

САМОРАЗВИТИЕ КАК СТАНОВЛЕНИЕ ВНУТРЕННЕГО МИРА ЛИЧНОСТИ

В.Н. Шураев

БГПУ им. М. Танка (г. Минск)

Нельзя в полной мере понять особенности и закономерности саморазвития без анализа внутреннего мира человека, т.е. без анализа субъективной реальности. Дело в том, что саморазвитие – это одна из сложных форм работы внутреннего мира, в том числе и по преобразованию самого внутреннего мира, наряду с переработкой опыта, выработкой собственных позиций и убеждений, постановкой жизненных целей, поиском путей самоопределения. И все это осуществляется в процессе продвижения человека по своему жизненному пути, в рамках которого личность обнаруживает себя, строит себя, постигает смысл своего существования. Внутренний мир человека, или субъективная реальность, – это все то внутреннее содержание психологической деятельности, которое характерно только для данного конкретного человека. Поэтому внутренний мир всегда индивидуален и всегда уникален. Каждый человек путем познания мира внешнего и самопознания пытается проникнуть в свой внутренний мир, понять его, чтобы использовать такое понимание для построения своей жизни, своего уникального жизненного пути. Исследовать внутренний мир объективными методами очень сложно, мы можем видеть лишь его «отблески», которые проявляются в мире внешнем. Тем не менее, попытки объективного проникновения во внутренний мир никогда, наверное, не прекратятся – настолько интересна и привлекательна его природа. В психологии имеются довольно интересные опыты описания и анализа внутреннего мира, его структуры, его «работы». Установлено, например, что внутренний мир не возникает сам по себе, он отражение в специфической форме мира внешнего и имеет свою пространственно-временную характеристику, свое содержание.

Внутренний мир как отражение в специфической форме мира внешнего. Согласно некоторым религиозным и философским концепциям, внутренний мир дан человеку изначально, а в ходе жизни он лишь открывает и познает его. Согласно другим представлениям, имеющим под собой материалистическую основу, внутренний мир возникает и развивается по мере развития человека как личности, обладающей активностью по отражению и освоению окружающей действительности.

Человек может стать человеком только благодаря человеческому мозгу, который готов к особому отражению внешнего мира и в котором возникло и развилось сознание. Отсюда становится понятным, что внутренний мир человека не задан изначально, он возникает в результате отражения мира внешнего. В итоге подобного отражения возникает Образ Мира (как писал известный отечественный психолог А. Н. Леонтьев). Но такой образ не является простым слепком внешнего мира, он изначально индивидуален и субъективен, так как каждый человек по-своему конструирует отраженную реальность, создает свою уникальную систему образов, у него возникают собственные уникальные переживания, свое собственное видение действительности и самого себя. Все это осуществляется благодаря собственной активности по отражению внешнего мира, приспособлению к нему и преобразованию его, утверждению своего существования как личности.

Таким образом, внешний и внутренний мир взаимосвязаны, имеют точки пересечения, зависят друг от друга.

Пространственно-временная структура внутреннего мира. Если внутренний мир существует, то логично предположить, что, как и мир внешний, он имеет свое внутреннее пространство и свое внутреннее субъективное время. Специальные исследования, проведенные психологами, в полной мере доказывают данный факт.

Содержание внутреннего мира. Итак, внутренний мир имеет свое внутреннее пространство, субъективное внутреннее время. Кто «живет» в

этом пространстве и во времени? А живет там каждый из нас, наша личность, наше Я, которое благодаря рефлексии обладает единством и множественностью одновременно. Таким образом, содержанием нашего мира является психика в целом, сознание и бессознательное. Структурировать содержание чрезвычайно трудно, каждый из нас познает его самостоятельно: сознательно и интуитивно. В то же время в психологии предпринимаются попытки в этом содержании выделить некоторые ведущие структурные элементы. Сошлемся вновь на теоретические и экспериментальные исследования Т. Н. Березиной. Автор отмечает: с одной стороны, внутренний мир субъективен и включает в себя наши мысли, чувства, переживания, грезы, сновидения и многое другое; с другой – социален, поскольку включает в себя образы других людей, их действия и поступки. Внутренний мир человека, т.е. его размышления, фантазии, сновидения, существует либо в чувственно-образной форме, либо в виде мысли, облеченной в форму внутренней речи, либо, чаще всего, в сочетании того и другого. Способ существования – монолог или диалог: с самим собой, с другими, рассказ другому о происходящих с тобой событиях, сложный диалог – собственное Я представляется глазами другого.

С помощью специального исследования было выявлено семь самых распространенных состояний нашей психики, характеризующих нашу внутреннюю жизнь.

1. «Самовыражения Я» – размышления человека о самом себе, отнесенные к настоящему времени; особенности состояния – монологичное мышление (монолог) и преобладание во внутренней речи местоимения Я.

2. «Размышления о другом» – характеризуется диалогом, преобладанием местоимения «Ты». Для этого состояния свойственно одобрение себя, но возможна мысленная самокритика.

3. «Необъективированность мысленных образов» – другой или другие воображаются в абстрактной форме и существуют как бы в голове. Субъект сосредоточен на себе, своих достоинствах, недостатки отвергаются.

4. «Планирование будущего» – состояние, в котором человек осмысливает свои перспективы, планирует будущее, ставит определенные цели, размышляет над проблемами их воплощения.

5. «Фиксация на препятствии» – характеризуется тем, что человек, фиксируясь на препятствиях, трудностях, ощущает одиночество («никто никому не нужен»), отвергает возможность взаимодействия в разрешении трудной ситуации.

6. «Чувственное восприятие мира» – все образы представлены очень ярко, контрастно, мысли озвучены (мысли в виде голосов).

7. «Фантазии» – наиболее творческое состояние, где любые цели представляются достижимыми, при этом препятствия рассматриваются как несущественные («нет такого безвыходного положения, из которого нельзя найти выход»). Себя человек представляет сильным и активным, способным достичь любых вершин.

Итак, мы попытались показать, что внутренний мир человека, или субъективная реальность, тесно связан с внешним миром и является его отражением в специфической индивидуализированной форме с привнесением своего «видения» и своей «пристрастности» посредством собственной активности. Он имеет пространственно-временную структуру и существует в чувственно-образной и мысленной форме, оживляется монологом и диалогом, которые личность ведет с собой, реальными или воображаемыми людьми, планирует свое будущее, хвалит или ругает себя и других, фантазирует и многое другое.

Литература

1. Березина, Т. Н. Многомерная психика : Внутренний мир личности / Т. Н. Березина. – М., 2001. – 86 с.

2. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. / А. Н. Леонтьев. – М., 1983. – Т. 2. – 242 с.

3. Цукерман, Г. А. Психология саморазвития / Г. А. Цукерман, Б. М. Мастеров. – М., 1995. – 158 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