

ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

DOI: 10.17805/zpu.2022.1.18

Предварительное переживание: экзистенциально-феноменологический анализ

Е. В. Золотухина-Аболина
Южный федеральный университет

Статья посвящена рассмотрению феномена предварительного переживания, обычно редуцируемого в психологической литературе к явлению готовности. Опираясь на экзистенциально-феноменологический подход, автор расширяет содержание исследуемого понятия, а само переживание понимает как качественно-определенную целостность смыслов, эмоций, мыслей, охватывающих конкретный временной интервал (подход В. Б. Меласа). В первом разделе статьи автор обращается к различным видам предварительного переживания, выделяя сначала позитивное и негативное переживания будущего, затем активное и пассивное отношение к предстоящим переменам. Далее рассматриваются переживания, характерные для краткосрочного и долговременного ожидания. Второй раздел посвящен вопросу о том, как именно мы переживаем то, что еще не состоялось и пока находится в сфере возможного. Особо проговариваются два момента: всегда присущие переживанию рациональные акты рефлексии и возможность в некоторых случаях отсутствия переживания, когда о будущем не хотят задумываться. В остальном раздел знакомит читателя с переживанием будущего как наглядного образа и с переживанием латентным, внеобразным, выражающим себя в настроении и телесных ощущениях. Третий раздел статьи обращен к теме различия предварительных переживаний в разных жизненных ситуациях.

Ключевые слова: переживание; предварительное переживание; готовность/неготовность; предвкушение; страх; тревога; ожидание; наглядный образ; внеобразность; эмоции

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

Тема, предлагаемая вниманию читателя, это проблема темпоральной динамики сознания, вопрос о тех внутренних состояниях, которые предшествуют положению дел, ожидаемому в будущем.

Экзистенциальный опыт предварительного переживания есть у каждого из нас, и он не всегда является благим, что сказывается и на настроении человека, и на том, как складываются события. Но что такое «переживание»? Это слово имеет обширный круг значений и активно применяется как в психологии (Василюк, 1984; Выготский, 1984; Прохоров, 2011; Шаров 2004), так и в философии, в особенности в рамках философии жизни и экзистенциально-феноменологического подхода (Дильтей, 2001; Гуссерль, 2001; Гадамер, 1988). В статье ставится задача описать с собственно философских, т. е. ориентированных на внутренний опыт, позиций некоторые важные характеристики названного феномена. Поэтому стилистика

настоящего текста в большей степени соответствует тому жанру, в котором написаны работы Ж.-П. Сартра или Г.-Г. Гадамера, нежели экспериментально-ориентированным психологическим трудам, нацеленным на объективный анализ отчета респондентов.

Для нас слово «переживание» будет означать целостный комплекс чувств, мыслей, актов воли, характерный для определенного периода — некоего *интервала*. Именно такая феноменологическая трактовка, отличная от других, была дана в книге В. Б. Меласа «Переживание и событие» (Мелас, 2009). Своеобразие его подхода было отмечено аналитиками: «Если обратиться к философскому пониманию термина “переживание”, то его четко выразил В. Б. Мелас, определив как “спонтанное представление предстоящего или состоявшегося испытания как некоторого целого, но развертываемого как актуальное происшествие”» (Дорохова, 2016: 80).

Согласно взгляду В. Б. Меласа, переживание становится прозрачно и очевидно прежде всего *в воспоминании*, хотя оно может и сопровождать действие, и *предварять* его. В этом отношении понятие «предварительное переживание», которое применяет Мелас, близко к аналогичному понятию, примененному «менталистом» Д.-Д. Крескиным, полагающим, что «предварительное переживание — детальное пред-осознание события, его позитивных и негативных аспектов, без “редактирования” или предварительного проектирования вашего желания» (Крескин, 2011). Однако если Крескин пишет как артист, фокусник и телесный терапевт, то подход В. Б. Меласа и начатое им обсуждение темы является собственно-философским и открывает для нас возможность разностороннего феноменологического описания состояния сознания на фазе, предшествующей поведению и событиям.

Являясь соавтором В. Б. Меласа в книге «Переживание и действие» (Мелас, Золотухина-Аболина, 2020) и рассмотрев в последующих статьях 2021 г. целый ряд различных аспектов «интервала переживания», я в данной статье обращаюсь к сюжету такого переживания, которое предваряет некое ожидаемое событие.

Итак, предварительное переживание — особая конфигурация мыслей и чувств. Оно охватывает человека *до того*, как действия начались, и составляет ментальный и эмоционально-волевой этап *подготовки к поступку*. Это интервал *темпорально «симметричный воспоминанию»*, и не менее важный, чем оно. Педагоги и психологи часто сводят этот этап к состоянию «готовности/неготовности», хотя на самом деле его репертуар куда шире. Психолого-педагогическое рассмотрение готовности реализуется в первую очередь на конкретном материале. Как правило, эти работы опираются на теорию установки Д. Н. Узнадзе (Узнадзе, 2001) и обращены к самым разным довольно узким сюжетам: готовность к соревнованиям в спорте (Пуни, 1969), к выполнению в рамках программы обучения индивидуальных проектов (Романько, Баженова, 2019), готовность педагогов к работе с подростками (Леванова, 1993). Впрочем, есть и психологические работы общеметодологического плана (Дьяченко, Кандыбович, 1976). И хотя в дальнейших размышлениях мы будем так или иначе обращаться к мнениям психологов, наш *факурс видения, как мы уже отметили, иной*. Я постараюсь представить феномен предварительного переживания как фазу *экзистенциальной ориентации человека в мире*.

