

References

1. *Federal'naya sluzhba gosudarstvennoy statistiki* (Federal service of state statistics). Available at: <http://www.gks.ru> (accessed 25 November 2014).
2. Mamford L. *Kul'tura gorodov* (Cities culture) Available at: <http://avangard-ru.org/files/urbanistika/mumford.ppt> (accessed 25 November 2014).
3. Zimmel' G. *Bol'shie goroda i dukhovnaya zhizn'* (Large cities and spiritual life). *Logos* (Logos), 2002, iss. 3-4. Available at: http://www.ruthenia.ru/logos/number/2002_03-04_34.htm (accessed 25 November 2014).
4. Shamionov R. M. *Psikhologiya sub"ektivnogo blagopoluchiya lichnosti*. (Psychology of personality's subjective well-being). Saratov, 2008. 240 p. (in Russian).
5. Khashchenko V. A. *Psikhologiya ekonomicheskogo blagopoluchiya* (Psychology of economical well-being). Moscow, 2012. 432 p. (in Russian).
6. Raudsepp M. *Sotsial'no-psikhologicheskaya effektivnost' zhilishcha (obzor teorii i issledovaniy)* (Social-psychological efficiency of home {review of theories and investigations}). *Chelovek. Obshchenie i zhilaya sreda* (Man. Communication and living environment). Ed. by Yu. Orn, T. Niyt. Tallin, 1986, pp. 115-147.
7. Kheydmets M. *Sotsial'no-psikhologicheskie problemy zhiloy sredy (aspekt personalizatsii sredy)* (Social-psychological problems of living environment). *Chelovek, sreda, obshchenie* (Man, environment, communication). Ed. by Kh. Mikkin, Yu. Orn. Tallin, 1980, pp. 26-47.

УДК 159. 942

СЧАСТЬЕ И СМЫСЛ: ДИСКУТИРУЯ С М. СЕЛИГМАНОМ

Л. З. Левит

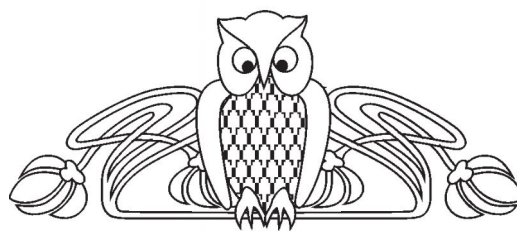
Левит Леонид Зигфридович - кандидат психологических наук, доцент, Центр психологического образования и здоровья, Минск, Беларусь
E-mail: leolev44@tut.by

В статье приводятся теоретические соображения и экспериментальные результаты, которые ставят под сомнения точку зрения известного позитивного психолога М. Селигмана относительно обретения человеком принадлежности к чему-то «внешнему» и «большому» ради достижения смысла жизни. В рамках теоретической концепции автора смысл достигается реализацией не «большого», а «меньшего», но «высшего». Выявленная в серии исследований положительная взаимосвязь конструкторов «смысл» и «эгоизм» гораздо более сильна, чем взаимосвязь между «смыслом» и «альтруизмом», и демонстрирует более предпочтительную для субъекта возможность конструирования смысла, основанного на внутреннем потенциале (идеальной части личности) и его реализации.

Ключевые слова: смысл, эгоизм, альтруизм, счастье, системный подход.

Постановка проблемы

Известный позитивный психолог М. Селигман выделяет в одной из своих работ три основные «разновидности» счастья: «эвдемонию» (реализацию индивидуального потенциала, сильных сторон субъекта), «гедонизм» (приятные переживания) и «смысл». Последний определяется им как принадлежность человека к чему-то *большому*, нежели он сам [1, с. 12]. При этом внутреннее «я» (self), по мнению М. Селигмана, не очень годится для этой роли. Чем большим является объект (либо сообщество), к которому решает



«принадлежать» индивид, тем легче последнему отыскать смысл собственной жизни. Следует отметить, что М. Селигман никак не аргументирует собственную точку зрения. В непродолжительной электронной переписке с автором настоящей статьи он просто повторил написанное в книге, не дав ответа на поставленные вопросы, поэтому мы решили привести и аргументировать собственную точку зрения относительно счастья, смысла жизни и его «местоположения».

Результаты и дискуссия

В серии исследований, проведенных нами в 2011-2013 гг. с помощью методов выборки переживаний (ESM) и диагностических опросников, были выявлены три фактора, которые приблизительно соответствуют трем указанным М. Селигманом «разновидностям счастья». Так, «Легкое счастье», включающее в себя шкалы «Удовольствие», «Позитивные эмоции», «Физическое самочувствие» и «Удовлетворенность жизнью в целом», может быть ассоциировано с гедонизмом. «Трудное счастье», включающее в себя шкалы «Уровень сложности», «Самореализация» и «Самосовершенствование», может быть ассоциировано с эвдемонией. Наконец, шкалы «Вовлеченность», «Эгоизм» («Польза, выгода для меня»), «Альтруизм» («Польза, выгода для других») и «Смысл» («Отвечает моим ценностям, имеет смысл для меня») могут быть отнесены к общей группе под названием «смысл» [2-4].

