ЕВРОПЕЙСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Академический департамент истории

Программа бакалавра истории

Культурное наследие

СКУКА - АНТИКВАРНАЯ ЭМОЦИЯ?

ИТОГОВОЕ ЗАДАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ГУМАНИТАРНАЯ СБОРКА

АЛЕНА КРИВКО

Студентка II курса

Проверила:

Г. Орлова

Вильнюс 2015

Является ли скука антикварной эмоцией? Для того, чтобы ответить на этот вопрос, для начала необходимо разобраться с терминологией. Совершенно понятно, что скука и есть эмоция. Что же касается прилагательного «антикварный», то его определение следующее: «антикварный - старинный и ценный». Мне кажется, что в данном понятие нас будет интересовать именно первое определение прилагательного. Что же до самого понятия «скука», то его значение рациональнее найти в словаре психологических терминов и понятий. «Эмоция, которая возникает, если индивид не в состоянии найти интересы и занятия, которые полностью захватили бы его». То есть вопрос звучит так: является ли эмоция, связанная с томлением от отсутствия интересного занятия, проявлением прошлого? В своем эссе я постараюсь ответить на этот вопрос, полагаясь на свой собственный опыт, знания об этом состоянии, которые я получила в течение своей жизни, и литературу, которую мне удалось найти.

Начать хотелось бы с того, что зародилось скука еще в глубокой древности. Это явление М. Гаспаров назвал «проблемой досуга». В своей работе М. Гаспаров фокусируется на жителей Рима, живших примерно в I в. до н. э. В эти далекие времена Рим стал крупнейшим государством, в котором у римлян были собственные рабы и армия. Благосостояние человека улучшилось, и ему «больше не нужно было прилагать столько усилий, сколько прежде, для борьбы за жизнь». Вследствие изменения социальных условий у индивидуумов образовалась душевная пустота, которую необходимо было чем-то заполнить.

Я разделяю подобную точку зрения. Когда у человека нет острой необходимости делать что-либо для выживания, у него появляется куча свободного времени, которое он может потратить с пользой или впасть в состояние скуки. Но чем может занять свое время человек, у которого до этого свободного времени не было? Ему не приходилось ни разу задумываться о досуге, потому что он был занят таким первостепенным делом, как выживание. И здесь важно понимать, что состояние скуки не есть порождение свободного времени, которое в тяжелые времена отсутствует. Свободное время лишь обладает способностью открывать существующие проблемы, позволяет увидеть их, а не создает.

Если рассматривать подобный сценарий сегодня, то можно отметить, что уровень жизни человека находиться на довольно высоком уровне. Современный человек не должен бороться за жизнь. Сегодня человек имеет права, которые позволяют ему развиваться и самореализовываться в качестве личности. У всех сегодня есть драгоценное свободное время, которое он может потратить на то, что посчитает нужным. Подвластен ли сегодняшний человек такому же синдрому скуки, как и римляне I-го в. до н. э.? Ведь современный мир потерпел значительные изменения.

На дворе двадцать первый век, век информационных технологий, век, когда практически у каждого есть доступ не только к радио, телевизору, но и к интернету. Благодаря современным технологиям каждый может отыскать любую интересующею его информацию, посмотреть любой фильм, скачать любую игру и многое другое. В современном мире любой человек может позволить себе путешествовать. В нашу эпоху условия позволяют переехать в другую страну, выучить другой язык. Современный человек имеет право выбора, как, например, религии. Казалось бы, какая скука? Разве может быть скучно человеку, которому открыта практически любая деятельность?

К сожалению, всегда есть определенные ограничения, которые вызывают скуку. Хотя и отменили крепостное право, полностью свободными нас не назовешь. Феничел считал, что скука возникает, «когда нам нельзя делать то, что мы хотим делать, или должны делать то, что мы делать не хотим». Простой пример - школа. Не каждый урок в школе был для меня занимательным. Часто я смотрела в окно, ерзала на стуле, зевала, в то время, как преподаватель рассказывал нам что-то, по моему мнению, очень скучное. Я думаю, каждому приходилось не раз выполнять, какую-либо нудную или монотонную работу, которая вызывала скуку. Получается, скука возникает только при ограничениях свободы и права выбора?

