



## СЕКЦІЯ 5. СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА

УДК 379.8

**ПОЗИТИВНАЯ УСТАНОВКА В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ**Абдуллаева Ш.Ю., к. психол. н.,  
доцент*Академия государственного управления  
при Президенте Азербайджанской Республики*

В статье рассматриваются некоторые вопросы позитивной установки в структуре личности. Отмечается, что современный мир в условиях глобального потепления, стихийных бедствий, экономических кризисов, терроризма и войн сталкивается с рядом проблем. В связи с этим в мире увеличивается количество пессимизма. Отмечается, что одним из негативных процессов, возникающих в результате глобальных процессов, также является столкновение ценностей. В этих ситуациях ценности подвергаются изменениям, люди теряются, не могут определить образ жизни, свои цели. Автор приходит к выводу, что в такое время разговоры о позитивности могут показаться чем-то несерьезным, даже фантастическим. Однако именно в подобных случаях разговоры о позитивности как никогда актуальны. Чтобы избежать негативных ситуаций в жизни, человеку необходимо пользоваться единственным инструментом – позитивным взглядом на настоящее и будущее. Только позитивный взгляд на события дает человеку внутреннюю силу, не позволяет ему падать духом, заставляет думать позитивно.

**Ключевые слова:** личность, позитивная установка, структура личности, психология, позитивная психология.

У статті розглядаються деякі питання про позитивну установку в структурі особистості. Відзначається, що сучасний світ в умовах глобального потепління, стихійних лих, економічних криз, тероризму і воєн стикається з низкою проблем. У зв'язку із цим у світі збільшується кількість песимізму. Відзначається, що одним із негативних процесів, що виникають у результаті глобальних процесів, є зіткнення цінностей. У цих ситуаціях цінності піддаються змінам, люди губляться, не можуть визначити спосіб життя, свої цілі. Автор приходиться до висновку, що в такий час говорити про позитивність може здатися несерйозним, навіть фантастичним. Але, тим не менше, саме в такий час розмови про позитивність як ніколи актуальні. Щоб уникнути негативних ситуацій у житті, в людини є єдиний інструмент – позитивний погляд на сьогоднішнє і майбутнє. Тільки позитивний погляд на події дає людині внутрішню силу, не дозволяє їй падати духом, змушує думати позитивно.

**Ключові слова:** особистість, позитивна установка, структура особистості, психологія, позитивна психологія.

## Abdullayeva Sh.Y. POSITIVE ATTITUDES IN THE PERSONALITY STRUCTURE

The article discusses some of the issues about the positive installation in the structure of personality. It is noted that in the modern world in terms of global warming, natural disasters, economic crises, terrorism and war, is facing a number of challenges. In this regard, the number of the world increases pessimism. It is noted that one of the negative events resulting from global processes is also a clash of values. Values of these situations are subject to change, people are lost, can not determine the way of life, their goals. The author comes to the conclusion that at such a time to talk about positivity may seem frivolous, even fantastic. But, nevertheless, it was at this time talk of positivity than ever relevant. It is noted that, in order to avoid negative situations in life a person has only one tool: a positive outlook on the present and the future! Only positive view of the event gives a person the inner strength does not allow him to lose heart, makes us think positively.

**Key words:** personality, positive attitude, structure of personality, psychology, positive psychology.

**Постановка проблеми.** В XIX веке, отделившись от философии, психология, получившая свой независимый предмет, была очень молодой наукой и не исследовала человека всесторонне. Однако несмотря на свой юный возраст, психология добилась успехов, развиваясь в трех направлениях: 1) решение психических проблем у людей с патологией; 2) улучшение

жизни людей с нормальной психикой и 3) развитие способностей, выявление их.

Психология, взявшая за основу негативные стороны человека с патологией, не уделила должного внимания позитивным сторонам. Неслучайно сегодня в психологии на каждые сто статей о депрессии приходится всего одна статья о позитивности [16]. Как отмечал американский психолог



Шаш, с течением времени психология превратилась в погасшую противоположность научной психиатрии [11].

