

Рязанцева Елена Юрьевна

аспирант,

Южноукраинский национальный педагогический университет

имени К. Д. Ушинского,

кафедра общей и дифференциальной психологии

МИЛОСЕРДИЕ КАК ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ РЕСУРС ЛИЧНОСТИ

В статье раскрыто понятие милосердия, обосновано его использование как экзистенциального ресурса личности, представлены результаты эмпирического исследования, описан консультационный прием раскрытия «ресурса милосердия» у лиц, переживающих психологический кризис.

Ключевые слова: милосердие, экзистенциальный ресурс, психологический кризис.

Понятие «милосердие» является многоплановым и имеет глубокие философские, религиозные, этические, культурологические корни. Философская основа понимания милосердия заложена в трудах древних мыслителей Аристотеля, Конфуция, Пифагора, Платона, Сократа и др., относивших данное качество к важнейшим человеческим добродетелям.

Как социокультурное явление милосердие нашло свое отражение в философских учениях мировых религий. В частности, христианство, приняв 10 заповедей Ветхого Завета дополнило их учением о милосердной любви к ближнему, ставшее сутью нравственного закона человеческого общежития и общечеловеческой ценностью, регулирующей социальные и межличностные взаимоотношения. По христианскому учению, в милосердии человек посвящает себя Богу, и тем самым выбирает путь добра, любви, служения людям и духовного самосовершенствования.

На протяжении многих веков милосердие осмыслялось как важное условие человеческого существования, но в середине 20-х годов XX столетия само слово «милосердие» было изъято из общего употребления как не соответствующее классовый борьбе тех лет и более полувека функционировало только в духовной литературе. Лишь в середине 80-х годов XX в. оно вновь было введено в публицистическую речь, затем и в активную, при этом значительно утратив свой первоначальный объем значения, который практически был сведен к одному семантическому варианту, связанному со словом «благотворительность» (Н. С. Чохонелидзе, 2007).

В постсоветский период актуализировался научный интерес к феномену милосердия со стороны педагогов, обеспокоенных растущей бездуховностью, жестокостью и вульгарным прагматизмом нового поколения. В ряде исследований того времени, изучались педагогические условия воспитания и развития милосердия у детей старшего дошкольного возраста (И. А. Княжева, Т. В. Черник), младшего школьного возраста (Л. С. Ощепкова, В. А. Шутова), учащихся профтехучилищ (Л. В. Бабенко), медицин-

ских сестер (Т. А. Недоводеева), будущих учителей (Л. Р. Уварова), вопросах воспитания милосердия занимались О. Будугай, И. В. Кобыльченко, О. О. Якимова и др.

В психологическую науку понятие «милосердие» вошло лишь в последние годы с активным развитием линии нравственной психологии. Так, по мнению Б. С. Братуся: «сейчас идет постепенно обозначавшийся поворот — если не к душе в ее полном понимании, то, по крайней мере, к душевности, к душевным проявлениям человека. <...> Мир человеческих чувств, переживаний все более перемещается в центр интереса психологов. Изменились и слова науки. В психологию ныне впущены такие долго ею игнорировавшиеся понятия, как милосердие, сострадание, любовь, надежда и т. п. Психология спустя более чем столетие вновь встречается, соотносится с философией, с этикой и при определенных условиях этой встречи может стать нравственно ориентированной» [3, стр. 14].

В современных философских (И. А. Ильин, В. В. Зеньковский, Н. О. Лосский, В. В. Розанов, В. С. Соловьев и др.), а позже и в психологических (Б. С. Братусь, Ф. Е. Василюк, Е. И. Головаха, В. Н. Куницына, К. А. Муздыбаев, Н. В. Панина, В. И. Слободчиков, С. Л. Рубинштейн и др.) концепциях милосердие рассматривается как характерная черта духовного, психического и психологического здоровья личности.

