

использовать его ресурсы. Согласно аюрведе, причиной болезни, как и любого несчастья, является ошибочное отождествление элементов сознания («пуруша») с пракрити, т.е. материальной первопричиной всего. «Застревание» обычного человека на болезнях своего тела - крайне разрушительно. Это подтверждают отличия между больными с тяжелой психотической патологией или когнитивным дефектом и невротиками, у которых из-за повышенной чувствительности и восприимчивости, соматическое заболевание в тандеме с психическим, значительно ухудшают их самочувствие.

Особую группу составляют больные с ипохондрической симптоматикой, которые, являясь соматически здоровыми, тем не менее испытывают реальную боль, считают себя тяжело больными, проходят многочисленные обследования для подтверждения установленного ими диагноза, пока не окажутся у психиатра. Интересно, что у психически больных с сосудистой деменцией, установка «я здоров» не работает - мозг разрушается и дать сигнал телу использовать свои ресурсы уже не может.

Исходя из вышеописанного, можно предположить, что при определённом контроле над разумом, у обычного человека есть возможность повисить свою сопротивляемость болезням, усилить регенеративные способности, «выйти из системы» и больше не болеть «по схеме».

Однако, эта гипотеза требует серьёзной проработки и исследований. И, хотя, тема «здесь и сейчас» в психологии уже неоднократно рассматривалась, с точки зрения подобного феномена, можно изучать способность человека справляться с соматическими заболеваниями, в новой перспективе.

Кононенко Кирилл, студент

Одесского национального университета

имени И.И.Мечникова

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ВАКУУМ

КАК ПРЕДПОСЫЛКА САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

Человеческая цивилизация постоянно развивается и совершенствуется, но данное развитие не осуществлялось бы без развития и самосовершенствования

каждой личности, каждой частицы общества. Опорой этого прогресса являются личности, наиболее полно раскрывшие свой потенциал, развившие свои способности и воплотившие их в жизнь во благо себе и окружающим людям.

В наше время проблемы, поднятые в работах А.Маслоу, как никогда актуальны, поскольку каждому человеку необходимо определиться с целями, процесс достижения которых приведет к саморазвитию и самосовершенствованию функционирования на уровне предельных переживаний.

Абрахам Маслоу называл такие личности самоактуализирующимися. Самоактуализация по Маслоу – это «полное применение талантов, способностей, потенциалов и т.д.» Это постоянный процесс, при котором способности индивида развиваются и применяются полностью, чего добиться возможно только при обретении смысла жизни и стремления к развитию.

Вместе с тем, существуют люди, страдающие от чувства бессмысленности и опустошенности. В последнее время, в связи с усложнением всех сфер жизни, все больше людей жалуется на то, что они называют "внутренней пустотой", а специалисты - экзистенциальным вакуумом. В противоположность предельным переживаниям, так хорошо описанным А.Маслоу, экзистенциальный вакуум можно считать "переживанием бездны".

Поиски смысла жизни – естественный человеческий феномен. Любой думающий человек не склонен принимать, как само собой разумеющееся, что в жизни есть смысл, он осмеливается усомниться в этом и найти свой ответ на вопрос о смысле. Однако, если человек задается вопросом о смысле жизни, он должен иметь терпение, чтобы дождаться, когда смысл возникнет в его сознании. Смысл жизни трактуется по-разному, от человека к человеку, изо дня в день, а в период перемен - от часа к часу. Поэтому важен не смысл жизни вообще, а скорее, **специфический смысл жизни данной личности в данный момент времени**. Постановку вопроса о смысле жизни, когда он задан вообще, можно сравнить с вопросом, поставленным перед чемпионом по шахматам: «Скажите, учитель, какой самый хороший ход в мире?» Не существует наилучшего, или просто, хорошего хода, в отрыве от конкретной игровой ситуации, в отрыве от

конкретной личности противника. То же самое справедливо и в отношении человеческого существования.

На наш взгляд, не всегда наличие ощущения утраты смысла (экзистенциальный вакуум), стоит расценивать как отрицательный симптом или показатель, который всегда сопровождается какими-то действиями асоциального или патологического характера.

Вот что пишет, размышляя над сущностью понятия «пустота», М.Хайдеггер: «Достаточно часто пустота предстаёт просто как нехватка. Пустота расценивается тогда, как отсутствие заполненности полостей и промежуточных пространств. Но, возможно, как раз пустота сродни собственному существу места и потому она вовсе не отсутствие, а произведение. В глаголе «пустить» звучит впускание, в первоначальном смысле сосредоточенного собирания, царящего в месте. Пустой стакан значит: собранный в своей высвобождённости и способный впустить в себя содержимое. Опускать снятые плоды в корзину значит: предоставлять им это место. Пустота не ничто. Она так же и не отсутствие».

Все мотивы человека можно поделить на две глобальные категории: дефицитарные (или Д-мотивы) и бытийные (или, Б-мотивы, мотивы роста). Д-мотивы являются стойкими детерминантами поведения, способствующими удовлетворению дефицитарных состояний для предотвращения болезней и недомоганий. Д-мотивация нацелена на изменение неприятных, вызывающих напряжение условий.

Мотивы роста, называемые также метапотребностями, имеют отдаленные цели, связанные со стремлением личности актуализировать свой потенциал. Они обогащают жизненный опыт человека, расширяют его кругозор.

Б-мотивы не уменьшают, как в случае с Д-мотивами, а увеличивают напряжение, что, на наш взгляд, может быть проявлением влияния экзистенциального вакуума. Даже если все названные потребности удовлетворены, можно ожидать, что вскоре вновь возникнут беспокойство и неудовлетворенность.

Нами представлены два взгляда на эту проблему:

1) Потребность в самоактуализации является способом спасения от "переживания бездны", через наполнение своего существа смыслом. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности и в результате, он может уйти от чувства бессмысленности и опустошенности.

2) "Переживание бездны" является тем, что запускает потребность в самоактуализации через ощущение пустоты от достигнутого на предыдущем этапе. Это внутреннее опустошение становится тем ответом в поиске смысла жизни, которого ищет человек. И через эту смерть без смерти он может перейти на уровень творчества по отношению к самому себе.

Другими словами, пустота может быть точкой отсчёта, началом или условием для проявления творчества над своей личностью. Но, по мнению А.Маслоу, самоактуализация очень редка, т.к. многие люди просто не видят своего потенциала, либо не знают о его существовании, либо не понимают пользы самосовершенствования. Они склонны сомневаться и даже бояться своих способностей, тем самым, уменьшая шансы для самоактуализации. В этом случае, именно, экзистенциальный вакуум, при всех неприятностях его переживания, может сыграть позитивную роль стимулятора личностного роста.

*Полывяная Анастасия Сергеевна,
студентка*

*Одесского национального университета
имени И.И.Мечникова*

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ЛЮДЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМ ИСКУССТВОМ

В наше время, способность успешно и быстро анализировать эмоциональное состояние как отдельного человека, так и группы, а также, соответствующим образом реагировать на него, является чуть ли не определяющим фактором успешной социализации. Именно эти способности понимают как эмоциональный интеллект (ЭИ). В настоящее время его изучением занимаются такие ученые как, Р. Бар-Он, Дж. Мейер и П.Саловей, Д. Карузо, Д. Гоулман, И.Н. Андреева и другие.