Однако люди имеют большую позитивную силу. Психология в конце прошлого века в лице позитивной психологии наконец-то обратила внимание на позитивные стороны человека и предприняла в этом направлении определенные шаги.

Позитивная психология – это не просто совокупность позитивного мышления и позитивных эмоций. Позитивная психология – это феномен, который развивает и возвышает человека в обществе, группе.

**Постановка задания.** Цель статьи – рассмотреть некоторые вопросы позитивной установки в структуре личности.

**Изложение основного материала.** Позитивность понимается как противоположный полюс негативности и означает его ограничение. Позитивная психология принимает позитивность наряду с негативностью, даже ищет ее в негативности. Нельзя вслепую, с закрытыми глазами проходить мимо того, что называется негативностью, ее надо понимая принять и находить в ней позитивность [35]. Как говорил немецкий психолог Курт Теппервайн, именно в это время она «превращается из иллюзии в реальность, создает субстанцию, эта субстанция проникает вглубь нашего духа и оттуда направляет всю нашу жизнь» [35, с. 38]. Только в этом случае можно иметь позитивную установку, воспринимать все как есть и сохранить правильную позицию.

Анализ показывает, что успешные люди, которые преуспевают в жизни, объясняют причины отрицательных ситуаций, в которые они попадают, специальным «инструментом» – специальным образом. Такие люди имеют позитивную установку. Они даже рассматривают негативные ситуации в положительном свете. Позитивная установка, как мы отметили, – это умение в любой ситуации найти и выбрать правильную позицию. Ключ к успеху – в проверке мыслей, и если выявляется негативная мысль, необходимо выступить против нее, спорить с ней и найти альтернативные варианты. Быть позитивным – извлекать уроки из негативного. Люди, обладающие позитивной установкой, не закрывают глаза на опасность, вовремя ее предотвращают, не позволяют ей появиться. Они стремительно пытаются избежать поражения.

Слепой оптимизм приводит к невнимательности и нереальным ожиданиям. Когда же желание принимается как данность, оно будет иметь негативное влияние на наши взгляды. Поэтому люди, у которых установка формируется в позитивном направле-

нии, прокладывают мост от позитивности к реальности и получают выгоду от этого. Позитивная установка означает не отрицание реальности, а восприятие себя и мира как данности, проведение исследования на трезвую голову для формирования самооценки, во избежание видимых и невидимых препятствий.

Пессимисты создают для себя препятствия и преждевременно обрекают себя на безнадежность. Эти люди живут по принципу «нет худа без добра» и др. и, как показывают исследования, более подвержены депрессии [28].

Ожидания людей с позитивной установкой тоже бывают позитивными. Они говорят оптимистично о будущем, реже испытывают стресс, меньше волнуются и быстро выходят из депрессии.

Позитивная установка, кроме создания хорошего настроения, выполняет более важную функцию. Она увеличивает интеллектуальные, физические и социальные возможности человека, создает резерв для опасных ситуаций [27]. У людей, настроенных позитивно, растут и интеллектуальные способности. Позитивная установка создает специальный образ мысли. Если негативная установка активизирует критическое мышление, то позитивная установка приобщает человека к творчеству, терпеливому обращению, и человек видит в жизни не только отрицательные стороны. Исследования показывают, что у людей с преобладающим количеством черт позитивного характера вероятность смерти и инвалидности меньше по сравнению с остальными. У таких людей бывает низкое давление и высокий иммунитет [26].

Позитивная установка позволяет позитивно воспринять мир, содержит в себе позитивное мышление – позитивное понимание и позитивное оценивание.

Затронувшие в некоторой степени в своих исследованиях диспозиционный оптимизм американские ученые Шейхер и Гарвер указывали на то, что диспозиционный оптимизм – качество, которое помогает людям достичь своей цели. Если человек верит, что все будет хорошо, он относится к работе с большей решительностью и энтузиазмом. И, наоборот, если он не верит, что все будет хорошо, точнее, если он верит, что все плохое случится только с ним, он не достигает своих целей [23].