ВИДЫ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ

Предварительное переживание — это всегда стояние на границе наличного и грядущего, действительности и возможности, которая вот-вот покинет свой вир-

туальный статус и тоже станет действительностью. В этом отношении все предварительные переживания несут на себе некий момент *маргинальности, перехода*, они — посредники между ситуацией наличной и будущей. При этом они относятся к конкретному событию, к жизненным переменам — грядущему экзамену, празднику, спортивному соревнованию, исполнению важной работы, заключению брака и т. д. Именно к ним мы «готовы» либо «не готовы». Такой конкретностью предварительное переживание отличается от мечты или фантазирования в духе гоголевского Манилова. Состояние готовности всегда несет в себе тяжесть зрелости для реализации проекта, а в «маниловских» ситуациях вопрос о готовности не стоит. Мечтательное фантазирование не тяготеет к осуществлению, это, скорее, *игровое* переживание, нежели предварительное, ибо ничего не предваряет. Следует также заметить, что предварительное переживание тесно связано с объективной (операциональной) готовностью человека к будущему событию. Так, для сдачи экзамена важно выучить материал, для победы в беге — натренировать тело, для успешной лекции — овладеть ораторским мастерством и т. д., однако формально-операциональная готовность еще не означает такой же *готовности внутренней*. Можно выучить все ответы на вопросы и при этом трястись от страха — внешняя готовность нередко не совпадает с предварительным переживанием.

Отметим заранее, что все, о чем написано дальше, предполагает непрременную включенность в переживание размышлений, здесь часто присутствует *перебор вариантов*, рациональный анализ, но мы делаем акцент, скорее, на эмоционально-образной стороне рассматриваемого процесса. Какие же можно отметить виды предварительных переживаний как целостных субъективных «душевных миров»? Мы выделим их по разным основаниям, потому что феномен переживания имеет разные грани.

1. *Позитивное и негативное отношение к «значимому грядущему»*. Положительное предварительное переживание — это уверенность в приближающемся успехе, если речь идет о достижении цели, либо предвкушение радости и удовольствия, когда предстоит праздник, награждение, событие, которое заведомо рассматривается как приятное. Это в любом случае готовность к успеху и добрым чувствам, которые скоро станут актуальны. Как правило, предвкушение включает в себя спокойствие или эмоциональный подъем, веру в свои силы и благополучный ход событий. Позитивная готовность характерна для случаев, когда человек ранее уже успешно справлялся со своими задачами: ловко делал работу, побеждал в состязаниях, отлично сдавал экзамен. Гарантий, конечно, никогда нет, но колея накатана, и успех прошлого проецируется на будущее. Здесь как бы снижен фактор неопределенности, который всегда вызывает большое беспокойство при получении первого опыта.

Негативное предварительное переживание включает *страх и тревогу*. Этим состоянием, по существу, страданиям, предшествующим самому событию, посвящено много и психологических, и философских исследований, например знаменитая книга П. Тиллиха «Мужество быть» (Тиллих, 1995) или одна из интересных работ Р. Салецл, последовательницы Ж. Лакана, «О страхе» (Салецл, 2014). О страхе речь идет тогда, когда человек предчувствует конкретную неудачу, порой, опять-таки, проецируя на будущее прошлый неудачный опыт. Если же угрозы неопределенны и размыты, не имеют конкретного лица, то предварительное переживание становится сплошной беспредметной тревогой. В этом случае неуверенность рас-

пространяется и на собственное «я», и на ближайшее событие. Проблема избавления от страха и тревоги накануне важных событий и поступков — это острый вопрос для многих людей, чувствующих ответственность за свое «лицо», что и вызывает опасения перед непредсказуемым будущим». Ж.-П. Сартр отмечал в свое время, что, человек, принимая решения «...не может не испытывать какого-то чувства тревоги. Такая тревога знакома всем руководителям. Однако она не мешает им действовать...» (Сартр, 1989: 326). Впрочем, это открытый вопрос: кому-то предварительная тревога действовать не мешает, а кому-то — очень.

Отметим, что тот, кто охвачен предварительным переживанием, может метаться от уверенности — к неуверенности, от радужных ожиданий — к опасениям, т. е. от субъективной готовности к неготовности и тревоге.

2. *Переживание в рамках активного или пассивного отношения к ближайшему будущему* — второй вид предварительного переживания, который можно выделить. Если человек ставит цель и активно ее добивается, то уже сама постановка цели связана с целой гаммой переживаний, в том числе это деятельное *воображение, продумывание и прочувствование* того будущего, строителем которого он себя считает. Активное создание «значимого завтра» включает энтузиазм, изобретательность, представление самых разных вариантов событий и стремление быть готовым к различным предстоящим траекториям. В этом случае возникает «*вариант а*», «*вариант б*» и еще множество вариантов, которые мысленно моделируются с учетом влияния других людей, а также предвиденных и непредвиденных обстоятельств. Любая целеустремленность — это самомотивация, а значит, страхи и тревоги неизбежно оттесняются здесь на второй план.