Синонимами к понятию «милосердие» являются добросердечность, душевность, жалостливость, отзывчивость, сердечность, сердобольность, сострадательность, чувствительность, чуткость, участливость и т. д. [1], также близкими по смыслу — гуманность, человеколюбие, великодушие, доброта, терпение.

С милосердием часто ассоциируют такие понятия, как «благотворительность», «альтруизм», «самотрансценденция», отражающие разные аспекты данного явления, однако более глубокого и емкого. Так, отличаясь от благотворительности, «милосердие требует не только щедрости, но духовной чуткости и нравственной зрелости; и человеку надо самому возвыситься до добра, искоренить в себе зло, чтобы суметь другому сделать добро» [2]. Заповедь милосердия так же, как и альтруизм, требует самоотречения, жертвенности, но в понимании милосердия заключено большее — сила любви, прощающая обиды, призывающая любить врагов и др. Как и самотрансценденция, милосердие есть исключительно человеческая способность выходить за пределы личных интересов, но отличается такой любовью и искренностью в сердце человека, которой свойственно радоваться при оказании любого вида помощи ближнему.

По мнению большинства ученых-психологов (С. Л. Рубинштейн, П. М. Якобсон, В. А. В. Запорожец, В. К. Вильюнас, Л. П. Стрелкова, К. В. Гавриловец, Н. А. Дементьева и др.), источником возникновения и условием развития милосердия становится способность к состраданию и эмпатийному переживанию, представляющим собой сложные феномены, разворачивающиеся в детстве. Задатком способности к состраданию выступает непроизвольное реагирование на болезненное эмоциональное состояние другого, являющееся врожденным (эмпатический дистресс, по Hoffman, 1978).

Обзор исследований, посвященных проявлению милосердия в разные возрастные периоды, позволили выявить следующее: младший школьный возраст является сензитивным к развитию гуманности и милосердия (М. И. Боришевский, Л. С. Ощепкова, Л. П. Пилипенко, В. А. Шутова и др.); в подростковом возрасте происходит активное становление духовно-ценностной (просоциальной) ориентации, включающей милосердие как нравственную позицию (Л. И. Анцыферова, Л. И. Божович, Б. С. Братусь, Л. С. Выготский, Б. В. Зейгарник, Д. Б. Эльконин и др.); в старшем юношеском возрасте ценность милосердия снижается, уступая ценности успеха, любви, достижений, далее выявляется прямая линейная зависимость возраста и частоты выбора ценности «милосердие» [11]. Лонгитюдное исследование, проведенное Н. Хаан и Дж. Блоком, подтверждает вывод о том, что милосердие, альтруизм и другие формы самотрансцендирующего поведения со временем усиливаются. Так, сравнивались тридцати- и сорокапятилетние индивиды с самими собой в юности и было установлено, что индивиды в сорок пять были «более сочувствующими, дающими, продуктивными и надежными», чем в тридцать [20]. Ученые также предполагают, что древнейшие источники милосердия как морального принципа лежат в архаичной родовой солидарности [2].

Психологический анализ особенностей феномена милосердия позволил ученым выделить духовно-эмоциональный аспект, в основе которого лежит способность к состраданию, сопереживанию, эмпатии, и конкретно-практический, выражающийся в инициативном действенном участии. Отсутствие одного из них может приводить либо к холодной филантропии, либо к пустой сентиментальности [6].

Как психологическое явление, милосердие может рассматриваться и как свойство, и как процесс, и как состояние.

В работах В. Н. Куницыной милосердие рассматривается как личностная направленность, проявляющаяся в поведении и являющаяся выражением системы ценностных ориентаций и особенностей взаимоотношений с другими людьми. Автор дает следующее определение: милосердие — это такая направленность личности, которая проявляется в виде помощи, часто анонимной, и может ограничиться словесной поддержкой или словесным переживанием. Милосердно направленная личность характеризуется высокой потребностью в доверительных дружеских отношениях, высоким уровнем оптимизма и эмпатии. В тесной взаимосвязи с милосердием находятся чувствительность и высокая нормативность поведения, которое в большей степени определено стремлением к социальной справедливости, полезности, честности и внутренней гармонии. Социализация милосердной направленности личности происходит в семье и связана со стилем родительского воспитания, а также взаимоотношениями между сиблингами [8].