Установка – это внутренняя позиция человека. Поэтому именно с этой точки зрения важно позитивное формирование установок. Так, этот процесс заканчивается позитивным формированием внутренней позиции. Вся деятельность человека стро-



ится на установке. Результаты позитивной установки – вера, любовь и творчество.

Черты позитивного характера важны в социуме. У позитивных людей хорошо развиваются социальные привычки, они больше участвуют в общественной жизни. Значит, позитивные эмоции помогают найти друзей, укрепить здоровье и достигнуть успеха. Будучи продуктом особенностей позитивного характера, такие чувства, как счастье, чувство достоинства, энтузиазм, хорошее настроение, чувство радости, создают модели поведения.

С развитием в человеке особенностей позитивного характера, формирующих позитивную установку, изменяется в позитивном направлении его мировоззрение, идеи, чувства и желания, восприятие и образ мышления. Такие люди развиваются как личность, бывают открыты к новшествам, относятся творчески к жизни, регулируют семейные отношения, чувствуют ответственность за свои действия, обладают высоким чувством личного достоинства. Все перечисленные особенности создают позитивные психологические ресурсы человека, которыми человек пользуется в трудных испытаниях жизни.

Обозревая историю психологии, можно прийти к выводу, что позитивная установка никогда не была предметом исследования традиционной психологии. Однако при исследовании сознания, поведения, бессознательного, личности, внутреннего мира человека, эмоций и чувств, хоть и в меньшей степени, затрагивались позитивные черты человека.

Обзор показал, что до открытия бессознательного объектом исследований таких психологов как В. Вундт, У. Джемс, Ф. Brentano, М. Вертгеймер, В. Келер, В. Штерн, было сознание, и они изучили сознание в различных его аспектах [1; 2; 6]. В. Вундт в своих произведениях исследовал элементы сознания, [2], У. Джемс изучил «поток сознания» [6], Ф. Brentano [1] – акты сознания, интенциональность, М. Вертгеймер и В. Келер – полноту сознания и восприятия [3], В. Штерн исследовал ошибки сознания [22].

Психологи, выбравшие своим объектом исследование поведения, такие как Дж. Уотсон и его последователи, выделяли возможность исследования актов поведения, которые можно объективно описать, и выступали против сознательных теорий. Они пришли к выводу, что человека можно объяснить только формулой «стимул-реакция». Бихевиористская теория, отрицающая сознание, впоследствии стала актуальной в необихевиористской форме, и ее

представители К. Холл и Э. Толмэн, внося определенные изменения, создали свою теорию. Они, чтобы избавиться от ограничений классического бихевиоризма, в своих теориях предлагали уделить внимание внутреннему миру – потребностям, привычкам человека. К. Холл, представив чисто в математической форме свою теорию, основанную на экспериментах, к структуре поведения, кроме «стимул-реакции», добавил изменения, созданные в организме стимулом. И это не было новшеством. Он снова поднял и развил модель «стимул-организм-реакция», которая была выдвинута еще Р. Вудвортом тридцать лет тому назад [20].

Видный представитель необихевиоризма Б. Скиннер, продвинувшись дальше, развил бихевиоризм и составил специальные программы для американского общества, и сегодня в управленческой системе успешно пользуются его теорией. Б. Скиннер уделяет особое внимание укреплению формирования поведения, а именно сочувствию, а также он уменьшал роль сознания, но не относился к нему равнодушно, как Дж. Уотсон [19]. Именно поэтому его теория не освободилась от ограничений классического бихевиоризма.

Гуманистическая и феноменологическая психология, в отличие от теорий, объясняющих человека в контексте сознания, бессознательного и поведения, выдвинули на первый план внутренний мир личности, превративший его в предмет психологии.

Основоположник гуманистической психологии А. Маслоу в своей теории построил иерархическую систему потребностей человека. Самую высшую ступень этой иерархии, начинающейся с физиологических потребностей, составляет самореализация [9]. У каждого человека есть потребность в любви, уважении, самореализации. По А. Маслоу, самореализованные люди испытывают «высшие переживания» [10]. Испытывающий высшие переживания человек, отделившись от окружающего мира, переживает целостность, единство. А. Маслоу подчеркивал возможность наличия такого позитивного опыта у самореализованного человека [10].

