

## **КУЛЬТУРА СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ**

Начало XXI в. характеризуется расширением границ свободного выбора и ответственности индивида, «происходит отказ от единообразия, стандартизации и унификации в пользу многообразия. Основопологающим условием прогресса признается развитие и обогащение человеческого интеллекта, творческой энергии, духовно-нравственных сил. На смену социально-ролевому способу самореализации личности приходит более адекватный природе человека, когда он из деперсонализированного агента социальных действий превращается в субъекта собственной жизни. В таком обществе энергия социальной организации порождается не столько внеличностными факторами, сколько интересами и активностью индивидов. Общекультурные изменения фиксируются различными отраслями духовного производства» [1, с. 27–28].

Индивидуально-психологические особенности обуславливают в совокупности с социально-культурными установками роль ответственности в структуре деятельности и жизненных установках личности. Внутренняя зрелость человека определяется суммой существующих сформированных в процессе социализации и инкультурации духовных потребностей. По А. Маслоу, потребность в самоактуализации является высшей ступенью в пирамиде потребностей личности и представляет собой высшую духовную ценность.

Человек при внешней благоприятности и возможности проявить себя в разных ипостасях может определить свою жизнь следующим рядом категорий: прагматизмом (означающим функциональную выгодную деятельность), усредненностью образа жизни, утилитаризмом (чувственному и духовному нет места в силу его функциональной невыгодности, а все, что имеет прагматическую пользу, в условиях «омассовления» является нравственным).

Свободное время рассматривается как неотъемлемая часть социализации и инкультурации личности, их факторов и способов. Культура свободного времени не сводится к понятию «ничего-неделания», а рассматривается как установка на самосовершенствование в аспекте историко-культурной актуальности образа

личности, которая бы соответствовала велениям времени и в то же время обладала некой духовной универсальностью.

В теоретическом осмыслении, под свободным временем понимают общественно-историческое явление, определенную часть времени, которая свободна от дел производственной или жизненной необходимости.

Впервые понятие свободного времени стало употребляться в период индустриальной революции, когда рабочие должны были работать по 18 часов в сутки, отдыхая только по воскресеньям. Уже к концу XIX в. было принято решение о двух официальных выходных – субботе и воскресенье. И сегодня в большинстве стран официальными выходными считаются эти дни, за исключением Израиля, где выходные – пятница и суббота (шаббат), а первый рабочий день начинается в воскресенье (йом ришон), что дословно переводится как день первый, исходя из Танахической традиции.

Помимо двух официальных выходных дней в неделю, в каждой стране существуют праздничные дни. Иногда глобальные исторические катаклизмы изменяют полностью или частично всю праздничную парадигму. В нашей стране (в соотношении с другими странами) наименьшее количество выходных дней, приуроченных к празднествам, в том числе, остаются верными прошлым традициям и отмечают советские праздники, а также появляются новые.

В каждой стране предусмотрены отпускные дни. По некоторым данным, первый отпуск был взят в 1870 г., и эта новинка быстро распространилась в Европе и Северной Америке. Рабочие стали копить свои зарплаты и собирать деньги к отпускам. Вследствие этого были увеличены организационные работы для проведения отпусков рабочего класса.

На сегодняшний день количество дней отпуска в разных странах и культурах различается в зависимости от климатических условий проживания. Так, в северной части России люди имеют право отдыхать в среднем до 56 дней в году, чтобы иметь возможность выехать в теплые края. Количество дней отпуска зависит и от места работы. Отпускное время учителей и преподавателей всегда выпадает на летние месяцы.

Учитывая все возможности проведения свободного времени, ученые выделили индивидуальные типы его использования:

– творческий тип – главным свойством его является выбор занятия такой деятельностью, которая направлена как на создание,

так и копирование предмета, для самоутверждения в том или ином творческом акте;

- культурно-потребительский тип – повышение духовной культуры, посещение музеев, библиотек и др.;

- рекреативный тип – виды развлекательного отдыха, такие, как рыбалка, туризм, танцы и др.