Этико-психологический анализ милосердия представлен в работе С. П. Суровягина, где под «милосердием» понимается высшая форма альтруизма, последовательно проходящего в своём развитии стадии милости-ности, товарищеской солидарности и великодушия дружбы [16].

Л. С. Ощепкова определяет милосердие как интегративное нравственное качество личности, в структуре которого выделяются следующие компоненты: когнитивный, чувственный и поведенческий. Под когнитивными проявлениями милосердия подразумеваются наличие знаний и суждений о проявлениях милосердия; чувственно-эмоциональные проявления выражаются в сострадании, любви к ближнему, в сопереживании и сочувствии; поведенческие: в наличии способов сотрудничества, в бескорыстном отношении к окружающим, в помощи на деле, в способности поступать адекватно своим знаниям и чувствам [12].

В экзистенциальной психологии милосердие рассматривается в парадигме трансценденции, выражающейся в направленности не на себя, а на что-то иное. Суть бытия заключается в качестве Человека, его пути к аутентичности и милосердию, таким образом, акт самотрансценденции выражается «в соучастии, в бытии других живых существ, где человек обнаруживает смысл и основу собственного бытия» [5].

По мнению Р. Мэя, милосердие лежит в основе подлинной любви, путь к которой, к сожалению, далеко не прост: для нее необходимо особое качество зрелости — уверенность в себе и способность раскрыть себя. Она требует одновременно нежности, принятия и утверждения личности другого человека, освобождения от чувства соперничества, иногда — отказа от себя во имя интересов любимого, а также таких старинных добродетелей, как милосердие и способность прощать» [Цит по 18, стр. 147].

А. Ленгле утверждает, что милосердие лежит в основании по сути интуитивного мировоззрения, исходя из которого живет и действует глубоко верующий человек. Благодаря именно этому основанию становится возможным принятие правильных решений, в чем и выражается сущность человеческой свободы [19].

В своей психотерапевтической практике И. Ялом замечал, что пациенты, испытывающие глубокое ощущение смысла своей жизни, живут более полно и встречают смерть с меньшим отчаянием. Но даже опираясь в своей критической ситуации на несколько родов смысла, как религиозного, так и светского, ничто не оказалось более важным, чем альтруизм [19].

Эмми ван Дорцен также утверждает, что когда в жизни появляется что-то, что обогащает не только свою жизнь, но также и жизни других людей, то это становится источником энергии и энтузиазма; и отдавая помощь тем, кто в этом нуждается, человек становится сильнее. Понимание себя, признание собственной ранимости и уязвимости, раскаяние в высокомерии способствуют обретению скромности и великодушия, помогают достигать большей близости с собой и другими [7].

Таким образом, внимательное изучение философской, психологической и психотерапевтической литературы, а также проведенный анализ исследований по проблеме милосердия, дает нам основание рассматривать данный феномен как один из фундаментальных экзистенциальных ресурсов личности.

Еще раз напомним, что под ресурсом в психологии понимают средство, способ, инструмент для достижения какой-либо цели [17] или, говоря

обыденным языком, это то, что дает силы для удовлетворения некоей потребности. И если в качестве глубинной потребности человека выступает потребность в любви и доверии, понимании и прощении, искреннем, бескорыстном и добром отношении, составляющих духовную основу взаимоотношений социального измерения человеческого бытия, то ресурсом для достижения этого действительно становится милосердие как нравственный принцип и личностная позиция. В результате раскрытия ресурса милосердия возрождаются лучшие человеческие черты, способность творить добро, приносить пользу другим, что в конечном результате позволяет реализовать свою человеческую сущность.