Однако теория была ограничена с практической точки зрения.

Основоположник феноменологической психологии К. Роджерс, выдвинув на передний план тот факт, что в основе природы человека лежит доброта, указал на основной мотив поведения – самореализацию, происходящую посредством реализации способностей [12]. Самореализация составляет основу теории К. Роджерса.



К. Роджерс, принявший субъективную практику как психологическую реальность, указал на то, что люди таким способом интерпретируют реальность. Психолог для оказания помощи клиенту должен стараться понять его внутренний мир, а именно субъективную интерпретацию его внутреннего мира [12; 13; 14].

Позитивная психология является новым течением в психологии. Американский психолог М. Селигман подготовил основные положения позитивной психологии [26; 27; 28]. Одна из его последователей, Барвара Фредриксон, в своих произведениях [25] исследовала различные аспекты позитивности.

Анализ немецкоязычной литературы показывает, что в ней в основном рассматривалась позитивность с точки зрения трансперсональной психологии, будто пытались объединить две теории [19; 30; 31; 32; 33; 34; 35].

Анализ литературы, посвященной проблеме установки, показал, что в своих произведениях Д. Узнадзе исследовал установку в аспекте общей психологии [18], а его ученики, развив его теорию, изучили установку как фактор, создающий систему в социальном контексте [7]. На Западе были исследованы функции, структура, элементы структурных компонентов установки [5]. Несмотря на это, пока не существует полной теории об установке. Анализ литературы, посвященной установке, показал, что и культура влияет на установку. Хотя влияние культуры на установку и не было никогда специальным объектом исследования, в антропологической психологии в процессе изучения других проблем оно в определенной степени все же рассматривалось.

#### **Выводы.**

1. Установка и восприятие очень тесно связаны и взаимодействуют друг с другом. Воспринимаемая человеком культура обуславливает бессознательные установки против определенных действий.

2. Хотя познание мира и начинается с внешнего мира, для того чтобы объекты внешнего мира имели значение для индивидуума, они должны пройти когницию в сознании человека, эмоционально утвердиться, присоединиться к системе ценностей человека. Это процесс формирования установки личности.

3. Установка играет важную роль в жизни человека и полностью охватывает психику личности. Установка предшествует сознанию и направляет его. Хотя установка является предсознательным событием, активный процесс сознания его требует.

Связь между сознанием и бессознательным возникает в результате установки.

4. Установка тесно связана с убеждениями, представлениями, мотивами личности. Ценности, потребности, внутреннее облегчение, диспозиция личности составляют ее базовые элементы.

5. Позитивная установка содержит в себе позитивное восприятие мира, позитивное мышление – позитивное осознание, позитивное оценивание. Установка – внутренняя позиция человека. Формирование позитивной установки важно именно с этой точки зрения. Так, это процесс приводит к позитивному формированию внутренней позиции. Вся деятельность человека строится на установке.

6. С развитием черт позитивного характера, формирующих позитивные установки человека, в позитивном направлении меняются и кругозор, представления, чувства, желания, восприятие и стиль мышления человека. Такие люди развиваются как личность, бывают открыты к новшествам, относятся творчески к жизни, регулируют семейные отношения, чувствуют ответственность за свои действия, обладают высоким чувством личного достоинства.

7. Черты позитивного характера имеют большое социальное значение. У позитивных людей хорошо развиты социальные привычки. Они больше участвуют в общественной жизни. Будучи продуктом черт позитивного характера, такие чувства, как счастье, чувство достоинства, энтузиазм, хорошее настроение, чувство радости, создают модели поведения.

