

Глава 2

Новые идеи в разработке практик развития

Дмитрий Леонтьев

ЧТО ТАКОЕ РАЗВИТИЕ

*Развился в неизвестном направлении....
Д. Леонтьев. Однопсишия*

Эта статья содержит попытку дать ответ на самый общий вопрос: что такое развитие? Имеется в виду прежде всего развитие людей, личностей. Какое развитие может быть правильное, а какое — неправильное или частичное, на какое развитие следует ориентироваться, и что ему мешает? В жизни мы видим огромное количество препон для развития, и важно их правильно идентифицировать при условии, конечно, что мы хотим развиваться, что далеко не всегда так.

Варианты развития

Как говорит эпитафия к статье, развитие — это всегда что-то, что обладает свойством непредсказуемости, и чем дальше движется развитие, тем оно более непредсказуемо. Если определять понятие через род и видовое отличие, то родовой категорией для развития будет категория изменения. Не всякое изменение есть развитие, но всякое развитие есть изменение. Развитие — это, во-первых, устойчивое долгосрочное изменение (то, что изменилось, а через пять минут вернулось в исходное состояние — не развитие); во-вторых, это позитивное изменение, изменение к худшему мы развитием не назовем. Но что значит «позитивное», каковы критерии развития, что такое хорошо и что такое плохо?

Один традиционный подход определяет развитие как личностный рост, или самоактуализацию. Все живое развивается, потому что в живом уже на уровне генетики, на уровне потенциалов заложены программы, в соответствии с которыми оно развивается. Предсказуемы даже метаморфозы: превращение гусеницы в куколку, потом в бабочку — все это заложено изначально, ниоткуда не приходит и другого пути нет. Программа может засбоить или будет выполнена, измениться она не может. Понятие «самоактуализация» в понимании тех авторов, которые его ввели в психологию, — Курта Гольштейна и его последователей Карла Роджерса и Абрахама Маслоу, — это разворачивание заложенных в организм врожденных потребностей. Все, что разворачивается в процессе самоактуализации, уже было в нас заложено изначально с появлением на свет.

Второе понимание развития — развитие как приспособление, расширение возможностей под влиянием внешних требований. По сути, мир управляет нашим развитием через требования, которые к нам предъявляет. Мы тянемся и шевелим мозгами, чтобы решить какие-то задачи. Даже морфологические изменения могут происходить таким путем: в сельском хозяйстве мы не только отбираем особей с определенным фенотипом для дальнейшего разведения, но и ставим их в определенные условия, которые будут стимулировать развитие нужных нам качеств.

Третье понимание развития — как обогащения: усвоения, накопления, дифференциации опыта. В школе мы учимся, приобретаем знания, у нас расширяется картина мира. Слово «обучение» в самом общем виде относится именно к этому аспекту развития. Однако приведет ли это к чему-то позитивному, зависит от разных факторов.

Четвертый, самый сложный аспект развития — развитие как самоорганизация. Самоорганизация — сравнительно недавно появившееся понятие, постепенно приходящее и в психологию. Оно характеризует развитие сложных систем через одновременное наращивание сложности и внутренней упорядоченности, внутренней структуры.

Все четыре перечисленных аспекта развития друг другу не противоречат, в некоторой степени они друг друга дополняют. Далее будет сделана попытка в какой-то мере их совместить.