Бывает скука, которая никак не связана с ограничением человека в чем-либо. Моя маленькая сестренка, не обремененная какими-либо обязанностями, постоянно забегала ко мне в комнату со словами: «мне скучно», в то время как в ее распоряжении были тонны игрушек, друзья, готовые выйти на улицу, телевизор и компьютер с интернетом. Несмотря на это, она без каких-либо видимых причин не была способна выбрать какую-нибудь деятельность, направить на нее все свое внимание и получать от нее удовольствие. Интересно, что любое мое предложение она отвергала - и продолжала безуспешно бегать по дому с жалобами. Преодоление состояния скуки всегда происходило у нее само собой, без чьей-либо помощи. Она просто вдруг сама находила себе занятие, как правило - новое, и с энтузиазмом начинала им заниматься. В этот момент, когда глаза ее горели, она была полностью поглощена происходящим, сосредоточена, энергична. По ее «языку» тела я отчетливо понимала, что состояние скуки прошло.

Из этого следует, что человек может скучать, не только из-за того, что ему запрещают что-либо делать, но и потому что он сам не может определиться с видом деятельности, которым он хочет заниматься. Однако природа человека, на мой взгляд, не рассчитана на то, чтобы он сидел без дела. Недаром говорят, лучший отдых - смена деятельности. Человеку постоянно нужно быть во что-то вовлеченным, конечно, кроме того времени, когда он, например, спит. Я не раз замечала за собой такую странность: я устаю больше, если я весь день ничего не делаю, а просто бью баклуши, по сравнению с тем, когда у меня куча дел и я вынуждена бегать по городу, выполняя различные поручения. Возможно, такая реакция обуславливается тем, что индивидуум должен постоянно чувствовать свою полезность, быть во что-то вовлеченным, иметь цель.

Вот тут мы подходи к еще одному вопросу, о котором мне хотелось бы поговорить. Когда у меня есть определенная цель, достижение которой мне очень важно, то мне редко бывает скучно. Причем, это не обязательно должна быть цель на пару часов, дней или недель, это может быть цель, которая состоит из множества пунктов, и рассчитана на длительный срок. Что касается меня, то в случае наличия такой цели, я постепенно иду к ней. Все мои действия - это шаги на пути к тому, чего я желаю, поэтому это не может быть мне скучно, ведь это то, что выбрала я. Я могу полностью направить свое внимание на достижение этой цели, мне всегда есть, чем заняться.

Это, конечно, не может исключить скуку на все 100 процентов, ведь человеку, как и батарейке, нужна перезарядка, смена деятельности. И чисто теоретически в момент поиска другого вида деятельности он может не найти ту область, которой он хотел бы посвятить часть своего времени. Но почему-то когда у меня есть определенная цель, над которой я усердно тружусь, я не задумываюсь о том, чем заняться в свободное время. Я без проблем нахожу то занятие, которое позволяет мне отдыхать от действий, направленных на достижение это цели. Возможно, это связано с тем, что у меня особо не остается времени на другую деятельность. А возможно с тем, что когда ты чувствуешь, что ты идешь к чему-то, что ты на верном пути, что ты не проживаешь свою жизнь впустую, то ты не видишь проблем в том, чтобы дать себе отдых. При таких обстоятельствах ты считаешь, что ты заслужил отдыха, и без зазрения совести ты занимаешься любым другим делом, которое никак не относится к выставленной тобой цели.

Если же цели нет, отсутствует нечто, к чему можно было бы стремиться, то тебя «ест» что-то изнутри, появляется «ноющее» чувство неудовлетворенности. И ты, вследствие этого не можешь направить всю свою энергию на какое-либо дело, потому что оно в любом случае кажется тебе бессмысленным. Ведь, за что ты не взялся бы, ты не видишь в результате этого действия ничего, что имело бы для тебя смысл. Не имея определенной цели, которая воодушевляла бы на усердную работу, очень тяжело устремить все свое внимание на определенное действие. И даже если у тебя есть занятие, которое ты просто любишь, но оно является бесполезным, не приносит пользы, то часто ты не садишься за его выполнение из-за зазрений совести. Образовавшийся вакуум влечет за собой скуку.