#### **ЛИТЕРАТУРА:**

1. Брентано Ф. О происхождении нравственного познания / Ф. Брентано. – СПб. : Лаборатория Метафизических Исследований философского факультета СПбГУ, 2000. – 186 с.
2. Векилова С.А. История психологии / С.А. Векилова. – М.-СПб. : Сова, 2005. – 156 с.
3. Вертгеймер М. Продуктивное мышление / М. Вертгеймер. – М. : Прогресс, 1987. – 480 с.
4. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций / Л.С. Выготский. – М. : Наука, 1960. – 574 с.
5. Гальперин П.Я., Ждан А.Н. История психологии. XX век: 4-е изд / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждана. – М. : Академический проект, 2002. – 832 с.
6. Джемс У. Психология / Под ред. Л.А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.
7. Иосебадзе Т.Т., Иосебадзе Т.Ш. Проблема бессознательного и теория установки школы Узнадзе / Т.Т. Иосебадзе. – Тбилиси, Мецниереба, 1985. – 456.
8. Марцинковская Т. История психологии / Т. Марцинковская. – М. : Академический проект, 2007. – 425 с.
9. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2011. – 352 с.





10. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2014. – 428 с.
11. Психологическая энциклопедия: 2-е издание / под ред. Р. Корсини и А. Ауербаха. – СПб., 2006. – 1096 с.
12. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы / К.Р. Роджерс. – Изд-во Института психотерапии, 2006. – 512 с.
13. Роджерс К.Р. Клиентцентрированная психотерапия. Теория, современная практика и применение / К.Р. Роджерс, 2007. – 506 с.
14. Роджерс К. Стонавление личности. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс. – М. : Эксмо-Пресс, 2001. – 416 с.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва, СПб. : Питер, 1999. – 679 с.
16. Селигман М.Е. Позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М.Е. Селигман. – М. : София, 2006. – 368 с.
17. Толмен Э.Ч. Бихевиоризм и необихевиоризм / Э.Ч. Толмен // Хрестоматия по истории психологии. – М. : МГУ, 1980. – 458 с.
18. Узнадзе Д.Н. Основные положения теории установки. Труды, Т.6 / Д.Н. Узнадзе. – Тбилиси : Мецниереба, 1977. – С. 263–326.
19. Уотсон Дж. Поведение как предмет психологии [бихевиоризм и необихевиоризм] / Дж. Уотсон // Хрестоматия по истории психологии / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М. : МГУ, 1980. – 458 с.
20. Холл К., Линдсей Г. Экзистенциальная психология. Теории личности / К. Холл, Г. Линдсей. – М. : КСП+, 1997. – 544 с.
21. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер, 2000. – 608 с.
22. Штерн В. Персоналитическая психология / В. Штерн // История психологии. XX век. / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М. : Академический Проект, Екатеринбург : Деловая книга, 2002. – 832 с.
23. Ярошевский М.Г. История психологии / М.Г. Ярошевский. – М. : Мысль, 1985. – 575 с.
24. Deiner E. and Seligman M. Very happy people. *Psychological Science*, 2002, p. 81–84.
25. Fredrickson B. What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 1998, p. 300–319.
26. Seligman M. Authentic happiness. *Synopsis literary Agency*, 2002, 286 p.
27. Seligman, M., Csikszentmihalyi, M., Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 2000, 55[1], p. 5–14.
28. Seligman M. E. P. *Learned Optimism*. New York: Knopf, 1990, 342 p.
29. Auhagen Ann Elizabet. Positive Psychologie. Anleitung zum «besseren» Leben, 2004, 220 s.
30. Das Triple P. *Elternarbeitsbuch*, 2009, 164 s.
31. Junge J., Neumer S-P., Manz R., Margraf J. *Gesundheit und Optimismus GO*. 2002, 356 s.
32. *Sozialpsychologische Beiträege zur Positiven Psychologie.*, Hrsg.: Rohmann E., Herner M.J., Fetchenhauer D. Lengerich, 2008, 378 s.
33. Schütz A. Je selbstsicherer, desto besser? *Basel*, 2005, 146 s.
34. Seligman M., *Pessimisten küsst man nicht*. München, Droemer Knaur, 1991, 560 p.
35. Tepperwein K. *Die Kraft der Positiven Psychologie*. München, Goldman Arkana, 2007, 474 s.