Три измерения человеческого развития

Если попытаться систематизировать то, что пишут про онтогенетическое развитие человека с детства, в нем довольно четко выделяют три разных измерения, три аспекта развития (Леонтьев, 2013). Первый из них — биологическое развитие, то есть созревание в соответствии с заложенной биологической программой. Когда мы говорим про это измерение развития, каждый из нас, как и все другие живые существа, выступает как отдельная биологическая единица. Часто эти закономерности созревания распространяют на все развитие человека. Отсюда возникло понятие «личностный рост», которое я очень не люблю по двум причинам. Во-первых, никто его четко не определяет, и этим словом называют вообще все хорошее. Во-вторых, сами по себе растут только сорняки. Чтобы выросло что-то хорошее, надо не оставлять рост на волю природы и погоды, а целенаправленно прикладывать усилия к тому, чтобы выросло что-то действительно полезное и хорошее. Второй аспект — наше социальное развитие, социализация в соответствии с усвоением социокультурных матриц. Мы должны усвоить опыт нашей культуры, должны вобрать в себя то, что она нам дает. А третий аспект развития — развитие собственно личности, которое распадается на две части, назовем их развитием «3а» и «3б». **«Развитие 3а»** — это то, что происходит с личностью до совершеннолетия, получения паспорта и сдачи ЕГЭ. Что требует общество от личности, чтобы с ней (личностью) нормально работать? Требуется, чтобы личность была контролируема и предсказуема, чтобы следовала социальным регуляторам: делала то, что общество от нее хочет. Мы для этого должны овладеть собой, освоить механизмы самоконтроля, механизмы временного прогнозирования и т.д. Развитость механизмов саморегуляции делает поступки людей предсказуемыми, что важно для любых социальных отношений. Дж. Локк, с которого во многом началось современное понятие о личности, и еще раньше И. Кант подчеркивали, что личность — понятие юридическое, оно означает вменяемого субъекта, который может быть субъектом юридических отношений, может заключать сделки, брать на себя обязательства и потом их выполнять, которому можно предъявлять требования и ожидать, что, если он что-то обещает,

он будет дальше эти обещания выполнять. Соответствие этим условиям позволяет назвать человека личностью.

Л.С. Выготский говорил про социальные ситуации развития, то есть те требования к развитию индивида, которые выдвигает общество и которым он должен соответствовать. Социальные ситуации развития сменяются до совершеннолетия, после которого социальная ситуация развития кончается и возникает возможность выхода из матриц, но возможность необязательная. Здесь траектория личностного развития может перейти в **«развитие 3б»**, которое, в отличие от «3а», не исчерпывается овладением собой, необходимым для жизни в обществе и подчинения социальным регуляторам. Личностное развитие после совершеннолетия факультативно, оно может быть, может не быть. Ничто, по большому счету, не мешает перестать развиваться до глубокой старости и смерти. А можно, напротив (хотя никто от нас этого не требует), выбрать траекторию автономной, сознательной, самоуправляющейся личности, про которую А.А. Ухтомский говорил, что это редкое и очень трудно достигаемое состояние. Это уже наш собственный выбор, каждый из нас выбирает те или другие траектории.

Куда ведет эта возможная траектория «развития 3б», что на ней главное? Один из ключевых моментов — это автономия и самодетерминация. Еще К. Юнг в статье «О становлении личности» в 1934 году писал, что развитая личность управляется своим собственным внутренним законом, она выходит за рамки биологических и социальных матриц в пространство, где действуют иные закономерности (Юнг, 1996). Ром Харре, выдающийся британский философ, социолог и психолог, живой классик, анализируя проблемы самодетерминации, показал, что ее делает возможной возможность изменений предельных оснований регуляции собственных действий. Имея доступ к своим собственным критериям регуляции, самодетерминируемая личность может изменить свои собственные ведущие ценности, иерархию того, что для нее главное. Эту траекторию развития в направлении к личностной автономии метафорически описал И. Бродский: «Человек — существо автономное, и на протяжении всей жизни ваша автономность все более увеличивается. Это можно уподобить космическому аппа-

рату: поначалу на него в известной степени действует сила притяжения — к дому, к базе, к вашему, естественно, Байконуру, но, по мере того как человек удаляется в пространство, он начинает подчиняться другим, внешним законам гравитации» (*Бродский*, 2000, с. 472). В целом развитие личности предстает как последовательная эмансипация от различных форм «психологического симбиоза» (Э. Фромм), симбиотических связей с родителями.

Что мешает развитию?