На основе собственных наблюдений и практик установлено, что мотивами использования ресурса милосердия становятся как осознаваемые, так и неосознаваемые побуждения. Так, лица, активно ищущие пути выхода из кризиса, интуитивно прибегают к известной в психотерапии классической позиции — «когда тебе плохо, помоги тому, кому еще хуже», при этом возрастает вера в собственные силы, ощущение себя сильнее, добрее, значительнее, активизируются и наполняются другие внутренние ресурсы. Переключение на помощь и поддержку нуждающимся людям отвлекает от собственных негативных переживаний, совершение добрых поступков приносит удовлетворение и радость. Стремление оказывать помощь может также выступать по механизму проекции, как собственная неозвученная потребность во внимании и бережном отношении со стороны других. Также мотивом проявления заботы и помощи может выступать надежда на ответную помощь и «снисхождение» со стороны других или даже неподвластных обстоятельств в определенные критические периоды жизни. Традиционным религиозным мотивом проявления милосердия выступает одна из заповедей блаженства: «Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут» (Мф. 5, 7).

Таким образом, обращение к экзистенциальному ресурсу милосердия как источнику аутентичных человеческих отношений позволяет личности в кризисе черпать силу в социальном взаимодействии, восстанавливает ощущение собственной нужности, полезности, значимости и наполняет существование осмысленностью, чувством радости, удовлетворения, которые значительно снижены при переживании психологического кризиса. И также позволяет проявлять милосердие как по отношению к другим, так и к себе, что в конечном результате способствует сохранению психического здоровья.

Для проверки работы феномена милосердия как экзистенциального ресурса у лиц, попавших в трудные, кризисные ситуации и остро их переживающие, нами было организовано и проведено эмпирическое исследование.

В эмпирическом исследовании принимало участие 325 человек. Для диагностики ресурса милосердия использовался «Тест-опросник диагностики экзистенциальных ресурсов личности» (ЭРЛ), авторы И. В. Брынза, Е. Ю. Рязанцева; для оценки кризисных переживаний — шкалы «Тест-опросника диагностики показателей переживания профессионального кризиса» (ППК), авторы О. П. Санникова, И. В. Брынза [4].

Качественный анализ результатов исследования позволил выявить две группы респондентов, первая — «кризисники» (K_{max}) с острыми переживаниями психологического кризиса, в нее вошло 43 человека; вторая — «не кризисники» (K_{min}), не переживающие психологический кризис, в нее вошло 44 человека.

Сравнительный анализ значений «ресурса милосердия» в двух рассматриваемых группах показал, что представители группы «кризисников» относительно группы «не кризисников» демонстрируют утрату способности опираться на «ресурс милосердия» более чем в 3 раза [14, 15].

В группе «кризисников» также были выделены две подгруппы с продуктивным типом переживания кризиса ($K_{max}ЭРЛ_{max}$) и негативным типом переживания кризиса ($K_{max}ЭРЛ_{min}$), анализ результатов показал, что «ресурс милосердия» является ведущим экзистенциальным ресурсом у лиц с продуктивным типом переживания психологического кризиса, занимающих активную позицию самопомощи и поиска путей выхода из кризисного положения.

Последующая аналитическая и консультационная работа с представителями «кризисной» группы, у которых зафиксированы низкие значения «ресурса милосердия», позволила констатировать существенные психологические отличия. Данных респондентов отличает высокая эгоцентричность, равнодушие, формализм отношений, строящийся на основе расчетливости, грубого прагматизма. Для них характерны такие качества, как злость, мстительность, неспособность к прощению, жестокость, болезненный индивидуализм, проявляющийся в обостренной чувствительности к тому, что касается их самих, и закрытости к чувствам и ощущениям ближних. Такой набор характеристик является тревожным сигналом для специалиста, оказывающего психологическую помощь, и поводом для проведения кризисной интервенции. Цель такой интервенции для личности должна заключаться в осознание своего способа отношения к миру, к другим и к себе, изменение внутренних установок, препятствующих наполнению и реализации милосердия.