Но существует множество ситуаций, когда нам приходится переживать состояние собственной неизбежной *пассивности*, — так происходит во всех случаях, когда ход событий не зависит от нашего вмешательства или мы не желаем вмешиваться в чужое решение. Например, человеку предстоит операция, где он, по существу, выступает объектом воздействия, его судьба зависит от мастерства других людей. Или человека судят, или хуже того — казнят. Во всех этих случаях мы не можем сами активно формировать будущее в качестве продукта нашей собственной инициативы. Это в немалой степени касается ожидания любого чужого решения, проявления чужой воли, на которую мы не в силах повлиять. В подобных ситуациях мы переживаем состояние *претерпевания*, в лучшем случае культивируя спокойствие и смирение, согласие принять любой расклад событий — принять судьбу, другим вариантом является уныние.

3. В качестве особого вида предварительных переживаний можно выделить *кратковременные* переживания, непосредственно предшествующие грядущему событию, и заведомые, *долгосрочные* предварительные переживания. Если кратковременные переживания принадлежат конкретным событиям, имеющим время и дату, то долгосрочная готовность такой даты не имеет, но в отличие от пустых мечтаний постоянно предполагает возможность совершения события в *неопределённом будущем*. Таковы все *моральные и идеологические установки*, которые воспитывают в людях культура и общество. Вспомним пионерскую клятву периода СССР: «Пионер, к борьбе за дело Коммунистической партии Советского Союза будь готов!» — «Всегда готов!». Вот это «Всегда готов!» и характеризует темпоральную открытость переживания, как бы постоянное пребывание настороже — не потребуется ли в любой момент времени принять участие в борьбе?

Также о добром и воспитанном человеке говорят «он всегда готов помочь», что означает его психологическую мобилизованность для оказания помощи более слабым в самых разных обстоятельствах и когда бы ни понадобилась помощь. В таких случаях предварительное переживание, как правило, словно бы «осаждается», становится бессознательной установкой. Оно не тревожит человека постоянными размышлениями или избыточными эмоциями, но, образно говоря, «выстреливает» в необходимый момент как умело заряженное ружье. Глубокие убеждения, способные при случае быстро вылиться в поведение, являются *трансформированными предварительными переживаниями*, через которые человек проходил когда-то, сгущенными, концентрированными смыслами и эмоциями, спящими лишь до времени. Впрочем, у этих позитивных образцов есть и негативный аналог: бывают люди «всегда готовые предать» ради своей выгоды, и их установка — тоже результат «предварительного переживания» с воображением тех выгод, которые они когда-то получают, поступив эгоистически.

Необходимо сказать несколько слов о такой особой форме предварительного переживания, как откладывание момента готовности к выполнению задач (а речь в данном случае идет именно о задачах) и постоянном затягивании перехода от наличной ситуации — к будущей. В психологии этот феномен получил название *прокрастинации*. Собственно, прокрастинация — это фиксация собственной неготовности при полном согласии с ней и без намеренных усилий ее преодолеть. Прокрастинация объединяет моменты негативности и пассивности, это стремление увильнуть и от усилий, и от переживаний по их поводу, отложить вопрос достижения цели «на потом». Постоянная прокрастинация представляет собой инфантильную реакцию, подобно тому, как ребенок, боясь чего-то пугающего, закрывает глаза, не устранив тем самым проблемы. Порой прокрастинацию оценивают как *лень*, а в лени само переживание перестает быть «предварительным», так как с повестки дня снимается та ситуация, которая маячит впереди. Однако в этом отказе как выполнять некое действие, так готовиться к нему бывает рациональное зерно: поскольку речь идет о выборе самого человека, то, быть может, нежелание и переживать, и вступать в действие подсказывает, что избран неверный путь и от достижения поставленной цели следует отказаться.

НАГЛЯДНОСТЬ И ЕЕ ОТСУТСТВИЕ В ПРЕДВАРИТЕЛЬНОМ ПЕРЕЖИВАНИИ

Как создается во внутреннем мире образ переживаемого будущего?

В уже упомянутой книге В. Б. Меласа была дана модель предварительного переживания на примере ощущения неготовности к экзамену. Автор описывает это так: «...подготовка протекает по определенному плану. Я предполагаю, что знаю предмет достаточно хорошо и решаю, для начала, попытаться экспромтом ответить на каждый из экзаменационных вопросов, не заглядывая в конспект. И тут я обнаруживаю, что на самом деле не могу удовлетворительно ответить на многие вопросы. И возникает следующее переживание. Я представляю себе, что не успел подготовиться к экзамену и в результате провалился. Я вижу негодование преподавателя и сочувственные усмешки друзей, я слышу горькие упреки родителей и испытываю чувство стыда. В моем воображении разворачивается картина, которую можно назвать переживанием провала на экзамене. Это не галлюцинация и не сон. Через воображаемую картину репрезентировано возможное в будущем событие, но как

уже совершившееся» (Мелас, 2009: 237). В данном случае при описании неготовности разворачивается полноценная зримая картина. Являясь результатом деятельности воображения, стремящегося «опередить время», она захватывает переживающего на всех уровнях — ментальном, эмоциональном, физиологическом, демобилизует его, поэтому тот, кто наглядно представил свой будущий провал, нередко вольно-невольно готовит реальную неудачу. И, напротив, тот, кто настраивается на победу, повышает свои шансы на выполнение задуманного. Тренеры нередко рекомендуют своим подопечным зримо воображать успешный прыжок, победный гол, ловко исполненное упражнение. Позитивная готовность — это мобилизация сил и умений, отлитая в яркую реалистическую картину успеха. И побеждает в любых состязаниях обычно тот, кто в полном смысле слова готов, т. е. бодр, спокоен, уверен и отработал до автоматизма необходимые действия как в физических тренировках, так и в своем воображении.