Свободное время подразумевает не менее важные для здоровой жизни виды культурной активности, чем «рабочее время». Свободное время представляет собой пространство свободной деятельности человека как самоцели, деятельности, не навязанной извне, не являющейся необходимостью [3, с. 201]. Его можно рассматривать как время для развития умственных и физических способностей и в этом смысле оно становится богатством личности, его можно использовать по собственному усмотрению, самоактуализировать себя и полноценно участвовать в процессе инкультурации. В данном аспекте и видится его истинная ценность и значимость. Сущность свободного времени заключается в том, что оно:

- удовлетворяет социальные потребности, развивает физические и умственные способности человека;

- открывает возможности для всестороннего и гармонического развития личности;

- повышает образовательный и культурный уровень, в результате чего человек в новом качестве выступает в процесс создания материальных и духовных потребностей;

- находится в диалектическом единстве с рабочим временем и активно влияет на него [3, с. 201].

Очевиден факт, что представители тех или иных культур, которые не умеют отдыхать или делают это неэффективно, в конце концов исчерпывают свои энергетические, биологические и духовные ресурсы, что может привести даже к заболеваниям. Культура организации и проведения свободного времени является важнейшей составной частью духовной культуры нации, во многом определяющей ее здоровье и судьбу.

Зачастую негативные перемены в личности объясняются многолетним выполнением однообразной работы. Если человек постоянно работает в привычной роли и не приемлет изменений, новых методов и форм организации обучения, инновационных технологий, не принимает во внимание индивидуальных

особенностей своих сотрудников, то он профессионально деградирует.

Современная личность оказывается в замкнутом круге: работает, чтобы жить, живет ради работы. Постепенно снижается круг интересов, теряется желание достигать вновь поставленных или «старых», но по-прежнему значимых целей, притупляются эмоции, потребности. Наступает опасный момент – так называемое профессиональное выгорание. Однообразие и повторяемость эмоций, мыслей, высокое нервное, физическое напряжение, отсутствие новизны являются причинами данного явления. Синдрому выгорания предшествует период напряженной работы. В силу определенных обстоятельств и условий достижение цели затрудняется и затягивается, что приводит к внутреннему истощению.

В условиях техногенного общества человек оказывается перед выбором выполнения огромного количества социальных ролей, требования которых в исполнении становятся выше иных целей жизни. Высокие требования к себе, «идеализирование» себя и невозможность должного выполнения социальных ролей приводят к невротическим конфликтам (К. Хорни). Чем больше социальных ролей человек выполняет в своей жизни, тем выше требования идеализированного образа к самому себе, тем проблематичнее невротический конфликт, тем отчужденнее чувствует себя индивид, находясь в экзистенциальном вакууме при кажущейся внешней активности, полноценной жизни.

Одним из путей самореализации индивида может стать творческое отношение к жизненным установкам, профессии, труду в целом. Современного человека, осознающего важность ответственности за свои действия и поступки, профессиональные знания и качества, можно назвать зрелой личностью: его взгляды обладают системностью, мировоззрение базируется на четко очерченных духовных ценностях, он способен самостоятельно решать возникшие проблемы.

Однако люди по-разному относятся к свободному времени. Очень часто многие его распределяют неправильно и в таком случае времени не хватает ни на что. Доктор философских наук, профессор С. Н. Иконникова в зависимости от отношения к свободному времени выделила следующие типы личности.

Первый тип – рационально деятельный, организованный и разносторонний. Для него характерно стремление к максимально полезному использованию своего времени.

Второй тип – также деятельный, активный. Но, в отличие от первого, его интересы сосредоточены на одном увлечении, которому он отдает все свободное время.

Третий тип – работник-энтузиаст, который практически лишен досуга или имеет его в незначительном количестве. Свободное время он посвящает своей основной профессии, страстно, с увлечением относится к работе, которой отдает выходные и даже отпуск.

Четвертый тип отличается пассивностью, склонностью к домашним формам досуга. Люди этого типа редко посещают театры, концертные залы, музеи и другие учреждения. Как правило, они смотрят телепередачи, формулой их досуга стали три «Т» – телевизор, тахта, тапочки.

Пятый тип представляют люди, которые проводят свой досуг в компании друзей и знакомых. Они больше всего ценят общение, разговоры, совместные прогулки, выезды за город, с удовольствием посещают дискотеки, аттракционы, любят разные игры.