Для раскрытия «ресурса милосердия» консультационная работа с личностью, переживающей психологический кризис, велась в следующих ключевых узлах:

- 1) рефлексия желаемого отношения к себе (как хотел бы, чтобы относились ко мне);
- 2) рефлексия собственного способа отношения (использую ли те же принципы);
- 3) рефлексия своего умения быть чутким и внимательным, искренне сочувствовать, оказывать поддержку, а также искренне сорадоваться;
- 4) искреннее и великодушное прощение всех обид и обидевших когда-либо;
- 5) искреннее раскаяние в нанесенных обидах кому-либо;
- 6) восстановление любви в своем сердце к миру, другим, себе;
- 7) понимание сущности любви (любовь долго терпит, милосердствует, не завидует, не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего,

не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а со-радуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит);

8) научиться дарить (отдавать от чистого сердца, бескорыстно, с любовью);

9) научиться принимать с радостью и благодарностью;

10) научиться просить помощь и поддержку в случае необходимости;

11) научиться делам милосердия, наполняющим жизнь смыслом и радостью, дающим прилив внутренней силы и отвлекающим от погружения в собственные несчастья;

12) выбор милосердного отношения как пути обретения душевного здоровья и духовного совершенствования.

Таким образом, подводя итоги представленной части эмпирического исследования, необходимо отметить следующее:

1. Проведенный анализ результатов исследований, направленных на изучение феномена милосердия, позволяет рассматривать его как экзистенциальный ресурс личности.

2. Эмпирически установлено, что респонденты, остро переживающие психологический кризис, демонстрируют утрату способности опираться на «ресурс милосердия». Также обнаружено, что ресурс милосердия является ведущим экзистенциальным ресурсом у лиц с продуктивным типом переживания психологического кризиса, занимающих активную позицию самопомощи и поиска путей выхода из кризисного положения.

3. Раскрытие ресурса милосердия становится конституирующим экзистенцию и компасом всей дальнейшей жизни. Именно в кризисе человек лицом к лицу встречается с собой подлинным, со своей уязвимостью и своими ограничениями, нуждается в соучастии и милосердии, а значит, научается замечать и принимать слабость и уязвимость других, острее ощущает взаимозависимость, что проявляется в искренней солидарности, спонтанной готовности оказывать поддержку, бескорыстную помощь, прощать и понимать других и себя.

Полученные результаты не исчерпывают всех аспектов исследуемой проблемы. Дальнейшее направление научных поисков может быть осуществлено в плане изучения индивидуально-психологических особенностей лиц, переживающих и не переживающих психологический кризис, в связи со способностью активизировать, мобилизовывать, тратить и накапливать «ресурс милосердия».

Список использованных источников

1. Александрова З. Е. Словарь синонимов русского языка. Около 9000 синонимических рядов / З. Е. Александрова [под ред. Л. А. Чешко]. — М.: Сов. энциклопедия, 1968. — 600 с.
2. Апресян Р. Г. Дилеммы благотворительности / Апресян Р. Г. // *Общественные науки и современность*. — 1997. — № 6. — С. 56–67.
3. Братусь Б. С. К проблеме человека в психологии / Братусь Б. С. // *Вопросы психологии*, 1997. — № 5. — С. 3–19.
4. Брынза И. В. Особенности переживания профессионального кризиса у лиц с различным типом эмоциональности: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Брынза Ирина Вячеславовна. — Одесса, 2000. — 281 с.