Смушают следующие обстоятельства: у всех испытуемых в проведенных нами исследованиях показатели шкалы «смысл» имеют умеренные и сильные корреляции со шкалой «эгоизм» (в несколько раз большие, чем между шкалами «смысл» и «альтруизм»), что полностью противоречит определению смысла М. Селигманом. Более того, корреляции шкал опросника «ЭЛУ Плюс», диагностирующих высший уровень развития систем «Эгоизм» и «Личностная Уникальность» в разработанной нами Личностно-ориентированной концепции счастья (ЛОКС), имели значимый положительный характер со всеми шкалами опросника «Смыслоразностные ориентации» [2, 3]. Мы также разработали и успешно апробировали систему психологического консультирования («Терапия Личностной Уникальностью» - ЛУТ), основанную на контакте клиента со своей *внутренней идеальной* частью в период неудач и жизненных кризисов [2, 5]. Таким образом, «селф» (ее «лучшая» часть, олицетворяющая внутренний потенциал субъекта) совсем неплохо подходит на роль «вместилища смысла» еще и потому, что внешний мир индивиду практически неподконтролен.

Одно из наиболее заметных противоречий в работах М. Селигмана заключается в признании невозможности нахождения смысла жизни в собственном «я» и одновременной рекомендации индивиду отыскивать *свои сильные стороны* и реализовывать их в целях достижения счастья. Подобное противоречие между «смыслом» и «эгоизмом» до сих пор бытует в головах некоторых исследователей, хотя теперь оно опровергается и экспериментально, и с помощью несложного дискурса («реализация *моих* ценностей приносит мне эгоистическую пользу, выгоду и ощущение смысла»). Рекомендация М. Селигмана искать смысл «вне себя» кажется нам обоснованной только для мало-развитых лиц с доминированием низших форм эгоизма и краткосрочного гедонизма, однако такие индивиды и не озабочены экзистенциальными вопросами.

Мы также считаем, что применительно к нашей концепции (во всяком случае, ее высшему, четвертому уровню), смысл следует искать (точнее, создавать) не в «большем», а в «высшем». Как уже отмечалось, на эту роль прекрасно подходит Личностная Уникальность (ЛУ), обнаруживаемая и реализовываемая с помощью системы «Эгоизм» (на высшем уровне - зрелый индивидуализм). ЛУ является как раз «меньшим», а не «большим», поскольку представляет не всю психику индивида, а лишь ее «идеальную» часть. И в то же время *идеальная* часть психики является по определению «высшей». Поэтому смысл в рамках четвертого уровня ЛОКС достигается

реализацией «внутреннего», «меньшего», но «высшего», в отличие от ниже лежащего третьего, социального уровня, где искомое понятие, действительно может достигаться индивидом за счет отнесения себя к чему-то «большому» и «внешнему» (например к автозаводу). При отказе же индивида от дальнейшего уникального саморазвития во второй половине своей жизни стремление к «внешне ориентированному» смыслу становится легким выбором.

Как можно заметить, на четвертом уровне нашей концепции преобладают качественные критерии («высота»), на третьем, социальном - количественные («ширина», «размер»). Желание человека ассоциироваться со своим высшим внутренним идеалом, представленным Личностной Уникальностью, в полной мере поддерживается его стремлением к свободе, создающей оптимальные возможности для индивидуальной самореализации и обретения смысла жизни.

Если в мире, как считают некоторые современные философы, не существует никакого «внешнего» смысла, значит весь *создаваемый* (а не *обретаемый*) мной *смысл* *моей* жизни зависит полностью и только от моих усилий (моего воображения и соответствующей активности), в рамках Личностно-ориентированной концепции счастья - от того, как мой «Высший» Эгоизм «создает» мою «Личностную Уникальность» (или ее идею), а затем с помощью ее глубокого осознания и последующей реализации создает для меня и «смысл», делающий мою жизнь намного содержательнее и приятнее.

Многие источники смыслов существуют в человеческой культуре, их освоение индивидом может быть описано в рамках третьего, социального уровня ЛОКС. Индивид, поднимающийся на четвертый уровень (индивидуального творчества), сам способен (или даже обязан) сконструировать полностью уникальный смысл, основанный на понимании своей «созревшей» Личностной Уникальности и ее реализации. Разумеется, в качестве необходимого базиса при этом используются общепринятые культурные смыслы ниже лежащего уровня, ранее усваиваемые индивидом на этапе социализации.