Но там, где речь идет не о спорте и соревнованиях, а об обычных событиях и поступках, все оказывается сложнее. Порой человек вообще не проектирует ближайшие события, но тогда он и *не переживает* их. Многие живут «на авось», не рефлексируя над завтрашним днем, не строя воображаемое завтра. Конечно, среди таких беспечных личностей, нередко девиантов и бродяг, вряд ли встретишь персон успешных, но факт остается фактом — не все привержены активному предварительному переживанию.

Иные, куда более ответственные и тревожные персонажи, нередко опасаются представлять в предварительном переживании позитивный результат. Здесь присутствует момент *страха перед самообманом*: насочиняю себе успех, очаруюсь собственным воображением, а все получится иначе... Высоко залечу в мечтах, больно будет падать. Мало ли, какие события и обстоятельства могут вмешаться. Но кроме этого соображения есть еще и другие.

Во второй половине XX в. в массовой культуре возникло множество вариантов эзотерико-психотерапевтического «позитивного мышления» (Зеланд, 2008; Хикс Э., Хикс Дж., 2009). Это направление исторически родилось из малоизвестной мистико-магической интерпретации протестантизма (Селивановский, 2010). Его учителя и коучи и в письменной, и в устной форме многократно прокламировали тренинг «предварительного переживания», который призван не только создать во внутреннем мире образную, эмоциональную и ментальную модель желаемого будущего, но и «притянуть» его в эмпирический мир из поля вариантов событий. Иначе говоря, ими была обещана своим сторонникам не только готовность и хорошее настроение при достижении желаемого, но и непосредственное формирование будущего с помощью образного воображения и уверенности в успехе — в каком-то смысле «ментальная волшебная палочка», исполнительница желаний, при том, конечно, что и в физическом мире не надо сидеть сложа руки.

Разумеется, много людей, стремящихся улучшить свою жизнь, кинулись практиковать «позитивное мышление», во многом основанное на визуализации. По ходу дела обнаружилось, что некоторые практикующие испугались, что, пережив радость и успех в воображении, они не просто рискуют разочароваться, но буквально «крадут» лучший вариант будущего у настоящего, переместив его из эмпирического мира в свое сознание: «все, не будет любви, это уже прожито в воображении, отработано». Другие обнаружили, что как ни старались наколдовать себе в «предварительном переживании» радость и успех, в реальной жизни все склады-

валось иначе. Третьи побоялись перепутать «воображаемый мир» и готовность к нему с реальным миром. Но самая большая часть экспериментаторов столкнулась с полнейшим неумением представить себе это самое ближайшее желаемое будущее. В этом смысле даже негативное предварительное переживание, состояние неготовности далеко не у всех выливаются в зримую картину и имеют форму развернутого, конкретизированного образа. Люди не умеют визуализировать ни плохое, ни хорошее, они его не видят внутренним взором. «Представление» у них не возникает... Но это вовсе не означает, что они лишены предварительного переживания. И если назвать визуализацию и богатое многоплановое представление *первым способом* существования предварительного переживания, то можно назвать и *второй способ* — переживание без конкретного представления, невизуальный способ увидеть и пережить картину грядущего.

Уже в довольно давних публикациях психологов Р. Бэндлера и Дж. Гриндера (Бэндлер, Гриндер, 2015) речь шла о разных типах личности: визуалах, аудиалах, кинестетиках. Другими словами, они выделяют наряду с теми, кто обладает образным воображением, тех, кто в своем внутреннем мире переживает прошлое и будущее не в виде наглядных образов, а посредством *слуха или телесных ощущений*. Конечно (и об этом тоже было сказано немало), всякий человек, воображая, скорее всего, задействует все каналы связи с внешним миром, но у каждого есть свои доминирующие формы, и нередко это формы невизуальные. Чтобы наглядно и конкретно представлять будущую ситуацию, к которой готовишься, надо обладать либо ярко выраженной склонностью к образному воображению, либо специально тренироваться, медитировать, оттачивать глаз на усмотрение деталей и удержание образа в таком виде, в каком он длится при реальном с ним контакте, в рамках обычного времени. Это говорит о том, что второй способ «предварительного переживания» — это, скорее всего, не цельная, развертывающаяся перед внутренним взором картина. Но что же это? Это может быть в случае неготовности просто унылое настроение, печаль, тревожность. А в позитивном внеобразном предварении будущего — это душевный подъем, хорошее настроение, ощущение «игры собственных сил» и даже приятные сны.

Содержание предварительного переживания может быть, таким образом, *латентным*, когда на первый план выходит *душевное состояние*, более того, индивид может рационально полагать, перечисляя свои умения и «экипировку» для решения проблемы, что он вполне готов и завтра «сам черт ему не брат», но при этом тревожиться, раздражаться и неадекватно реагировать на окружающих. Предварительное переживание, протекая без наглядности, способно преобразоваться в потливость или мышечную скованность, в гудящую голову или колики в животе. В свою очередь, готовность и позитивная установка выражаются в спокойствии, способности отвлекаться и сосредоточивать внимание на других вопросах, вести себя «обычно», без выпячивания проблемной темы. Хочется вспомнить здесь известный пример с Юрием Гагариным, который спал перед полетом в космос крепким и здоровым сном, что вовсе не означает, что у него «не было предварительных переживаний», напротив, это было переживание готовности и собранности, когда человек становится сам как ракета перед стартом: еще за мгновение до сигнала — покой, по сигналу — рывок вперед.