Наверное, всем подросткам очень тяжело найти свое предназначение в жизни, ведь сделать они это должны в идеале перед тем, как поступать в университет, когда они совершенно ничего не смыслят не только о жизни, но и о себе. Это история и обо мне. Я учусь в данном университете на программе туризма, не потому что я хочу в будущем иметь профессию, как-то с этим связанною, и вовсе не потому что мне нравится это специальность, а потому что я еще не определилась с тем, чем я хочу заниматься по жизни, а этот факультет и университет просто показались удобным вариантом для меня. Из-за этого часто я не могу выполнять определенные задания, которые не представляются мне интересными, потому что я не вижу какого-либо их применения в моей дальнейшей жизни. Очень тяжело читать о чем-то, что тебе совершенно не представляется увлекательным; что уже говорить о том, когда необходимо выучить «сухую» информацию, знание которой не кажется тебе полезной в перспективе.

Если я не выполняю скучные университетские задания, то у меня появляется куча свободного времени, применение которому я найти не могу. Мне становится совестно из-за того, что я бездействую, не делаю что-то полезное для себя, для своего будущего, для окружающих. Если бы у меня была цель, я бы нашла применение своему появившемуся свободному времени. Например, если бы я видела себя в будущем играющей в рок-группе, я бы старательно репетировала, играя на гитаре. Однако, не имея определенной цели в жизни, многие вещи кажутся мне бессмысленными. И даже если что-то представляется мне занимательным, я не могу посвятить себя этому, потому что меня останавливает совесть. А делать скучные дела я тоже не могу, потому что не могу обратить на них свое внимание. Конечно, если бы я была заинтересована в этом, потому что знала, что оно мне пригодится в будущем, то я смогла бы сосредоточиться на этом. Но не имея определенной цели, тяжело ответить на вопрос: что пригодится мне в будущем? В результате часто я сижу без дела, скучаю и не могу найти себе занятие.

Для контраста приведу другой пример. У меня есть подруга, которая всю жизнь мечтала стать врачом. После лицея она поступила в медицинский университет, где учиться и по сей день. Она с удовольствием учит не только предметы, относящиеся к ее специальности, но и общеуниверситетские, хотя они ей не так интересны. Свою увлеченность она объясняет мотивацией получить диплом и работать по специальности. Есть цель, есть стремление, нет скуки.

С одной стороны, голословно рассказывать о скуке только со своей позиции. Ведь это лишь мое субъективное мнение насчет данного понятия. С другой стороны, с чьей еще позиции я могу судить о данном эмоциональном состоянии? С приступами скуки часто сталкиваются мои друзья. Они не раз звонили мне со словами: «Мне скучно», после чего мы уже вместе думали, чем заняться. Но ведь невозможно понять, называют ли они скукой именно то состояние, о котором я говорю сейчас. Вдруг скука для них является чем-то иным, вдруг она содержит в себе совершенно иную палитру чувств? Просто хотелось бы обозначить, что все, о чем я пишу, есть сугубо мое мнение. И даже если я привожу в пример кого-то или чью-то историю, это всего лишь моя интерпретация увиденного или услышанного. На самом деле, истина может быть другой. Обозначив мое эссе в качестве индивидуальной трактовки состояния скуки, продолжу дальше.

Мне повезло встретиться с необычным человеком. Необычным я его назвала, потому что его мировоззрение кардинально отличалось от людей, которых я когда-либо знала. Он смотрел на этот мир совершенно иначе, у него были другие цели, другие мысли. Все те, с кем я общалась до этого, мыслили через общие «копирки», которые были навязаны обществом. Ничего экстраординарного в их мыслях и словах я, как правило, не замечала. Интересно, что он прожил два года совершенно один, не общаясь ни с кем. Причем, жил он не в комфортабельной квартире, заказывая еду себе на дом, а в лесу, в жилище, построенном своими руками. Он питался тем, что добывал себе сам. Делал он это, не потому что у него не было квартиры или средств к существованию, а потому что он так захотел. За это время, которое он жил в отчуждение, без людей, вдалеке от цивилизации, он, по его словам, полностью познал себя и мир вокруг.

Познакомились мы благодаря общим друзьям и довольно долго общались. За это время я узнала о нем очень многое, как и он обо мне. И когда я рассказывала о своих частых приступах скуки во время учебного года, я с удивлением услышала от него следующую фразу: «Мне никогда не бывает скучно». Я была очень удивлена такими словами. Сначала я даже усомнилась в их правдивости, но наше предыдущее общение позволяло мне сделать вывод о том, что он не мне еще ни разу не соврал. Поэтому я с нескрываемым любопытством ждала его объяснений.