Заключение

Приведенные результаты демонстрируют некоторую односторонность, если не спорность точки зрения М. Селигмана, при которой достижение индивидом смысла ассоциируется с принадлежностью к чему-то «большому» и «внешнему». Убрать «тень» эгоизма, упавшую на «кристально чистую» поверхность смысла, отныне не удастся путем устранения понятия «эгоизм» из научного обихода. Теперь стереть «темное пятно» можно будет, лишь устранив



негативно окрашенные моральные импликации самого термина «эгоизм». Разумеется, вышесказанное не отменяет и отдельных негативных сторон эгоизма - теперь, однако, ровно в той же степени, что и любого другого используемого конструкта.

Отныне эгоизм способен отбрасывать не «тьень», а наоборот, «свет» на понятие «смысл», исходя из того, что эгоистические «польза и выгода» (относящиеся к высшему уровню системы «Эгоизм» в ЛОКС) формируют, помимо прочего, осмысленную жизнь. Верно и обратное: смысл, в свою очередь, «освещает» родственные ему высшие формы эгоизма, связанные с реализацией индивидуального потенциала и достижением наполненной, счастливой жизни. Плоды подобного союза между двумя понятиями могут оказаться необычными и интересными, с точки зрения дальнейших исследований и теоретических построений.

Библиографический список

1. Seligman M. Flourish. N.Y., 2011. 354 p.
2. Левит Л. З. Уникальный потенциал, самореализация, счастье. Saarbrucken, 2013. 482 с.
3. Левит Л. З. Что же такое счастье : опыт трех исследований // Педагогическое образование в России. 2014. № 4. С. 139-148.
4. Levit L. Z. Meaning and egoism : Are the notions compatible? // International Journal of Social Science Research. 2014. Vol. 2, № 1. P. 102-112.
5. Levit L. Z. Personal uniqueness therapy : living with an inner ideal // American Journal of Applied Psychology. January 2014. Vol. 3, № 1. P. 1-7.

Happiness and Meaning: the Discussion with M. Seligman

Leonid Z. Levit

Center for Psychological Health and Education, Minsk, Belarus
8-114, K. Marksa str, Minsk, 220030, Belarus
E-mail: leolev44@tut.by

The author presents theoretical views and experimental results, which question M. Seligman's statement concerning the necessity of a person's attachment to something outer and bigger than herself in order to achieve meaning in life. In the frame of the author's theoretic conception, meaning is achieved with the help of realization of something inner, smaller and higher, not bigger and outer. Numerous positive correlations between the «meaning» and the «egoism» constructs are much stronger than between meaning and altruism. The results obtained demonstrate the preferable possibility for a person to construct meaning which is based on her own inner potential (the ideal part of self) and its realization.

Key words: meaning, egoism, altruism, happiness, systemic approach.

References

1. Seligman M. Flourish. New York, 2011. 354 p. (in English).
2. Levit L. Z. *Unikal'nyy potentsial, samorealizatsiya, schast'e* (Unique potential, self-realization, happiness). Saarbrucken, 2013. 482 p. (in Russian).
3. Levit L. Z. *Chtozhe takoeschast'e: opyttrekh issledovaniy* (What is happiness: experience of three researches). *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii* (Pedagogical Education in Russia), 2014, iss. 4, pp. 139-148 (in Russian).
4. Levit L. Z. Meaning and Egoism: Are the Notions Compatible? *International Journal of Social Science Research*, 2014, vol. 2, iss. 1, pp. 102-112 (in English).
5. Levit L. Z. Personal uniqueness therapy: living with an inner ideal. *American Journal of Applied Psychology*. January 2014, vol. 3, iss. 1, pp. 1-7 (in English).

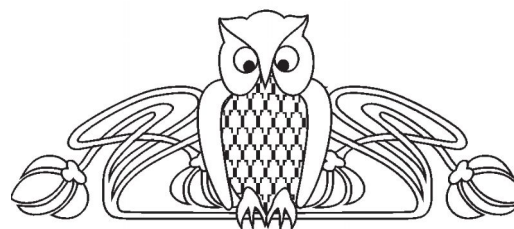
УДК 159.9.072

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОТИВОРЕЧИЯ В ОПРЕДЕЛЕНИИ ФЕНОМЕНА ИНТУИЦИИ

И. В. Васильева

Васильева Инна Витальевна - кандидат психологических наук, доцент, кафедра общей и социальной психологии, Тюменский государственный университет, Россия
E-mail: innaeng@mail.ru

Описаны теоретические противоречия в определении психологических механизмов интуиции. В исследованиях выделяется один подход, рассматривающий интуицию как комплексное функционирование когнитивных процессов, и другой - рассматривающий интуицию как получение «прямого знания», вне рационально объяснимых возможностей получения информации. Обозначены трудности, с которыми сталкиваются специалисты разных на-



правлений (психологи, психофизиологи) при исследовании интуитивных феноменов. В качестве подходов к изучению интуиции предложены междисциплинарный и интраиндивидуальный подходы.

Ключевые слова: интуиция, когнитивные процессы, «прямое знание», междисциплинарный, интраиндивидуальный подходы.

Введение

Работа интуиции тесно связывается с представлением о возможности получения важного, жизненно ценного знания, позволяющего в