Если мы не выступаем крайними, негибкими рационалистами, то должны признать, что переживания, в том числе предварительные, порой принимают эмоцио-

нально-телесную форму, и как раз *последующее воспоминание* обнаруживает всю полноту содержания того, что казалось лишь настроением или совокупностью ощущений. Потом, когда «будущее наступило», а события произошли, мы прекрасно понимаем, что вызвало наши чувства, и, оглядываясь назад, можем обнаружить и осознать много того, что было в момент непосредственного переживания словно бы скрыто от нас пеленой, переряжено в другие одежды. Кроме того, даже если в негативном предварительном переживании актуально присутствуют все чувственные модальности, они могут «выстреливать» на первый взгляд достаточно бессвязно, но вполне в смысловом отношении внятно для переживающего. Так, студент, не готовый к экзамену, в потоке своего разброшенного сознания может услышать внутренним слухом гневную мамину фразу или почувствовать, как симпатичная ему девушка выпускает его руку из своей. И это тоже будет переживание провала, но без развернутой логически стройной картины.

Думается, оба способа предварительного переживания дополняют друг друга, сопутствуют друг другу, и у разных людей занимают в их внутренней жизни различное по объему место. Важно *знать* и *отслеживать* собственный способ подготовки к грядущему завтра, чтобы при необходимости можно было корректировать его, помогая себе.

РАЗЛИЧИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ В РАЗНЫХ СФЕРАХ ЖИЗНИ

Вопрос, поднимаемый нами в этой главке, велик и обширен, и в рамках статьи можно лишь кратко обрисовать некоторые возможные сюжеты анализа, связанные с фундаментальными определениями человеческой жизни: деятельностью, коммуникацией и такой характеристикой жизни, как ее переменчивость.

1. *Предварительные переживания в рамках деятельности и труда* вовсе не одинаковы, если речь идет о *стандартизированной*, формализованной, а также привычной работе и о работе *творческой*, новой для человека, либо осуществляемой в необычных, нетривиальных обстоятельствах. Очевидно, что привычная, повторяющаяся деятельность снижает накал и тонус предварительных переживаний, которые могли быть весьма велики при первых подступах к делу. Овладение мастерством, наработка умений, опыт оставляют предварительным переживаниям не много места в нашем внутреннем мире. Так, водитель, который ездит по трассе 15 лет, вряд ли будет волноваться накануне, хотя, скорее всего, он был очень взволнован перед своей первой поездкой. В то же время если ему придется ехать по гололеду или в буран, он наверняка будет заранее активно переживать свое предстоящее путешествие, размышляя, насколько он готов к подобному подвигу и что ему делать в опасных случаях. Чем выше в работе уровень предсказуемости, тем меньше она вызывает эмоций накануне. Вот почему работа преподавателя или актера, способного к импровизации, всегда выступает как очень «эмоционально-емкая»: в ней элемент непредсказуемого всегда велик, а предварительная работа души так же значима, как и непосредственное выступление перед публикой.

Много предварительных переживаний вызывает и деятельность, связанная с ответственностью за других: все люди обладают свободой, и поступки их часто непредсказуемы, что требует от организатора эмоциональных и ментальных затрат накануне.

В творческой деятельности процесс предварительного переживания бывает практически неотделим от самого труда. Ученый или инженер-изобретатель, который вскакивает среди ночи, чтобы записать свои мысли; художник, к которому образы приходят во сне, — все они не знают жесткой границы между предварительным переживанием выполнения задачи и самим этим выполнением. Речь разве что идет об идее и ее развернутом оформлении.

2. *Предварительное переживание, связанное с предстоящей коммуникацией*, имеет свои яркие особенности. В частности, это *предварительное ведение диалога* с будущим собеседником. Мы чувствуем себя готовыми к общению, когда заранее понимаем, что мы можем сказать и что нам могут ответить, а также как именно произойдет этот устный обмен мыслями и чувствами. Готовность к диалогу с другим человеком (визави, оппонентом) подразумевает хорошее понимание его социального статуса и контекста разговора, а также уверенность во владении нужной лексикой и в собственной находчивости. Накануне значимых бесед люди, как правило, волнуются не только потому, что в них решаются важные вопросы и надо «добиться искомого», но и потому, что в предстоящем общении следует «сохранить лицо», «не потерять себя», соответствовать ситуации. Иногда в своем предварительном переживании общения человек как бы пробует разные роли, варьирует интонации, представляет свои будущие реакции то в одном, то в другом ключе. В известной книге И. Гофмана «Представление себя другим в повседневной жизни» (Гофман, 2000) показано, как люди стараются предьявить себя другим именно так, как они считают нужным, и, конечно же, они предварительно тратят время на создание своего «витринного образа», на то, как будут и держаться, и говорить.

Классическим вариантом монологического предварительного переживания являются размышления влюбленного перед тем, как объясниться в любви. Причем внутренний монолог, репетиция реального диалога, нередко так и остается исключительно достоянием любящего, т. е. умирает на стадии предварительности. Этот сюжет нередко эксплуатировался в советских романтических комедиях, где влюбленные молодые люди оставались немые, потому что боялись услышать в ответ отказ. В результате возлюбленная получала объяснение в виде игры какой-нибудь «одинокой гармонии» и должна была сама догадаться обо всех не озвученных предварительных переживаниях ухажера. В любом случае, предварительное переживание перед общением — всегда захватывающий и порой весьма длительный этап отношений.

