapē*, «пиршество»). Данные практики вытекали из первоочередной задачи: заботы о себе («De Vita Cont.», 36).

Такова отправная точка для возможного анализа заботы о себе в античной культуре. Я бы хотел проанализировать отношения между заботой о себе и знанием о себе, отношения, которые можно найти в греко-римской и христианской традициях, между заботой о себе и слишком хорошо известным принципом «Познай самого себя». Существуют как разные формы заботы, так и разные формы «Я».

Резюме

Есть несколько причин того, почему принцип «Познай самого себя» затмил принцип «Позаботься о самом себе». Во-первых, моральные нормы западного общества претерпели фундаментальную трансформацию. Сегодня нам сложно основывать строгую мораль и твердые принципы на предписании заботиться о себе больше, чем обо всем остальном. Мы скорее склонны воспринимать заботу о себе как нечто аморальное, как способ отказа от любых правил. Мы унаследовали традицию христиан-



Как пересекаются психосемантика сознания, квантовая физика и психология саморазвития?

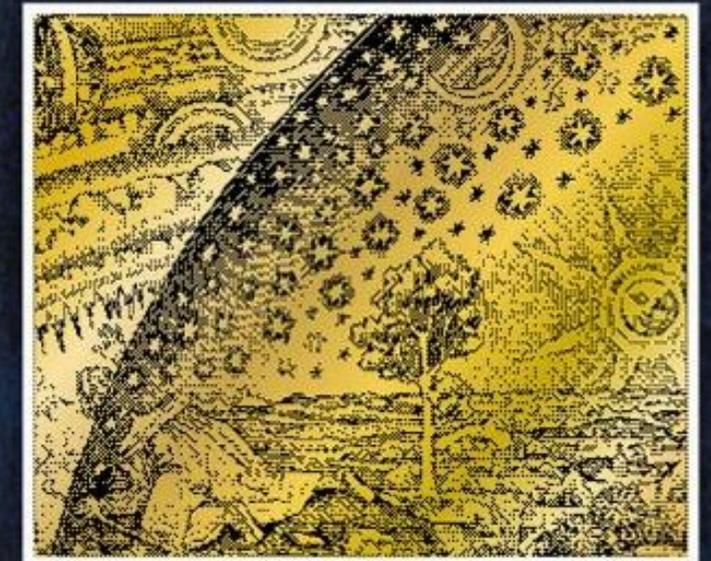
Человеческое сознание имеет пространственно-временной характер и опосредовано системой вербальных и перцептивных значений.

Содержание бессознательного, в отличие от сознания, не имеет предметного представления и описывается в гильбертовом бесконечномерном пространстве, к которому неприменимы категории объекта, физического пространства и времени» (Петренко, Супрун, 2017, с. 372)

Коллективное бессознательное имеет отличную от сознания природу и описывается на языке гильбертовых пространств вне форм пространства и времени, имеется прямая аналогия методологии квантовой физики и методологии бессознательного.

Примечание: Гильбертово пространство — обобщение евклидова пространства, допускающее бесконечную размерность. Названо в честь Давида Гильберта. Важнейшим объектом исследования в гильбертовом пространстве являются линейные операторы. Само понятие гильбертова пространства сформировалось в работах Гильберта и Шмидта по теории интегральных уравнений, а абстрактное определение было дано в работах фон Неймана, Риса и Стоуна по теории эрмитовых операторов

В. Ф. Петренко, А. П. Супрун
**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ
ПЕРЕСЕЧЕНИЯ
ПСИХОСЕМАНТИКИ
СОЗНАНИЯ
И
КВАНТОВОЙ ФИЗИКИ**



Вечные поиски Метода и построения Языков будущего...

(Размышления о книге В.Ф. Петренко и А.П. Супруна «Методологические пересечения психосемантики сознания и квантовой физики». М., СПб: Нестор-История, 2017. 384 с.)

Аннотация. В статье поддерживается и развивается идея о продуктивности междисциплинарного подхода в исследовании сознания. В том числе учитываются тенденции мировой психологии трактовать сознание с позиций достижений (языка) квантовой физики.

Целью данной статьи является обсуждение проблемы связи психологии сознания с квантовой физикой. Предметом анализа выступают результаты ряда исследований известных ученых-психологов В. Ф. Петренко и А. П. Супруна, на протяжении многих лет разрабатывающих проблематику «методологических пересечений» психосемантики и квантовой физики.