Многое. Во-первых, это бремя ответственности, которое отталкивает многих от этого пути: по нему мы попадаем в пространство не только свободы, но и ответственности, и уже не на кого будет эту ответственность перекладывать: «Только себе спасибо за все» (М.М. Жванецкий). Люди не всегда выбирают то, что они хотят, но всегда делают то, что они выбирают. Это вызывает страх. Ответственность пугает людей. Эрих Фромм в своем бестселлере «Бегство от свободы» (1990) показал, что люди бегут от свободы именно потому, что со свободой неразрывно связана ответственность. И во многом развивавший эти идеи Р. Мэй, у которого Фромм был в свое время личным психоаналитиком, уже в 1960-е годы писал, что бихевиористские утопии Скиннера, описывающие людей, которые делают то, что от них требуется и вечером получают свои подкрепления, так популярны как раз потому, что большинство людей только и мечтают, чтобы им сказали, что от них ничего не зависит: расслабься, делай, что надо, получишь свою похлебку, и все будет в порядке (*May*, 1967). О том же говорил Э. Неизвестный: «В свободном обществе никто не может заставить человека не быть рабом». Бегство от свободы, от ответственности, от своих возможностей — это сугубо добровольный, свободный процесс. Итак, страх ответственности — первое препятствие для развития.

Второе препятствие связано с необходимостью затраты усилий, чтобы развиваться. Все специфические человеческие способности, их развитие предполагают усилия. Зло и деградация совершаются сами собой, это — энтропийные процессы, а развитие и добро служат негэнтропии, они требуют вложения усилий. Мир

так устроен, что распад происходит сам по себе и высвобождает энергию, а рождение нового требует вложения энергии. В психологии одним из первых про это писал П. Жане еще в 1929 году, говоря, что личность есть внутренняя работа (*Жане*, 2010). Про это же писал и М. Чиксентмихайи (2011): внутренняя пустота есть психическая энтропия, и если мы отказываемся от пути развития, расслабляемся, отказываемся от того, чтобы вкладывать усилия, делать внутреннюю работу, то этим вносим вклад в энтропию Вселенной.

Третье препятствие вытекает из того, что развитие всегда небезопасно. А. Маслоу в своей статье про мотивацию роста и мотивацию защиты (*Maslow*, 1968) показал, что они друг друга исключают: как нельзя одновременно напрячь мышцы-сгибатели и мышцы-разгибатели, нельзя одновременно заниматься развитием и защитой. Одно абсолютно исключает другое. Развитие — всегда риск. Чтобы развиваться, надо открыться. Развитие невозможно без возможности поставить на кон то, что есть, в надежде получить что-то большее. Большинство не хотят рисковать и предпочитают статус-кво. Это верно не только для индивидов, но и для сообществ, для наций. Акцент на безопасность, мания безопасности исключает все возможности развития, потому что закрывает все, что может быть закрыто, а для развития требуется совершенно противоположная установка. Мир открывается только открытым.

Американский психолог С. Мадди в свое время сформулировал универсальную экзистенциальную дилемму, описывающую многие выборы, перед которыми мы стоим в нашей жизни: мы обычно выбираем одно из двух — либо прошлое, либо будущее, либо то, что есть, либо чего еще не было, либо известность, либо неизвестность. И люди различаются по тому, к какому выбору они склоняются. В одном из исследований под моим руководством удалось эту модель экспериментально подтвердить. На материале даже банального, незначимого выбора стало ясно, что те, кто выбрал неизвестность, по своим личностным особенностям резко отличались от выбравших знакомое или делавших спонтанный, случайный выбор: у них было значимо выше осмысленность жизни, толерантность к неопределенности, автономия, самоэф-

фективность, оптимизм. Практически по всем методикам, которые давались, их результаты были значимо выше. Действительно выбор неизвестности требует очень сильной опоры в самом себе, одновременно готовности открываться, готовности к изменениям, готовности справляться с неопределенностью и при этом независимости от внешних обстоятельств (см. *Леонтьев, Овчинникова, Рассказова, Фам, 2015*).