Шестой тип – это «времяубиватель», нравственно уродливый, опасный для общества и окружающих. Он не имеет никаких глубоких интересов и привязанностей, часто бывает агрессивен, груб, жесток, склонен к пьянству и т.д. [2, с. 143–144].

Данный типологический подход к использованию личностью своего свободного времени позволяет наиболее детально рассмотреть культуру свободного времени. С одной стороны, очевидно влияние на культуру самой личностью, с другой – самим свободным временем. В первом аспекте свободное время связано с духовной культурой. Хотя ее ценности создаются в рабочее время творческими людьми, но их деятельность не укладывается в рамки рабочего времени. Кроме того, в непрофессиональном созидательном процессе участвуют все, и именно в свободное время. Таким образом, оно воздействует на личность творца. Кроме того, созданные продукты усваиваются людьми в свободное время и способствуют самоактуализации личности, формированию ее культуры.

В связи со вторым аспектом термин *культура свободного времени* указывает на определенный уровень использования времени, включая сюда не столько величину и структуру, сколько

содержание и сущность – знания, ценности, нормы, образцы жизнедеятельности [3, с. 203]. То есть, человек использует свободное время по своему усмотрению: либо он активно вовлечен в процесс инкультурации и развивает себя, либо он просто функционирует, в наихудшем случае, – деградирует. Поэтому культуру свободного времени можно определить как проявление творческой активности, которая невозможна без развития человеческой свободы, что свидетельствует о проблеме формирования личности и нелегком процессе самоактуализации.

Таким образом, культура свободного времени представляет собой «качественный уровень его использования, проявляющийся в активной творческой деятельности, направленной на собственное развитие личности через освоение определенной системы знаний, ценностей, норм и образцов» [3, с. 204].

Реализация творческого потенциала личности в любой сфере деятельности возможна только при постоянном росте, предусматривающем непрерывное самообразование. Люди, умеющие самостоятельно работать с постоянно возрастающим потоком информации, могут рассчитывать на реализацию своих врожденных задатков и способностей.

Креативные потребности выступают основным критерием активности и творчества личности, ее духовного роста. Они являются «лакмусовой бумагой» для определения нормальной жизни человека, показывают состояние неудовлетворенности или успешности субъекта. В зависимости от степени важности для личности той или иной потребности и ее удовлетворения выстраивается определенная иерархия – пирамида потребностей. Высшие духовные потребности (саморазвитие, самосовершенствование, самореализация, самоактуализация, самовыражение, самоутверждение, общение, познание и др.) организуют культурную и профессиональную деятельность человека.

В концепции А. Маслоу указывается возможность самоактуализации в любом виде деятельности – от профессиональной до ведения домашнего хозяйства. Если высокий творческий потенциал преобладает над внешними профессиональными мотивами, ярко выражен интерес к трудовой деятельности, проявляющийся в стремлении к творческому самовыражению, то неотъемлемым атрибутом самоактуализации является креативность, т.е. творческое отношение к жизни, способность во всем находить

возможность для творчества. Для этого, несомненно, человеку необходимо свободное время.

В процессе инкультурации личность включается в активную творческую деятельность по усвоению культурного опыта и превращению его в собственное достояние, а также в результат, предполагающий развитие культурного опыта предшествующих поколений и продвижение его на новую ступень. Индивид творит самого себя в свободной деятельности. На первый план выходит формирование личности в культуре и социуме, т.е. усвоение ею определенной системы ценностей, норм, установок, образцов поведения и т.д. Однако самоактуализация также предполагает стремление к созданию новых идей, смыслов и свойств в контексте собственной культуры, направленных на будущее. Очевиден факт, что современная культура нуждается в социально активном типе личности, формирование которого во многом зависит от свободного времени.

---

1. *Зборовский, Г. Е.* Социология / Г. Е. Зборовский, Г. П. Орлов. – М. : Интерпракс, 1995. – 316 с.

2. *Иконникова, С. Н.* Диалог о культуре / С. Н. Иконникова. – Л. : Лен-издат, 1987. – 205 с.

3. *Михайлова, Л. И.* Социология культуры / Л. И. Михайлова. – М. : Фаир-Пресс, 1999. – 232 с.