3. Вопрос *готовности/неготовности к переменам* актуален практически для любого человека. Еще в раннем буддизме было отмечено, что наибольшие страдания вызывает в человеке привязанность. Привязанности бывают разного рода: к людям, животным, обстоятельствам, культуре, местности, к самому себе и своим привычкам. И поучение Будды, как мы помним, как раз и состояло в том, чтобы всем с удовольствием пользоваться, но ни к чему не привязываться. Поэтому *готовность принять новое* должна быть в людях сознательно воспитана, о чем в XX в. очень хорошо писал Э. Фромм в своей работе «Иметь или быть» (Фромм, 1986). В современную эпоху бурных трансформаций установка на позитивное переживание грядущих событий, даже если они неожиданны, особенно ценна. Это, конечно, не означает, что нужно открыть объятия *любому будущему*, но означает, говоря словами П. Тиллиха «мужество быть» перед лицом перемен. Мы ставим сознательные цели, трудимся и боремся, чтобы будущее было не хуже настоящего

(а лучше, если лучше!). В то же время мы претерпеваем изменчивые процессы, которые не зависят от нашей воли, и хорошо, если мы в силах выдержать динамику социокультурного мира и наше «предварительное переживание», связанное в необходимости *жить и действовать иначе, чем прежде*, будет не паникой и унынием, страхом и отказом смотреть вперед, а *предвкушением* активного действия, открытием новых возможностей и неведомых ранее жизненных путей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Завершая небольшой экзистенциально-феноменологический разговор о предварительном переживании, хочется подчеркнуть важность умения так настроить собственный внутренний мир, чтобы он: 1. Не позволял нам впасть в страдание до всякого страдания, не делал лишь вероятное негативное будущее уже состоявшимся в чувствах и мыслях и этим не разоружал нас и не вел к поражению; 2. Подготавливал позитивный ход событий, позволяя поддерживать и развивать благорасположенность к миру и чувство уверенности, которое вскоре должно стать моментом практического поведения. Такая «самонастройка» предварительного переживания всегда дополняет нашу операциональную готовность к действию, дополняет «умение делать дело» «умением править собой», и она важна, потому что в любую новую ситуацию человек вступает как целостность. Но и само *предварительное переживание* как особое состояние внутреннего мира — отдельная, самостоятельная ценность. Поэтому оно должно быть предметом заботы, рефлексии и культивирования, ведь это непосредственная жизнь души, и вчерашнее «предварительное переживание» завтра станет воспоминанием и моментом биографии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Бэндлер, Р., Гриндер, Дж. (2015) Структура магии / пер. с англ. Н. Мигаловской. М. : АСТ. 630 с.
- Василюк, Ф. Е. (1984) Психология переживания. М. : Изд-во Моск. ун-та. 200 с.
- Выготский, Л. С. (1984) Собр. соч. : в 6 т. Т. 4. Детская психология. М. : Педагогика. 432 с.
- Гадамер, Г.-Г. (1988) Истина и метод. Основы философской герменевтики : пер. с нем. / общ ред. Б. Н. Бессонова. М. : Прогресс. 704 с.
- Гофман, И. (2000) Представление себя другим в повседневной жизни / пер. с англ. и вступ. ст. А. Д. Ковалева. М. : Канон-Пресс-Ц, Кучково поле. 304 с.
- Гуссерль, Э. (2001) Собр. соч. Т. 3 (1). Логические исследования. Т. 2 (1) / пер. с нем. В. И. Молчанова. М. : Гнозис, Дом интеллектуальной книги. 576 с.
- Дильтей, В. (2001) Собр. соч. : в 6 т. Т. 4. Герменевтика и теория литературы : пер. с нем. / под общ. ред. А. В. Михайлова, Н. С. Плотникова. М. : Дом интеллектуальной книги. 538 с.
- Дорохова, С. В. (2016) Переживание как психологический феномен // Вестник Кыргызско-российского славянского университета. Т. 16. № 4. С. 80–83.
- Дьяченко, М. И., Кандыбович, Л. А. (1976) Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск : БГУ. 176 с.
- Зеланд, В. (2008) Практический курс трансерфинга за 78 дней. СПб. : Изд. группа «Весь». 224 с.
- Крескин, Дж. Дж. (2011) Менталист / пер. с англ. А. Степановой. М. : ЭКСМО. 170 с.
- Леванова, Е. А. (1993) Готовясь работать с подростками. М. : ТОО «Рос. пед. агентство». 151 с.
- Мелас, В. Б. (2009) Переживание и событие СПб. : ВВМ. 237 с.
- Мелас, В. Б., Золотухина-Аболина, Е. В. (2020) Переживание и действие. Феноменологический и экзистенциальный подходы. СПб. : Владимир Даль. 253 с.

Прохоров, А. О. (2011) Переживание как базовая характеристика психического состояния // Психология состояний: учеб. пособие / А. О. Прохоров, М. Е. Валиуллина, Г. Ш. Габдреева, М. М. Гарифуллина, В. Д. Менделевич ; под ред. А. О. Прохорова. М. : Когито-Центр. 624 с.

Пуни, А. Ц. (1969) Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. М. : Физкультура и спорт. 88 с.

Романько, Д. В, Баженова, И. И. (2019) Анализ понятия «готовность к выполнению индивидуального проекта» как результата школьного образования // Вестник Тверского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. 2019. Вып. 1 (46). С. 284–290.

Салецл, Р. (2014) О страхе / пер. с англ. В. А. Мазина. М. : Изд. дом «Дело» РАНХиГС. 192 с.