Как утверждают авторы, имеется общность коллективного бессознательного и некоторых принципов квантовой физики; процессы категоризации в психологии аналогичны редукции волновой функции в физике; для семиотических систем справедливо преобразование Лоренца, лежащее в основании теории относительности; психологические феномены синхронии, телепатии, предвидения соотносятся с квантовой телепортацией и др.

Перспективной линией развития психологии в эпоху квантовой физики является ее движение в сторону исследования личного и коллективного бессознательного, что требует создания целостных междисциплинарных теоретических моделей, объясняющих не только статистически подкрепленные закономерности, но и уникальные единичные случаи.

Психология, по мысли авторов названного исследования, вместе со всем человечеством стоит на пороге глобальной полифуркации, включающей выход на сингулярность, на новые методологические решения.

Идеи о «методологических пересечениях» психосемантики сознания с квантовой физикой являются прогрессивными, требуют дальнейшего теоретического осмысления и преломления в научную практику, в практику саморазвития личности и повседневную жизнь человека.

**Распределение жизненных принципов по разделам
(женская выборка)**

| РАЗДЕЛ | | Кол-во суждений (%) по годам исследований | |
|--------|---|--|---|
| № | Название | 1992–1994 | 1998–2002 |
| 1 | Отношение к себе | 1364 (30,95) | 1263 (29,31) |
| 2 | Отношение к другим людям в т. ч.: 2.1. Отношение к другому человеку 2.2. Мораль, нравственность 2.3. Отношение к родителям, родным, близким 2.4. Любовь, замужество, мужчины | 2166 (49,15) 1038 (23,55) 448 (10,17) 475 (10,78) 205 (4,65) | 2068 (47,99) 1009 (23,42) 348 (8,08) 475 (10,95) 239 (5,54) |
| 3 | Отношение к учению и труду в т. ч.: 1. Учение, образованность, ум 2. Отношение к труду 3. Общая культура, интересы, увлечения 4. Профессия | 531 (12,05) 286 (6,49) 141 (3,20) 52 (1,18) 52 (1,18) | 569 (13,20) 302 (7,01) 135 (3,13) 62 (1,44) 70 (1,62) |
| 4 | Отношение к жизни | 282 (6,40) | 328 (7,61) |
| 5 | Отношение к природе | 29 (0,66) | 31 (0,72) |
| 6 | Отношение к Богу | 28 (0,64) | 22 (0,51) |
| 7 | Отношение к Родине | 7 (0,16) | 2 (0,05) |
| 8 | Отношение к свободе, справедливости, красоте, вере | – | 8 (0,19) |
| | Конструкты с неопределенным смыслом | – | 18 (0,42) |
| | Всего: | 4407 (100) | 4309 (100) |

**Распределение жизненных принципов по разделам
(мужская выборка)
2004 год**

| РАЗДЕЛ | | Кол-во суждений (%) |
|--------|---|---|
| № | Название | |
| 1 | Отношение к себе | 1168 (36,42) |
| 2 | Отношение к другим людям в т. ч.: 2.1. Отношение к другому человеку 2.2. Мораль, нравственность 2.3. Отношение к родителям, родным, близким 2.4. Любовь, женитьба, женщины | 1209 (37,69) 501 (15,62) 303 (9,45) 227 (7,08) 178 (5,55) |
| 3 | Отношение к учению и труду в т. ч.: 3.1. Учение, образованность, ум 3.2. Отношение к труду 3.3. Общая культура, интересы, увлечения 3.4. Профессия | 590 (18,39) 386 (12,03) 78 (2,43) 84 (2,62) 42 (1,31) |
| 4 | Отношение к жизни | 163 (5,08) |
| 5 | Отношение к природе | 12 (0,37) |
| 6 | Отношение к Богу | 14 (0,47) |
| 7 | Отношение к Родине | 22 (0,68) |
| 8 | Отношение к свободе, справедливости, красоте, творчеству | 18 (0,56) |
| | Конструкты с неопределенным смыслом | 11 (0,34) |
| | Всего: | 3207 (100) |

Факторизация жизненных принципов респондента А.

| Факторы (с указанием нагрузки и вклада в общую дисперсию) | Содержание факторов | Нагрузки ценностей по факторам |
|--|--|--------------------------------------|
| Фактор 1. «Стремиться к высшим целям, нести людям свет» (3,9; 36,1%) | Постоянно учиться | .917 |
| | Вкладывать деньги и силы во впечатления | .888 |
| | Сквозь тернии к звездам | .865 |
| | Верить, надеяться, любить | .731 |
| | В каждом человеке солнце – только дайте ему светить | .604 |
| Фактор 2. «Быть сильной и нравственной в общении» (3,7; 33,8%) | Не падать духом | .865 |
| | Прощать обиды | .860 |
| | Не делать людям того, что не хочешь, чтобы они делали тебе | .816 |
| | Не откладывать на завтра благие намерения | .704 |
| | Быть искренним, открытым | .640 |