5. Бубер М. Два образа веры [пер. с нем.]/ Бубер М.; [под ред. П. С. Гуревича, С. Я. Левит, С. В. Лёзова]. — М.: Республика, 1995. — 464 с. — (Мыслители XX века).
6. Дедюлина М. А. Этика: Учебно-методическое пособие / Дедюлина М. А. — Таганрог: ТРТУ, 2005. — 100 с.
7. Дорцен Э. ван. Практическое экзистенциальное консультирование и психотерапия / Дорцен Э. ван. — Ростов-на-Дону: Ассоциация экзистенциального консультирования, 2007. — 216 с.
8. Куницына В. Н. Межличностное общение / Куницына В. Н., Казаринова Н. В., Погольша В. И. — СПб.: 2001. — 544 с.
9. Ленгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / Ленгле А. [2-е изд.]. — М.: Генезис, 2004. — 128 с. (Теория и практика экзистенциального анализа).
10. Мей Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Мей Ролло [пер. с англ. М. Будыниной, Г. Пимочкиной]. — М.: Апрель Пресс, ЭКСМО Пресс, 2001. — 256 с. (Серия «Искусство консультирования»).
11. Ментальность россиян (Специфика сознания больших групп населения России) / [под ред. И. Г. Дубова]. — М.: Имидж-Контакт, 1997. — 478 с.
12. Ощепкова Л. С. Педагогические условия воспитания и развития милосердия у младших школьников: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ Ощепкова Любовь Серафимовна. — Пермь, 2001. — 181 с.
13. Пашукова Т. И. Эгоцентризм: феноменология, закономерности формирования и коррекции / Пашукова Т. И. — Кировоград: Центрально-Украинское издательство, 2001. — 338 с.
14. Рязанцева Е. Ю. Особенности проявления экзистенциальных ресурсов у лиц с разным уровнем переживания психологического кризиса: матеріали Першої міжнар. наук.-практ. конф. [«Культурно-історичний і соціально-психологічний потенціал особистості в умовах трансформаційних змін у суспільстві» (присвяченої 120-літтю з дня народження С. Л. Рубинштейна)], (Одеса, 25–26 верес. 2009 р.) / Вісник Одеського національного Університету. — Том 14. Вип. 17. (Психологія). — С. 388–396.
15. Рязанцева Е. Ю. Исследование экзистенциальных ресурсов личности в период переживания психологического кризиса // Рязанцева Е. Ю.: материалы Всероссийск. юбил. науч. конф., посвященной 120-летию со дня рожд. С. Л. Рубинштейна [«Психология человека в современном мире»], (Москва, 15–16 окт. 2009 г.) Т. 3. — М.: Институт психологии РАН, 2009. — С. 348–352.
16. Суровягин С. П. Милосердие / Суровягин С. П. — Тюмень: Простор, 1993. — 255 с.
17. Толковый словарь русского языка: в 4 т. [под ред. Д. Н. Ушакова]. — М.: Гос. ин-т «Сов. энцикл.»; ОГИЗ. — 1957.
18. Фрейдджер Р. Теории личности и личностный рост [4-е изд.] / Фрейдджер Р., Фэйдимен Д. [пер. с англ.]. — М.: «Мир», 2004. — 2095 с.
19. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / Ялом Ирвин; [пер. с англ. Т. С. Драбкиной]. — М.: Независимая фирма «Класс», 2004. — 576 с.

Е. Ю. Рязанцева

аспірант

ПДПУ імені К. Д. Ушинського

МИЛОСЕРДЯ ЯК ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ

Резюме

У статті розкриті поняття милосердя, обґрунтоване його використання як екзистенціального ресурсу особистості, представлені результати емпіричного дослідження, описаний консультаційний прийом розкриття «ресурсу милосердя» в осіб, що переживають психологічну кризу.

Ключові слова: екзистенціальні ресурси особистості, милосердя, психологічна криза.

E. Ryazantseva

postgraduate student,

Pedagogical university named after K. D. Ushinsky

MERCY AS THE EXISTENTIAL RESOURCE OF THE PERSON

Summary

The concept of mercy is exposed in the article, his use is grounded as an existential resource of personality, the results of empiric research are presented, the method of opening of «resource of mercy» is described at persons, experiencing a psychological crisis.

Key words: existential resource of the person, mercy, psychological crisis.