Сартр, Ж.-П. (1989) Экзистенциализм — это гуманизм // Сумерки богов / пер. с фр. А. А. Санина. М. : Политиздат. 398 с. С. 319–344.

Сартр, Ж.-П. (2001) Воображаемое. Феноменологическая психология воображения / пер. с фр. М. Бекетовой. СПб. : Наука. 319 с.

Селивановский, В. В. (2010) Позитивное мышление. Симпатическая магия и христианство СПб. : Изд-во Института богословия и философии. 292 с.

Тиллих, П. (1995) Мужество быть // Тиллих, П. Избранное. Теология культуры / под ред. С. В. Лезова. М. : Юрист. 479 с. С. 7–131.

Узнадзе, Д. Н. (2001) Психология установки. СПб. : Питер. 414 с.

Фромм, Э. (1986) Иметь или быть? / пер. с нем. Н. И. Войскунской и И.И. Каменкович ; общ. ред. В. И. Добренёва. М. : Прогресс. 238 с.

Хикс, Э., Хикс, Дж. (2009) Выражайте свои желания (учение Абрахама). 365 способов сделать свою мечту реальностью / пер. с англ. О. М. Черняк. СПб. : Изд. группа «Весь». 184 с.

Шаров, А. С. (2004) Психология переживания: природа, механизмы, феномены // Мир психологии. №1 (37). С. 214–226.

Дата поступления: 17.12.2021 г.

PRELIMINARY EXPERIENCE: AN EXISTENTIAL
AND PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS

E. V. ZOLOTUKHINA-ABOLINA
SOUTHERN FEDERAL UNIVERSITY

The paper considers the phenomenon of the preliminary experience, which tends to be reduced in psychological literature to the phenomenon of willingness. The author draws on the existential and phenomenological approach and extends the content of the concept under research, and the experience itself is understood as a qualitatively defined unity of meanings, emotions, and thoughts, covering a particular time period (V. B. Melas's approach). In the first chapter of the paper, the author appeals to various types of preliminary experience, distinguishing the positive and negative experiences of the future first, and then the active and passive attitudes to forthcoming changes. She goes on to analyse the experiences characteristic of short-term and long-term expectations. The second chapter is dedicated to the issue of how we experience the things that have not yet happened and are still in the scope of the possible. Two points are especially articulated: the rational acts of reflection, always inherent in experience, and the possibility in some cases of the absence of experience, when thinking about the future is unwanted. The rest of the chapter introduces the reader to the experience of the future as a visual image and with a latent, out-of-image experience, manifesting itself in mood and corporal sensations. The third chapter of the paper addresses the theme of distinguishing preliminary experiences in various life situations.

Keywords: experience; preliminary experience; willingness/unwillingness; anticipation; fear; anxiety; expectation; visual image; out-of-image; emotions

