

**Бібліографічний опис тез:**

Савінов В. В. Контексти спілкування особистості та особливості їхнього відновлювального потенціалу / Савінов В.В. // Ракурси психологічного благополуччя особистості : зб. тез доп. всеукр. наук.-практ. семінару, 9 червня 2017 р., м. Ніжин / ред. кол.: Титаренко Т. М. (гол. ред.) та ін. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. – 180 с. – С. 144–149.

**Савінов В.В.**

**КОНТЕКСТИ СПІЛКУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ТА ОСОБЛИВОСТІ  
ЇХНЬОГО ВІДНОВЛЮВАЛЬНОГО ПОТЕНЦІАЛУ**

За тотальної травматизації, що спостерігається зараз в Україні, послугами психолога неможливо охопити всіх людей чи навіть їх значну частку, тому корисним видається психологічний аналіз вже існуючих соціально-комунікативних контекстів, у яких люди самостійно знаходять психологічне відновлення і благополуччя.

Якщо спілкування – необхідний процес, що супроводжує будь-які форми взаємодії людей, текст завжди розгортається у контексті і, вочевидь, залежить певною мірою від останнього, а сучасна особистість контекстуальна [4, 5], враховує контекст, то чому б не проаналізувати контексти – про що і де говорять люди?

Говорячи про контексти спілкування людей, розглянемо не зовнішній антураж, ситуацію, яких може бути нескінченна множина, а про створювані ними умови для життєвого простору особистості, тобто про стосунки з людьми, окремими фігурами, групами, ролями, де існують спеціальні соціальні норми, ніби "прописано" (а іноді і справді прописано, як наприклад, у законах, правилах, дипломатичному протоколі чи етикеті), як слід поводитись і про що можна говорити.

Виходячи з традиційних уявлень соціальної психології про формальне та неформальне спілкування, за аналогією розглянемо контексти, у яких воно відбувається. Але у зв'язку з тим, що до формального спілкування вплітаються елементи неформального і навпаки, а також що формальність-неформальність є водночас особистісними рисами, пропонуємо контексти назвати не формальним і неформальним, а повсякденним й інтимним. Такі назви роблять акцент не на обов'язковості чи необов'язковості норм спілкування, а на, так би мовити, ступені включеності особистісних рис людей, опосередкованості чи безпосередності особистості у взаємодії.

Так, у *повсякденному контексті спілкування*, тобто побутовому та професійному житті, люди зазвичай говорять переважно про справи: куди піти, що зробити, як вчинити у конкретній ситуації, обговорюють ідеї. Особистість "включена" опосередковано, настільки, наскільки їй дозволяють або наскільки сама вважає це за доцільне. *Контекст інтимного спілкування* відкриває додаткові можливості для емоцій, почуттів, ставлень, майже "безпредметних" розмов. Особистість в цьому контексті включається безпосередньо, а не лише через предмети обговорення.

Звичайно, ці два контексти виділяються також умовно, вони і взаємопереплетені, і взаємодоповнювані, і залежать від особистісних рис учасників. Наприклад, на роботі може бути більше чи менше місця для почуттів і особистих точок зору, індивідуальності, креативності; побут може бути великою мірою побудований "на емоціях" та імпульсивних діях; з близькими та друзями люди також говорять про конкретні справи і приймають рішення. Але ці широкі контексти, повсякденний та інтимний, різняться провідними очікуваннями, в них створюються умови для різних результатів спілкування. Так, у повсякденному контексті достатньо зробити якусь дію (виконати роботу, скласти іспит, купити сорочку, передати "на проїзд"), а у інтимному дій замало, самоцінними є щирість, почуття, стосунки тощо.

Щодо психологічно-відновлювального потенціалу спілкування в цих основних контекстах, вже надано багато методичних рекомендацій: від формування настанов на здоровий спосіб життя до самопомоги у стресових ситуаціях. Як вирішувати конфлікти у родині? Як спілкуватися з суворим керівником? Як знайти друзів? Як припинити турбуватися і почати жити? Це приклади тем і напрямків рекомендацій з психологічного відновлення у звичайному житті, у його базових, "панівних" форматах.