То, о чем идет речь, во многом перекликается с взглядами Н. Талеба, изложенными в его книге «Антихрупкость» (2014) — наиболее эффективный путь, ведущий и к устойчивости, и к развитию — это не защита, не закрытие, а наоборот, вступление в открытые отношения с миром, готовность изменяться, рисковать тем, что есть, в надежде перейти на более высокую ступень. Самозащитная ориентация, таким образом, — это третья преграда к нашему развитию.

Пока речь шла про внутренние преграды для развития. Есть еще внешние преграды, ведь окружающий мир, общество далеко не всегда поддерживают наше развитие. Вообще социальность — это палка о двух концах, она не всегда благо, как мы привыкли считать, но может быть иногда и проклятием. Историко-эволюционная концепция личности А.Г. Асмолова (2007) убедительно объясняет эту неоднозначность, раскрывая взаимодействие личности с социумом по аналогии с биологической эволюцией организмов во взаимодействии со средой. Личность является носителем вариативности, изменений. Только личность может быть источником любых инноваций, а социум выполняет функцию отбора, закрепления полезных изменений и отсева неполезных. Он может создавать узкий либо более широкий коридор отсева. Личность всегда стремится развиваться непредсказуемыми путями в неизвестном направлении и неизвестно, что из этого получится; а социум, со своей стороны, отбирает то, что ему соответствует. Таким образом, необходимо добавить четвертую преграду — сопротивление социального окружения развитию индивидов.

Мы привыкли к тому, что слово «индивидуализм» много десятилетий было у нас ругательным, «плохой» индивидуализм противопоставлялся «хорошему» коллективизму в рамках бинарной

структуры индивид–общество. Индивидуализм понимался как следование непосредственным эгоцентрическим побуждениям, а коллективизм — как учет более широких интересов других людей и общества в целом. На самом деле имеет место более сложная, тернарная структура. Исходной точкой выступает досоциальный, или недосоциализированный, индивид, который действительно ведет себя в соответствии со своими непосредственными импульсами, эгоистическими желаниями. Следующий этап развития — усвоение социального опыта, норм и правил поведения. Индивид преодолевает в себе свои импульсы, потому что «нельзя», и начинает действовать как «надо», в соответствии с социальными ожиданиями и требованиями. Но на этом развитие не кончается. Следующий, факультативный уровень развития — постсоциальная автономная личность, вобравшая в себя социальность и вышедшая за ее пределы. Очень важно не путать досоциальный гедонистический индивидуализм и постсоциальный автономный индивидуализм — это совершенно разные вещи. Эта последовательность развития наиболее обстоятельно и убедительно описывается в теории развития эго американского психолога Джейн Лёвинджер (см. *Леонтьев, 2011; Loevinger, 1976*). Эта теория основывается на уникальной авторской методике, которая создавалась более 30 лет, методике неоконченных предложений, по которым за языковыми структурами раскрывается уровень личностного развития. Лёвинджер показывает, что личностное развитие последовательно проходит до 9 стадий, не привязанных жестко к возрасту (правда у большинства развитие останавливается задолго до конца этой лестницы). Есть низшие уровни, когда человек еще не сформировал способность руководствоваться социальными нормами и ожиданиями. Есть средний уровень, считающийся нейтральным, — это уровень социально-нормативного конформизма. Далее идут уровни, связанные с постепенным преодолением механического подчинения социальным нормам, что происходит благодаря осознанию своей индивидуальности, развитию рефлексии и внутреннего мира и движению к личностной автономии и самоопределению.

Итак, личностному развитию препятствуют: (1) страх взять на себя ответственность за собственное развитие, (2) лень делать

порождающие усилия, вкладываться в собственное развитие, (3) тенденция выбирать привычное, неготовность к неопределенности будущего и (4) социальное неодобрение, даже осуждение окружающими избыточного, с их точки зрения, индивидуального развития: «ему больше всех надо». Препятствий много и распространенный уход от личностного развития неудивителен, потому что развитие — это выход из зоны комфорта. Один из специфических вариантов ухода от развития, на котором нет возможности здесь останавливаться — это уход в зависимость. Например, выбор алкоголизма как ценности — это отказ от саморегуляции, отчетливый выбор бессознательного и отказ от сознания и ответственности, введение себя в состояние беспомощности и невозможности что-либо контролировать. В менее выраженной форме это относится и к другим видам зависимости.