REFERENCES

- Bendler, R. and Grinder, Dzh. (2015) *Struktura magii* / transl. from English by N. Migalovskaya. Moscow, AST. 630 p. (In Russ.).
- Vasiliuk, F. E. (1984) *Psikhologiiia perezhivaniia*. Moscow, Moscow State University. 200 p. (In Russ.).
- Vygotskii, L. S. (1984) *Collected Works in 6 vols.* Detskaia psikhologiiia. Moscow, Pedagogika. Vol. 4. 432 p. (In Russ.).
- Gadamer, G.-G. (1988) *Istina i metod. Osnovy filosofskoi germenevtiki* / transl. from German; ed. by B. N. Bessonov. Moscow, Progress. 704 p. (In Russ.).
- Gofman, I. (2000) *Predstavlenie sebii drugim v povsednevnoi zbizni* / transl. from English, intr. article by A. D. Kovalev. Moscow, Kanon-Press-Ts, Kuchkovo pole. 304 p. (In Russ.).
- Gusserl', E. (2001) *Collected Works in 3 vols.* / transl. from German by V. I. Molchanov. Moscow, Gnozis, Dom intellektual'noi knigi. Vol. 2. Logicheskie issledovaniia. 576 p. (In Russ.).
- Dil'tei, V. (2001)) *Collected Works in 6 vols.* / transl. from German; ed. by A. V. Mikhailov and N. S. Plotnikov. Moscow, Dom intellektual'noi knigi. Vol. 4. Hermenevtika i teoriia literatury. 538 p. (In Russ.).
- Dorokhova, S. V. (2016) Perezhivanie kak psikhologicheskii fenomen. *Vestnik Kyrgyzskorossiiskogo slavianskogo universiteta*, vol. 16, no. 4, pp. 80–83. (In Russ.).
- D'iachenko, M. I. and Kandybovich, L. A. (1976) Psikhologicheskie problemy gotovnosti k deiatel'nosti. Minsk, Belarusian State University. 176 p. (In Russ.).
- Zeland, V. (2008) *Prakticheskii kurs transerfinga za 78 dnei*. St-Petersburg, Ves'. 224 p. (In Russ.).
- Kreskin, Dzh. Dzh. (2011) *Mentalist* / transl. from English by A. Stepanova. Moscow, EKSMO. 170 p. (In Russ.).
- Levanova, E. A. (1993) *Gotovias' rabotat' s podrostkami*. Moscow, Russian Pedagogical Agency. 151 p. (In Russ.).
- Melas, V. B. (2009) *Perezhivanie i sobytie*. St-Petersburg, VVM. 237 p. (In Russ.).
- Melas, V. B. and Zolotukhina-Abolina, E. V. (2020) *Perezhivanie i deistvie. Fenomenologicheskii i ekzistentsial'nyi podkbody*. St-Petersburg, Vladimir Dal'. 253 p. (In Russ.).
- Prokhorov, A. O. (2011) Perezhivanie kak bazovaia kharakteristika psikhicheskogo sostoianiiia. In: Prokhorov A. O., Valiullina M. E., Gabdreeva G. Sh., Garifullina M. M. and Mendeleevich V. D. *Psikhologiiia sostoianii : ucheb. posobie* / ed. by A. O. Prokhorov. Moscow, Kogito-Tsentr. 624 p. (In Russ.).
- Puni, A. Ts. (1969) *Psikhologicheskaiia podgotovka k sorevnovaniuu v sporte*. Moscow, Fizkul'tura i sport. 88 p. (In Russ.).
- Roman'ko, D. V. and Bazhenova, I. I. (2019) Analiz poniatiiia «gotovnost' k vypolneniiu individual'nogo proekta» kak rezul'tata shkol'nogo obrazovaniia. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. Pedagogika i psikhologiiia*, iss. 1 (46), pp. 284–290. (In Russ.).
- Salets, R. (2014) *O strakbe* / transl. from English by V. A. Mazin. Moscow, Publishing House "Delo" Ranepa. 192 p. (In Russ.).
- Sartr, Zh.-P. (1989) Ekzistentsializm — eto gumanizm. In: *Sumerki bogov* / transl. from French by A. A. Sanin. Moscow, Politizdat. 398 p. Pp. 319–344. (In Russ.).
- Sartr, Zh.-P. (2001) *Voobrazhaemoie. Fenomenologicheskaiia psikhologiiia voobrazheniia* / transl. from French by M. Beketov. St-Petersburg, Nauka. 319 p. (In Russ.).
- Selivanovskii, V. V. (2010) *Pozitivnoie mysblenie. Simpaticheskaiia magiia i khristianstvo*. St-Petersburg, Publishing House of the Institute of Theology and Philosophy. 292 p. (In Russ.).
- Tillikh, P. (1995) Muzhestvo byt'. In: Tillikh, P. *Izbrannoe. Teologiiia kul'tury* / ed. by S. V. Lezov. Moscow, Iurist. 479 p. Pp. 7–131. (In Russ.).
- Uznadze, D. N. (2001) *Psikhologiiia ustanovki*. St-Petersburg, Piter. 414 p. (In Russ.).
- Fromm, E. (1986) *Imet' ili byt'?* / transl. from German by N. I. Voiskunskaya and I. I. Kamenskovich ; ed. by V. I. Dobren'kov. Moscow, Progress. 238 p. (In Russ.).

Khiks, E. and Khiks, Dzh. (2009) *Vyrazhajte svoi zhelaniia (uchenie Abrakadama). 365 sposobov sdelat' svoiu mechtu real'nost'iu* / transl. from English by O. M. Cherniak. St-Petersburg, Ves'. 184 p. (In Russ.).

Sharov, A. S. (2004) *Psikhologiya perezhivaniia: priroda, mekhanizmy, fenomeny. Mir psikhologii*, no. 1 (37), pp. 214–226. (In Russ.).

Submission date: 17.12.2021.

Золотухина-Аболина Елена Всеволодовна — доктор философских наук, профессор кафедры зарубежной и отечественной философии Института философии и социально-политических наук Южного федерального университета. Адрес: 344006, г. Ростов-на-Дону, ул. Большая Садовая, 105/42. Тел.: (863) 218-40-18. Эл. адрес: elena_zolotuhina@mail.ru

Zolotukhina-Abolina Elena Vsevolodovna, Doctor of Philosophy, Professor, Department of Foreign and Domestic Philosophy, Institute of Philosophy and Socio-Political Sciences, Southern Federal University. Postal address: 105/42, Bolshaya Sadovaya St., Rostov-on-Don, Russian Federation, 344006. Tel.: (863) 218-40-18. E-mail: elena_zolotuhina@mail.ru

DOI: 10.17805/zpu.2022.1.19

Сравнительный анализ эмпирических исследований учебной мотивации студентов вузов

В. З. ЮСУПОВ

МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Учебная мотивация имеет большое значение в становлении студента как профессионала и во многом определяет качество образовательного процесса в вузе. Решению проблемы ее формирования посвящены многочисленные научные работы. Вместе с тем сравнительный анализ эмпирических исследований учебной мотивации студентов, проведенных в различных вузах страны, до настоящей научной работы не проводился.

Осуществление такого анализа с целью выявления общего направления эмпирических работ в области учебной мотивации студентов, выделение сходных по своей сути выводов и обнаружение различий в результатах проведенных исследований составили основное содержание статьи. Ее методология задана логикой сравнительного анализа, осуществляемого на основе принципов системности, и четко определенными критериями отбора научных работ, которые позволили сопоставить результаты исследований учебной мотивации в 10 вузах страны с числом респондентов почти 2000.

Единство или близость выводов проявляется в наблюдаемом авторами исследований снижении значимости для студентов учебных мотивов, что особенно заметно на выпускных курсах; в стабильном доминировании одних мотивов (коммуникативных и профессиональных) и низком уровне сформированности других (мотивов избегания и социальных мотивов); изменяющейся то в сторону повышения, то понижения значимости для обучающихся учебно-познавательных мотивов. Некоторая разница в иерархии мотивов на-