Але є ще *спеціальні контексти*, створювані, так би мовити, "для душі": це контексти релігійні, розваг, мистецтва та психолого-психотерапевтичних

занять. Ці контексти, ці соціальні формати виникли, прямо чи опосередковано, для психологічного відновлення людей, вони спираються на задоволення людьми власне психологічних потреб. Розглянемо їх детальніше.

*Релігійний контекст спілкування* є водночас і інтимним, і жорстко внормованим. В ньому справді говорять про душу, сенс життя, високі й вічні цінності. Там створюються умови, спеціальні ритуали, які уможливають безпечно й глибоке спілкування. Людина може доторкнутися до своєї справжньої самоінтерпретації – як "піднесених", соціально підтримуваних, так і "низьких", соціально невинувачуваних почуттів – відповідно у молитві та сповіді чи їх аналогах в інших релігіях. Але при цьому в релігійному контексті спілкування є задана доктрина, тобто своя інтерпретація життя, яку релігія пропонує, передає і стверджує у свідомості своїх adeptів та будь-кого, хто занурюється у її контекст. Про індивідуально-особистісний світогляд годі й говорити, тут є світогляд доктринний, єдиний правильний, до якого учасник має "приходити".

*Розважальний контекст* дає змогу розслабитись, відпочити, відволіктися від повсякденних обов'язків, часто в ньому дається воля спонтанності, деяким індивідуальним проявам особистості. Від людини очікується захоплення якимись діями, грою, самоцінними є небуденні враження. Наприклад, у парку атракціонів цінуються гострі відчуття, у казино – можливість випробувати інтуїцію та шанс, на концертному шоу – гумор чи яскравість емоцій, у розважальному театрі імпровізації – нестандартні, неочікувані зв'язки знайомих подій, креативність акторів тощо. Роль учасника, споживача розваг продумана й прописана, людина не має особливих можливостей для вкладання індивідуального змісту. Навіть гра у комп'ютерні ігри, на сьогодні, обмежена варіантами дій гравця чи прописаним персонажем, особливо індивідуально-творчих змістів гра просто не сприйматиме, оскільки вони не передбачені програмістами. Але у розважальних контекстах сам пропонований зміст вже є цікавим, захоплюючим, таким, що включає щось небуденне, розкриває такі можливості, яких людина не може досягти у реальному житті. Про що люди тут говорять між собою? Про враження від атракціонів та власні досягнення в атракціонах, де є така опція. Про інше – якщо встигнеш. Звичайно, розважальний контекст може доповнюватись і наповнюватись іншими цілями. Наприклад, заробити гроші на грі, пізнати світ у мандрах чи кінотеатрі, набути якихось умінь та навичок під час розваги. Від цього не зникає психологічно відновлювальна функція (звичайно, якщо розвагам знати міру), але простір для індивідуальних змістів особистості також залишається наперед визначеним.

У контексті мистецтва (і літератури) навряд можна знайти якусь одну особливість спілкування, оскільки саме мистецтво істотно трансформувалося протягом історії, ставлячи собі все нові завдання, іноді навіть заперечуючи попередні. Все ж його відновлювально-розвивальна функція беззаперечна: люди від "реального", звичного життя, переключаються на вигадане, по-своєму фіктивне, по-своєму альтернативне буття – як не в інших акцентах, так в іншій формі. Наприклад, традиційна література й театральне мистецтво змінює стан особистості, але ненав'язливо, лише тією мірою, у якій людина ідентифікувалася з героєм твору (зазвичай, вигаданим) і стала йому співпереживати, ніби насправді проживаючи його сценарій. Емоційне залучення до спільних цінностей та катарсис у мистецькому контексті сприяють емоційному відновленню особистості, але при цьому робота є лише внутрішньою, особистість тут прописана як пасивний (принаймні, зовні) учасник дійства.