Развитие и внутренний мир

Если объективные методы или экспертная оценка приводят к выводу о том, что человек личностно развился, как ощущает это он сам, в каком виде ему самому дано собственное развитие? Мы ощущаем наше собственное развитие в одном-единственном виде, как рост понимания, изменение содержания и картины мира. Понимание — это изменение структуры, а то, как изменения структуры приводят к росту, описано еще у Гегеля в схеме диалектического скачка: тезис, антитезис, синтез. Тезис и антитезис несовместимы и создают противоречие. Разрешить его возможно путем скачка на более высокий уровень понимания, к более обобщенной схеме, в которой изначальное противоречие перестает быть противоречием. Например, маленький ребенок всех делит на хороших и плохих. Есть свои, хорошие, замечательные, добрые, сильные; есть плохие, вредные, безнравственные и т.д. У многих такая простая черно-белая структура сохранилась и во взрослом возрасте: одна извилина, которая делит всех на своих и чужих. Но иногда этот упрощенный конструкт прогноз не оправдывает: тот дядя вообще противный, нудный и сердитый, но в критической ситуации сильно выручил, а этот ласковый, приятный, но сделал мне подлость... Начинается дифференциация картины мира. Ви-

димое противоречие — он одновременно хороший и плохой — приводит к диалектическому скачку, хорошее и плохое расщепляются на более сложные категории, оказывается, что один приятный, но подлый, а другой наоборот. Возникает дифференциация категорий, качественное усложнение структуры через переход на более высокий уровень осмысления реальности. Чтобы найти решение проблемы, в том числе жизненной, нужно подняться на более высокий уровень в осмыслении действительности и тогда происходит развитие, а мы сами его ощущаем как решение проблем и более высокий уровень понимания. Мудрость, которую нередко рассматривают как вершину развития, при тщательном анализе предстает как баланс и интеграция противоположностей вместе с осознанием ограниченности даже интегративного понимания.

Это позволяет ответить на вопрос, зачем вообще людям нужно развиваться, почему одни люди развиваются, а другие — нет, и чем те люди, которые развиваются, отличаются от тех, которые не развиваются? Когда-то я считал, что есть специальная мотивация к развитию и изменениям; есть люди, у которых такая мотивация выражена, и есть люди, у которых ее практически нет. Позже я нашел более убедительный ответ у М. Чиксентмихайи (2011), который в своих книгах объясняет механизм развития следующим образом: мы не развиваемся специально, ради того, чтобы развиваться. Мы развиваемся вынужденно, потому что мы должны решать проблемы. Чтобы решить проблему более сложную, чем те, что мы решали раньше, мы должны измениться, усложниться, осуществить некоторое развитие. Без этого мы не сможем справиться с задачами растущей сложности. При этом за решение осмысленных задач в определенном диапазоне сложности, задач, которые нам под силу, но на грани наших возможностей, природа награждает нас уникальным явлением: переживанием потока, растворения в собственной деятельности. Это переживание возникает только в том случае, если мы вкладываем себя, свои усилия в выполнение значимого для нас и осмысленного дела на грани наших возможностей. Это переживание потока нельзя получить никаким другим способом, кроме названного. Если я решил сложную задачу, чтобы и в следующий раз прийти

в состояние потока, я должен ее и себя немного усложнить. Если альпинист испытывает состояние потока, залезая на вершину, то чтобы испытать его вновь, он должен покорить уже другую вершину, повторение не приведет к переживанию потока. Это мотивирует к развитию через вложение усилий. То есть формирование личности, развитие, есть следствие решения жизненных задач.