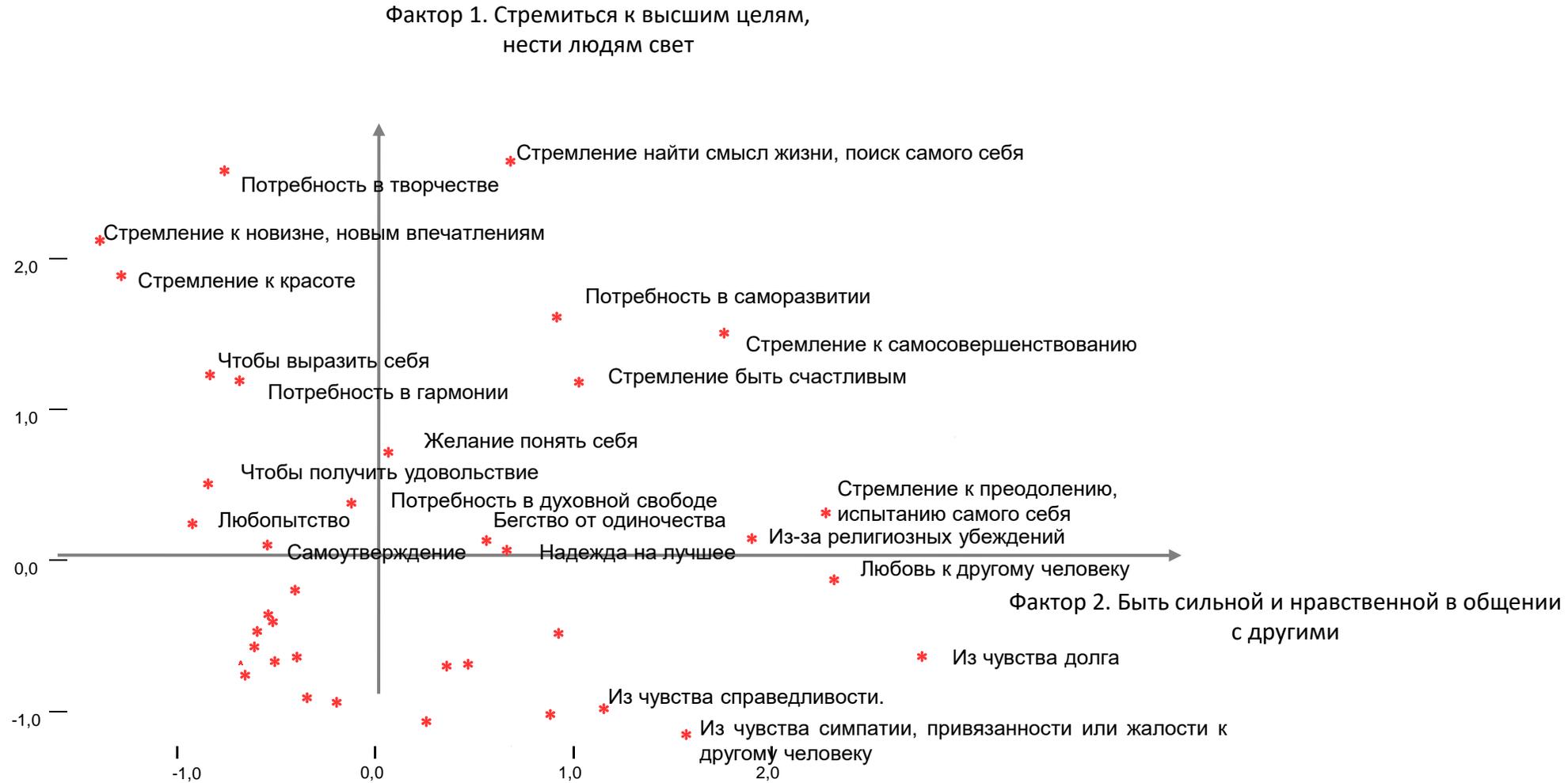
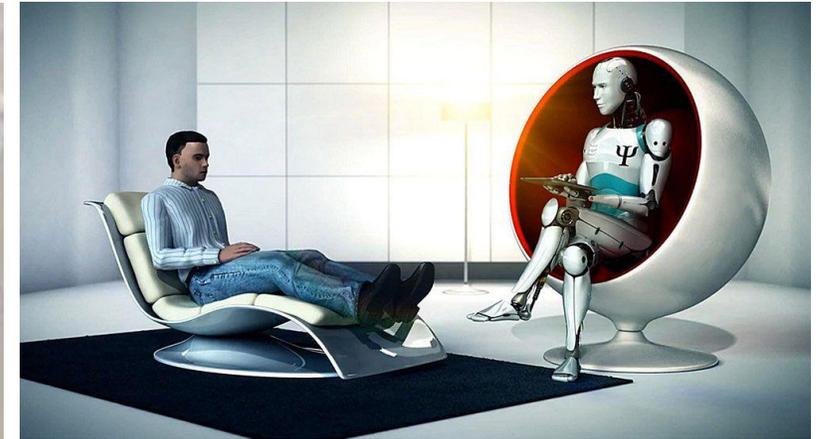