Моя реакция тоже немного его взбудоражила, в его глазах читалось сильное удивление, словно я не понимали нечто элементарное. Тем не менее, он счел необходимым пояснить мне его мнение: «Как мне может быть скучно, если я хорошо себя знаю. Я знаю все о себе до мельчайших подробностей. Мне всегда есть чем заняться. У меня проблема немного другого характера: порой мне просто не хватает времени, чтобы реализовать все свои идеи и цели».

Этот разговор позволил мне понять, что, возможно, именно обретение себя есть лекарство от скуки. Когда человек в ладу с собой, со своими эмоциями, потребностями, желаниями, когда он знает, чего хочет, возможно, скука отпадает сама собой. Однозначно на этот вопрос я ответить не могу, потому что, честно говоря, я нахожусь на пути приобретения себя. Но даже если скука проходит после того, как человек полностью познает свою природу, она все равно сопровождает его по дороге к нахождению себя. Таким образом, даже найдя лекарство, нельзя сказать однозначно, что скука исчезнет раз и навсегда, как нельзя сказать, что скука будет временной, потому что, на мой взгляд, к сожалению, не каждый индивидуум находит себя.

И даже если рассматривать гипотетически ситуацию, в которой человек приобретает себя, то где гарантия, что однажды он не заскучает? В один день зона комфорта может стать тюрьмой. Однообразие вызовет скуку, разрушить которое сможет лишь нечто новое.

Прочтение повести Н. Лескова «Обойденные» наткнуло меня на еще одну причину появления скуки. Для более ясного понимания приведу отрывок: «Посмотрев вслед уносившемуся поезду, Долинский обернулся и в эту минуту особенно тяжело почувствовал свое одиночество, почувствовал его сильнее, чем во все протекшие четыре года. Не тихая тоска, а какое-то зло на свое сиротство, желчная раздражительная скука охватила его со всех сторон». После прочтения данных слов, я задумалась, может ли отсутствие одного определенного человека, вызвать состояние скуки. И пришла к выводу, что может. Я еще раз пересмотрела то определение скуки, которое я давала ранее. Оно было очень близко к тому состоянию, которое появлялось у меня, когда из моей жизни уходил важный человек. Ранее интересные дела уже больше такими не являлись, появлялось какое-то чувство отвращение ко всему, что раньше приносило удовольствие, и снова я понятия не имела, чем себя занять. Чем не скука?

Я описывала скуку лишь в серых тоннах. Сомневаюсь, что у хоть у кого-нибудь скука ассоциируется с чем-то позитивным. Тем не менее, мне кажется важным отметить то, что скука может нести положительное влияние. Она может выступать в качестве подготовки человека к другой деятельности. Или она может побудить человека к переосмыслению различных аспектов его жизни, к тому, что человек захочет что-то поменять. Наличие скуки лишь сигнализирует о проблеме, которая есть у человека.

Таким образом, я пришла к выводу, что скука не является эмоцией только лишь прошедшего времени. Скука такое же эмоциональное состояние человека, как, скажем, гнев или радость. Скука может быть вызвана различными причинами, которые я описала в своем эссе, такие как недоступность самому выбрать деятельность, однообразие, одиночество, отсутствие цели. Возможно, существуют еще причины, которые способны вызвать скуку, тогда я, из-за недостаточной осведомленности по этому поводу, не осветила эту тему в полной мере. Но даже если принимать во внимание лишь те причины, которые я изложила в своем эссе, их будет достаточно для того, чтобы ответить на вопрос, является ли скука антикварной эмоцией. На сегодняшний день, мне кажется, любой индивидуум сталкивается с проблемой скуки. Причины, которые вызывают данное эмоциональное состояние, на мой взгляд, касались каждого и продолжают существовать по сей день.

А значит, нет повода говорить о том, что скука - пережиток прошлого. Осмелюсь даже предположить, что и в будущем это эмоция не оставит своих позиций.

Использованная литература

эмоциональный скука ограничение человек

1. FENICHEL, О. Collected Papers of Otto Fenichel, 1987.

2. ГАСПАРОВ, М. Катулл, или изобретатель чувства.

. ОЖЕГОВ, С.Ю; ШВЕДОВА, Н.Ю. Толковый словарь русского языка, 1992 г.

. РАЙКРОФТ, Ч. Критический словарь психоанализа, СПб, 1995 г.