От развития к саморазвитию

Но главная задача развития — стать субъектом собственного развития, то есть превратить развитие в саморазвитие. Источником развития выступает всегда только личность, и ответственность всегда может быть только личная. Для этого необходима независимая от внешнего мира и от наших заложенных в организме импульсов точка опоры; такая точка называется «внутренний мир». Это независимая точка опоры, которая позволяет отнестись к самому себе, осуществить то, что В. Франкл (1990) называл «самодистанцирование» и реализовать то, что с античности называли заботой о себе, — работу над собой, самодисциплину, саморегуляцию, самодетерминацию.

Ни одно другое живое существо, кроме человека, не может отстраненно отнестись к самому себе и преодолеть то, что заложено в него природой. Только мы можем преодолеть то, что есть, и то это очень непросто. Только у нас есть дополнительный набор опций, который можно сравнить с настройками компьютера. Каждый компьютер, который выходит из сборочного цеха, имеет определенные настройки. Если прийти в магазин, зафиксировать все настройки по умолчанию, которые стоят на компьютерах, проданных в определенный период, потом через два года прийти к покупателям и проверить, какие стоят у них настройки, мы с очень высокой вероятностью обнаружим высокосignificant корреляцию текущих настроек с теми, которые были на момент выпуска. Это не значит, что эти настройки нельзя менять, это означает, что их никто не менял. Точно так же наша генетика задает систему настроек по умолчанию, и когда мы обнаруживаем, что развиваемся в соответствии с этими настройками, мы говорим: «О, какой высокий коэффициент генетической детерминации». Но дело в том,

что мы в большинстве очень некомпетентные пользователи самих себя. Нам лень сделать усилие, нам не приходится, как правило, в голову что-то сделать с собственными настройками. Никто не говорит, что настройки в компьютере надо обязательно менять. Это ваш собственный выбор, если вы его осознаете. Естественно, что любой выбор требует затраты определенных ресурсов, но не любой выбор оправдывает затрачиваемые ресурсы — главное, чтобы этот выбор был.

Внутренний мир с одной стороны отражает внешний мир, но не прямо, а в трансформированном виде, в нем внешний мир оказывается пропущен через механизмы фильтрации, селекции и иерархизации, мы сами решаем, что для нас более, что менее важно. Во внешнем мире само по себе объективно все одинаково важно, а в нашем внутреннем мире возникает четкая иерархия — чем одним ради другого мы можем пожертвовать: А ради Б — да, а Б ради А — нет. Выстраивается баланс, с одной стороны, того, что исходит от внешнего мира, а с другой стороны, того, что исходит от нас. И по сути дела выделяются два параллельных, взаимодействующих аспекта саморазвития: один через содержательное обогащение внутреннего мира, обогащение личности, а другой — через выработку механизмов саморегуляции и самодетерминации. Эти два аспекта развития, обогащение содержания своего внутреннего мира и рост понимания и концентрацию силы власти над самим собой в своих собственных руках можно условно сопоставить с понятиями «личность» и «Я» (табл. 1).

Таблица 1

Обогащение личности	Усиление «Я»
Интеграция отношений с миром	Интеграция саморегуляции
Зачем — поиск критериев	Как — разработка средств
Сложность внутреннего мира	Совладание с внешним миром

«Я» может быть сильное и слабое. Слабое «Я» не может контролировать то, что с ним происходит и пускает все на самотек, на волю ветра и волн. Сильное «Я» само решает, что с ним происхо-

дит. Но одновременно личность может быть богатая или бедная: бедная личность характеризуется узким, ригидным, достаточно примитивным и схематичным, нередко черно-белым представлением о мире; богатая личность характеризуется многообразием, многоцветием и постоянной динамикой, развитием, расширением представлений о мире, наличием различных систем отношений, различением того, что есть, что может быть и что должно быть.