*Психотерапевтичний контекст* також спеціально створюваний, при чому більш жорстко обмежений за інші, чим схожий на лабораторію або операційний кабінет, де має бути забезпечена низка умов для успішного виконання тонких "процедур". Конфіденційність і анонімність захищає учасників від зовнішньої критики та інших небезпек, що надає можливості говорити про найінтимніші проблеми, розкриватись по-справжньому. Правила роботи тренінгових груп чи терапевтичних альянсів також покращують деякі "налаштування" безпеки взаємодії, швидкості і зручності доступу до проблем, продуктивності інтервенцій тощо. Про що говорять у таких контекстах? Зазвичай про індивідуальні проблеми та психологічні ресурси. І раптом говорячи на інші теми, все одно, їх розглядають крізь призму тих самих проблем та ресурсів особистості. Отже, відпрацювання травматичних ситуацій в психотерапії стає більш чи менш вдалим, але проблема перенесення цих досягнень у безпечних умовах до умов звичного життя залишається.

А чи можна уявити собі контекст, у якому є місце для особистісних змістів, немає панівної доктрини-світогляду, немає мети й обов'язковості і при цьому цей контекст з не надто контрастними правилами по відношенню до звичного життя? Що б це могло бути і яким би чином він виглядав?

Враховуючи сучасну "тенденцію до взаємного перетину публічної сфери та приватного простору [5, 208], звичайно, у першу чергу спадає на думку контекст вільних інтерактивних медіа – *соціальних мереж*, у яких ніби все створено для того, аби можна було виражати свої індивідуальні змісти, тексти для широкої публіки (принаймні, є така опція). Можна пригадати також формат

"вільного мікрофону", де у публічних ЗМК пересічні громадяни висловлюють свою думку. І там, і там для наповнення публічного простору передбачаються особистісні змісти людей, виходить певний каламбур: передбачено непередбачене. Але для цього створено відповідні умови і без такого наповнення ці формати просто не можуть існувати, вони побудовані на особистих думках, історіях. Схожий контекст спілкування створюється і у плейбек-театрі [2].

Цікаво, що традиційні чотири способи побудови комунікативних практик за Реймондом Уільямсом – авторитарний, патерналістський, комерційний та демократичний [1] – можуть бути умовно віднесені до наведених вище контекстів спілкування: релігійного (авторитарний), мистецького (патерналістський), розважального й психотерапевтичного (комерційний) та мережево-публічного (демократичний).

Отже, психологічне благополуччя особистості може суттєво відрізнятись у різних контекстах спілкування, а їх зміна, чергування задля відновлення благополуччя може стати найбільш реальною масовою допомогою за тотальної психологічної травматизації населення України. Спеціальні контексти "для душі" та з включенням особистісних змістів – релігійний, мистецький, розважальний, психотерапевтичний та мережево-публічний – мають свої переваги і свої недоліки, які слід враховувати, обираючи стратегію чи програму відновлення психологічного благополуччя особистості.

#### **Література:**

1. Квон М. Паблік-арт как публичность [Електронний ресурс] / Мивон Квон // Художественный журнал. – 2013. – № 89. – Режим доступа : <http://moscowartmagazine.com/issue/8/article/80>

2. Савінов В. В. Практики плейбек-театру як способу особистісного життєконструювання : підрозділ 4.2 / В. В. Савінов // Психологія життєтворення особистості в сучасному світі : монографія / Ю. Д. Гундертайло, В. О. Климчук, О. Я. Кляпець та ін. ; за наук. ред. Т. М. Титаренко ; НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. – К. : Міленіум, 2016. – 320 с. – С. 273–290. – Режим доступу : <http://lib.iitta.gov.ua/705047/>

3. Титаренко Т. М. Можливості підтримання та відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах довготривалої травматизації [Електронний ресурс] / Т. М. Титаренко // Особистість в умовах кризових викликів сучасності : матер. методол. семінару НАПН України (24 березня 2016 р.). – К., 2016. – С. 42–51. – Режим доступу : <http://lib.iitta.gov.ua/704987/>

4. Титаренко Т. М. Постмодерна особистість у динаміці самоконституювання / Т. М. Титаренко // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – К. : ДП "Інформаційно-аналітичне агентство", 2010. – Т. 2, вип. 6. – 194 с. – С. 5–14.

5. Хабермас Ю. Структурное изменение публичной сферы: Исследования относительно категории буржуазного общества / Ю. Хабермас. – М. : Весь Мир, 2016. – 344 с.

© НДУ ім. М. Гоголя, 2017

© Савінов Володимир Вікторович