

ПЕРЕЖИВАНИЕ, ВПЕЧАТЛЕНИЕ И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ОПЫТ

Фахрутдинова Лилия Раифовна

доктор психол. наук, доцент, заведующая кафедрой психологии

Казанский (Приволжский) федеральный университет

г. Казань, LiliaRF@mail.ru

Современный мир претерпевает острейший кризис «западного образа жизни», представляемого и наследуемого до сих пор как «образец для подражания» другим народам. Наиболее видные мыслители западной цивилизации (Ф. Ницше, С. Кьеркегор, О. Шпенглер и др.) отмечали разобщенность между экзистенциальной реализацией человек, дающей человеку «вкус и силу жизни» (А. Лэнглэ, 2007), и обыденной жизнью, полной «тоски и тревоги», с «воскресными неврозами», «чувством одиночества и разобщенности», где нет места индивидуальности, уникальности, субъективности и переживаниям человека, а востребовано его функционирование как конкурирующего со всем миром и против всех биосоциального существа («биосоциального робота»). Американский психотерапевт Р.Д. Лэйнг пишет об отчужденности современного человека от своих глубочайших основ, от своих истинных возможностей (Р.Д. Лэйнг, 2005).

Именно ценность «переживания мира» отмечалась многими видными отечественными и зарубежными психологами и философами (С.Л. Рубинштейном, Л.С. Выготским, У. Джеймсом, К. Ясперсом и др.), взгляды которых соответствуют или пересекаются с гуманистическим (экзистенциальное является его частью) направлением науки. Так отечественный философ Т.А. Кузьмина пишет, что экзистенция – бытийная основа человека - это то, что переживается здесь и сейчас (Т.А. Кузьмина, 2007).

Именно через переживания человека осуществляется связь между внешним и внутренним миром человека, между объективным и субъективным

тивным в человеческой реальности, между существованием человека («экзистенцией», «онтологической реальностью», «бытием») и его психологической сущностью (субъектностью, самостью, «внутренним Я»). Р.Д. Лэйнг считает переживание первоосновой, самим существованием внутреннего мира, «Душой человека», а поведение человека - функцией его переживаний (Р.Д. Лэйнг, 2005).

А. Лэнглэ указал, что в психологии переживание «занимает центральное место». Переживание представляет собой «точку пересечения» («точку соприкосновения») внутреннего и внешнего мира. Оно является собой основу, на которой человек формирует свою жизнь... Поэтому правильный подход к переживанию – это важное условие для экзистенции: для индивидуально формируемой, диалогически открытой жизни в мире» (А. Лэнглэ, 2007, с. 48-49).

Гуманистические представления о человеке, выражающиеся в таком направлении как «психология жизни», являются остро востребованными и насущными для развития качества и ценности человеческой жизни в современной мире. Данный подход требует качественно иных, нежели естественно-научные, методов исследования: идеографический, психobiографический методы, а также метод беседы, метод понимания и постижения, направленных на исследование переживания событий жизни (В.В. Знаков, 2005).

Разработанная теория переживания рассматривает переживание как субстанциональность субъекта, его плоть, некую материальность, «овеществленность», «ощупываемость» в психическом мире (Л.Р. Фахрутдинова, 2009). Данная теория опирается, прежде всего, на труды и идеи основателей гуманистического направления в отечественной психологии: С.Л. Рубинштейна, А.В. Брушлинского, В.В. Знакова и др.

Переживание человека нами рассматривается с позиций комплексного подхода, заложенного Б.Г. Ананьевым, и включает следующие измерения, структурные составляющие: пространственные, временные, ин-

формационные, энергетические, телесные, эмоциональные, когнитивные, психосемантические и другие характеристики. Данные составляющие входят во внутриструктурные отношения, связанные с ситуацией, циклами и стадией актуализации переживания (Фахрутдинова Л.Р., 2012).

Одним из ключевых положений теории переживания является представление о психологическом механизме развития сознания, развития структур субъекта через переживание впечатления.

Согласно нашим представлениям, впечатление – это переживаемый когнитивный след, отпечаток, оттиск, проявляемый в виде результата воздействия сложного явления или совокупности явлений (например, вида природы, произведения искусства) через синтез когнитивно-аффективного комплекса, имеющего субъективную значимость и аккомодационный потенциал (Л.Р. Фахрутдинова, 2012).

Потребность в новых впечатлениях является ненасыщаемой потребностью, выражающей духовные потребности человека, что позволяет понять роль переживания в духовном развитии человека. Согласно представлениям А.В. Брушлинского, главной составляющей субъекта являются именно духовные структуры (А.В. Брушлинский, 2003).