Эти два измерения могут по-разному сочетаться между собой: слабое «Я» и бедная личность — это образ пассивного конформиста, который живет, как живет, «что-то Бог пошлет переписать завтра»; сильное «Я» на фоне бедной личности — это ригидный достиженец, человек, который четко знает, что ему надо и эффективно добивается этого, при этом у него очень узкие цели и слабое понимание всего, что находится за пределами того, к чему он стремится. Как говорят на Востоке, если вы чего-то очень сильно хотите, то вы этого добьетесь и больше ничего. Богатая личность при слабом «Я» — это созерцатель-сибарит, который многое знает и понимает, но ему недостает энергии воплощения этого собственного жизнотворчества; и богатая личность при сильном «Я» — это человек-созидатель (табл. 2). Есть много вариантов, у каждого своя цена, выбор в конечном счете за нами.

Таблица 2

	Бедная личность	Богатая личность
Слабое «Я»	Пассивный конформист	Созерцатель-сибарит
Сильное «Я»	Ригидный достиженец	Созидатель

Развитие через преодоление

Важные факты, касающиеся общих механизмов личностного развития, обнаруживаются при обращении к такому важному явлению, как посттравматический рост (см. Леонтьев, 2016). Это парадоксальное явление, выражающееся в том, что в ситуации психологической травмы, наряду с клиническими проявления-

ми посттравматического стрессового расстройства, у заметного меньшинства возникают парадоксальные позитивные эффекты. Именно тогда нашли и затаскали по публикациям цитату Ницше: «То, что меня не убивает, делает меня сильнее», которая хорошо выражает этот эффект. Эта область оформилась в 1990-е годы, но лишь недавно появились теории, описывающие посттравматический рост как процесс обычного, нормального личностного развития, который был в прошлом заблокирован, а травма разрушает эти блоки и возвращает свободу механизмам нормального отложенного развития.

Эта теория пересекается с теорией позитивной дезинтеграции польского психиатра Казимежа Домбровского (*Dabrowski*, 1964). Ключевая идея этой теории, созданной в 1950–1970-е годы в том, что разрушение бывает полезно, потому что без него нет развития. Чтобы построить новое красивое большое высотное здание, нужно сначала снести то, что на его месте стоит и расчистить площадку. Аналогично, чтобы построить идеального себя, надо сначала демонтировать то, что есть на этом месте. Этого, как правило, никто делать не хочет, что также объясняет, почему мы уходим от развития, не хотим развиваться. В результате кризисы и даже травмы иногда играют весьма позитивную роль.

Заключение

Подведем итоги. Личностное развитие есть побочное следствие решения значимых жизненных проблем и достижения амбициозных целей, которое порождает необходимость усложнения. Оно может основываться на разных психологических механизмах, однако высшие, специфически человеческие формы развития предполагают вложение усилий. Развитие выступает как вызов, и необходимости развития противостоит ряд внутренних и внешних преград, мешающих индивиду двигаться путем развития.

Общий вектор развития — движение от организма с определенными генетически заложенными и развивающимися через взаимодействие со средой потенциальными через усвоение социально-культурного опыта в различных формах, включая в первую оче-

редь социальные ожидания, нормы и ценности социальных групп и общностей, к дальнейшему преодолению социальных рамок и норм и движению к личностной автономии и самодетерминации, превращение в субъекта собственного развития, становящегося саморазвитием.

В числе основных внутренних и внешних преград, препятствующих развитию, выделяются:

- 1) страх взять на себя ответственность за собственный выбор и его реализацию;
- 2) лень делать порождающие усилия;
- 3) тенденция выбирать привычное и избегать изменений и
- 4) социальное неодобрение и неподдержка «избыточного», с точки зрения окружающих, развития.

Таким образом, проблема развития представляет собой один из стоящих перед индивидом вызовов, принятие которого выводит индивида на траекторию эволюции сложности и самоорганизации, а уход от него ведет по пассивной траектории перемещения под влиянием внешних сил.

Можно условно выделить две взаимодополняющие стороны личностного развития, усиление «Я» и обогащение личности. Первая связана с выстраиванием саморегуляции и самодетерминации активности, превращения личности в автономного субъекта собственной жизнедеятельности и саморазвития. Вторая характеризует развитие и усложнение внутреннего мира, рост понимания и охвата реальности, обретение мудрости.