Рис. Расположение мотивов в пространстве ценностных факторов
респондента А.

Должна ли современная психология учитывать, что у человека есть душа?



Благодарю за Ваше внимание!

Низовских Нина

nina.nizovskikh@gmail.com

usr11416@vyatsu.ru

8 912 735 48 77

Время для дискуссии

Публикации автора по теме лекции

Низовских Н. А. Психосемантическое исследование ценностно-мотивационных ориентаций личности // Психологический журнал. 2005. Т. 26, № 3. С. 25–37.

Низовских Н.А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности. – М.: Смысл, 2007. – 255 с.

Низовских Н. А. Мотивация саморазвития человека // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. Киров, 2008. № 1(1). С. 113–120.

Низовских Н. А. Жизненные принципы // Развитие личности. 2010. № 1. – С. 112-122.

Низовских Н. А. Феномен внутренней позиции личности в контексте саморазвития // Развитие личности. 2018. № 4. – С. 12-29.

Сауров Ю.А., Низовских Н. А. Вечные поиски Метода и построения Языков будущего... (Размышления о книге В.Ф. Петренко и А.П. Супруна «Методологические пересечения психосемантики сознания и квантовой физики». 2-е изд., доп. М., СПб: Нестор-История, 2017. 384 с.) // Вестник Вятского государственного университета. 2020. № 1. (в печати)

Литература

- Анцыферова Л.И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. М.: Наука, 1981. С. 3–19.
- Асмолов Г.А., Асмолов А.Г.* Интернет как генеративное пространство: историко-эволюционная перспектива // Вопросы психологии. 2019. № 4. С. 3–28.
- Выготский Л.С.* Исторический смысл психологического кризиса / Собр. соч.: В 6 т. Т. 1. – М.: Педагогика, 1982. – С. 291–436.
- Выготский Л.С.* Вопросы детской (возрастной) психологии. Проблема возраста / Собр. соч.: В 6 т. Т. 4. – М.: Педагогика, 1984. – С. 243–385.
- Маралов, В.Г.* Психология саморазвития : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. – 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 320 с.
- Мухина В.С.* Личность: Мифы и Реальность (Альтернативный взгляд. Системный подход. Инновационные аспекты). – Екатеринбург, 2007.
- Плешаков В.А.* Теории киберсоциализации человека. Монография / Под общ. Ред. чл.-корр. РАО, д.п.н., профессора А.В. Мудрика. – М.: МПГУ; Ното Cyberus, 2011. – 400 с.
- Петренко В.Ф., Супрун А.П.* «Методологические пересечения психосемантики сознания и квантовой физики». — 2-е изд., доп. М., СПб: Нестор-История, 2017. – 384 с.
- Рубинштейн С. Л.* Принцип творческой самодеятельности (К философским основам современной педагогики) // Вопросы психологии. 1986. № 4. С. 101-108.
- Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие для вузов. М.: Школьная Пресса, 2000. 416 с.
- Слободчиков В.И., Цукерман Г.И.* Интегральная периодизация общего психического развития // Вопросы психологии. 1996. № 5. С. 38-50.

Источники, в которых опубликованы методики диагностики психологической готовности к саморазвитию

Костенко В.Ю. Методика диагностики индивидуальных особенностей, препятствующих саморазвитию личности // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2013. С. 419-423.

Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: АНО «ПЭБ», 2007. 56 с.

Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Методы изучения и психодиагностика личности: Учебное пособие. 2-е изд., испр. М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2000. 264 с.

Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. Изд-во Института Психотерапии. 2002. 339 с.