Системный комплекс переживания и рефлексии, их диалектическое единство, представляют тот психологический механизм, который способствует переработке, «перевариванию» впечатлений в структуры сознания, в структуры субъекта. Диалектическая пара «ПЕРЕЖИВАНИЕ-РЕФЛЕКСИЯ» взаимодействует таким образом, что на начальной стадии доминирует ПЕРЕЖИВАНИЕ (переживание полученного впечатления). РЕФЛЕКСИЯ, как имплицитный компонент переживания, как часть диалектической пары, на данном этапе только начинает активизироваться. Далее, с течением времени, ситуация меняется: рефлексия на переживание впечатления постепенно «высушивает» переживание и субстанциональность субъекта «освобождается» для новых впечатлений, а рефлексивный компонент системного комплекса становится доминирующим на

конечной стадии взаимодействия. Продуктами взаимодействия диалектической пары являются развитие и появление новых структур сознания, субъекта, личности.

Таким образом, впечатления являются тем «питанием», переработка которых в процессе их переживания приводит к развитию субъективных структур, к приобретению опыта. Причем, чем выше аккомодационный потенциал впечатления, тем сильнее и выше его развивающий потенциал.

В то же время, сам этот приобретенный опыт, полученный в результате переживания впечатления, также, в свою очередь переживается, приобретая статус «внутреннего впечатления», впечатления от рефлексии на собственный опыт. Результатом рефлексии на уже имеющиеся структуры субъективного мира, их самопознании, сопоставлении, оценке и переоценке, является формирование особых структур, называемых А.В. Брушлинским как «духовные структуры», а В.В. Знаковым как «опыт второго порядка», как «экзистенциальный опыт» (А.В. Брушлинский, 2003; В.В. Знаков, 2011).

Благодаря данным структурам возможен выход субъекта за пределы обыденности, повседневности, ограниченного круга его наличной жизненной ситуации. Самость человека приобретает иную качественность, как бы «взлетая на новую высоту», и делая возможными невозможные ранее для данного человека решения и поступки. Ценность экзистенциального опыта заключается в его непредсказуемости, сложности проведенной внутренней работы, значительном напряжении внутренних ресурсов.

Согласно В.В. Знакову, экзистенциальный опыт осуществляет ценностно-смысловую регуляцию жизни человека (В.В. Знаков, 2011). Мы считаем, что подобный опыт формируется на базе рефлексии от полученных впечатлений, как во внешнем, так и во внутреннем мире. Причем, хотелось бы утверждать единство, взаимовлияние внутренних и внешних

впечатлений в формировании экзистенциального опыта. Более того, имеющийся опыт второго порядка определяет в какой-то мере получение новых впечатлений из обыденного мира, придает им специфическую окраску, делает иными акценты. Возможно наполнение глубочайшим смыслом совсем простых событий внешнего мира. Так мастера йоги, из простого употребления скучной пищи, благодаря развитой рефлексии и мощнейшего экзистенциального опыта, сотворят целую мистерию, включая смыслы существования самого мироздания.

В то же время иное впечатление внешнего мира, имеющее беспрецедентный аккомодационный потенциал, может вызвать «перерождение» всего предыдущего экзистенциального опыта, изменив навсегда смысл и окраску Мира, а также саму психологическую сущность человека.

Итак, переживание впечатления, возможно, происходит на двух уровнях: *первичном*, связанном с потоком сознания в повседневной жизни, с непосредственной жизнедеятельностью человека, и *вторичном*, метасистемном, связанном с переживанием собственного субъективного мира. Причём эти два уровня могут находиться как в относительной автономности, когда осознание собственной самости идет параллельно повседневному проживанию, особенно, если оно достаточно рутинное, без ярких событий, так и в тесной взаимосвязи, когда переживание внешних впечатлений обладает высоким эффектом аккомодации, изменяя саму метасистемную организацию субъекта и включая яркие и сильные процессы самопереживания.

Таким образом, мы показали психологический механизм переработки впечатления субъекта в процессе его переживания в субъективный, в том числе экзистенциальный опыт, являющийся основанием для саморазвития его сознания и личности. Переживание впечатления является важным основанием формирования экзистенциального опыта человека. Думается, что само человеческое бытие потеряло бы свою родовую специфику без переживания впечатлений данного Мира и сопереживания

миру Другого. Сопереживание и открытость сопереживанию Других позволяет идти процессу обмена экзистенциальным опытом и приобщаться к бытию и экзистенциальному опыту не только ближайшего окружения человека, но и людей, отдаленных в пространстве, и даже во времени.

Люди погружены в возможности впечатлений, и современные условия (интернет, СМИ, процессы глобализации) их увеличивают на много порядков, что может дать толчок и явится катализатором развития человеческих индивидуумов на уровень качественно иных способностей, качественно иных субъектных качеств, качественно иного бытия.