Литература

Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М.: Смысл; Академия, 2007.

Бродский И. Большая книга интервью. М.: Захаров, 2000.

Жане П. Психологическая эволюция личности. М.: Академический проект, 2010.

Леонтьев Д.А. Психология смысла. 3 изд., дополн. М.: Смысл, 2007.

Леонтьев Д.А. Подход через развитие эго: уровневая теория Дж. Лёвинджер // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 59–75.

Леонтьев Д.А. Личностное изменение человеческого развития // Вопросы психологии. 2013. № 3. С. 67–80.

Леонтьев Д.А. Удары судьбы как стимулы личностного развития: феномен посттравматического роста // Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты / Отв. ред. А.В. Махнач, Л.Г. Дикая. М.: Институт психологии РАН, 2016. С. 144–158.

Леонтьев Д.А., Овчинникова Е.Ю., Рассказова Е.И., Фам А.Х. Психология выбора. М.: Смысл, 2015.

Талб Н.Н. Антихрупкость: как извлечь выгоду из хаоса. М.: Колибри, 2014.

Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Прогресс, 1990.

Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. М.: Смысл; Альпина Нон-фикшн, 2011.

Юнг К.Г. Структура психики и процесс индивидуации. М.: Наука, 1996.

Dabrowski K. Positive Disintegration. Boston: Little, Brown, and Co, 1964.

Loevinger J. Ego development: Conceptions and theories. San-Francisco: Jossey-Bass, 1976.

Maslow A.H. Toward a psychology of Being. 2nd ed. N.Y.: Van Nostrand, 1968.

May R. Psychology and the human dilemma. Princeton: Van Nostrand, 1967.

ПРАКТИКИ РАЗВИТИЯ 1.0

ВЫЗОВЫ, КОНЦЕПЦИИ, ИНСТРУМЕНТЫ

Редактор-составитель М. Кукушкин



П 691 **Практики развития 1.0.: вызовы, концепции, инструменты /**
Ред.-сост. М. Кукушкин. — М.: Смысл, 2018. — 216 с. с илл.

ISBN 978-5-89357-381-7

Первый сборник программных работ ведущих спикеров ПИРа — фестиваля практик развития организаций и личности, регулярно проводящегося в последние годы. Разнородные материалы, включенные в него, представляют широкий спектр вызовов профессионалам сегодняшнего дня и способов ответа на эти вызовы.

Психологам, коучам, специалистам по организационному и личностному развитию, всем, кто интересуется состоянием этой важной области практики.

Предисловие. <i>Кукушкин М.</i>	5
Глава 1. Эволюция организаций и новые вызовы.	7
<i>Цепков М.</i> Agile и бирюзовые организации — ответ менеджмента на вызовы новой промышленной революции	7
<i>Бехтерев С.</i> Как бизнесы со смыслом создают голубые океаны — уникальную ценность для клиента	20
Глава 2. Новые идеи в разработке практик развития.	40
<i>Леонтьев Д.</i> Что такое развитие.	40
<i>Веденски Л.</i> Феномен «изобильное мышление». Как научиться видеть ресурс там, где его нет (ментальные технологии Израиля)	56
<i>Гопиус К.</i> Три закона сторителлинга	60
<i>Горбань А.</i> К пониманию феномена эстетического интеллекта	67
Глава 3. Эволюция практик развивающей работы	76
<i>Кларин М.</i> Развитие коучинга и парадоксы профессии.	76
<i>Королихин А.</i> Коучинг: как мы это делаем? Системные основания коучинга	83
<i>Данкин В.</i> Развитие инновационности компаний и коллективов как комплекс практик развития (сессии РИКК).	98
<i>Илюха С.</i> Чужие шаблоны, или Нужно ли задавать вопросы в продажах?	115
<i>Новикова Г.</i> Семь законов развития навыков и компетенций	127
<i>Миркес М.</i> Дети учат топов	142