

И.В. Селедцов, И.И. Иванов

**ПСИХОГИГИЕНА В КОНТЕКСТЕ СУБЛИМАЦИИ.
КУЛЬТУРА КАК СУБЛИМАЦИЯ**

Научный руководитель: канд. биол. наук, доц. В.Н. Шаденко

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

I.V. Seliadtsov, I.I. Ivanov

**PSYCHOHYGIENE IN THE CONTEXT OF SUBLIMATION.
CULTURE AS SUBLIMATION**

Tutor: PhD in Biology, associate professor V.N. Shadenko

Department of General Hygiene

Belarusian State Medical University, Minsk

Резюме. Работа посвящена исследованию культуры как формы сублимации, раскрытию её значимости в контексте управления человеческими желаниями и инстинктами, а также влиянию на развитие общественных норм и ценностей.

Ключевые слова: культура, сублимация, психоанализ, инстинкты, информационный стресс, психогигиена.

Resume. The work is devoted to the study of culture as a form of sublimation, revealing its significance in the context of managing human desires and instincts, as well as its influence on the development of social norms and values.

Keywords: culture, sublimation, psychoanalysis, instincts, information stress, psychohygiene.

Актуальность. Сублимация является одной из ключевых проблем психогигиены. В условиях быстрого технологического прогресса важно понимать, как цифровая эпоха влияет на культуру и процесс сублимации. Освещение плюсов и минусов цифрового влияния позволяет выявить ключевые аспекты, которые формируют современное культурное пространство. Понимание новых форм культурного выражения и их роль в сублимации становится необходимым для адекватного восприятия культуры в будущем. Кроме того, исследование этой темы способствует осознанию того, как сохранить социальную стабильность в условиях информационной перегрузки и изоляции.

Цель: определить и проанализировать роль и место сублимации в контексте современной культуры.

Задачи:

1. Исследовать влияние цифровой эпохи на культуру и процесс сублимации, выявив положительные и отрицательные аспекты этого воздействия.

2. Проанализировать современные формы культурного выражения, такие как виртуальное искусство и мемы, и их связь с процессом сублимации.

3. Определить роль сублимации в формировании социальных норм и организации культурного пространства, а также её влияние на гармонизацию общества в условиях технологических изменений.

Материал и методы. Для проведения данного исследования использовались научные статьи, книги по теме цифровой культуры, сублимации и её воздействию на

общество. Исследовались популярные цифровые платформы для выявления новых форм самовыражения и культурного обмена.

Результаты и их обсуждение. Сублимация – это одна из ключевых концепций, предложенных Зигмундом Фрейдом в рамках его теории психоанализа. Фрейд рассматривал сублимацию как процесс преобразования и перенаправления базовых инстинктов и непреодолимых желаний на высшие цели, в том числе творческие и социально приемлемые виды деятельности. Зигмунд Фрейд рассматривал внутренний мир человека как непростую систему из бессознательных желаний и инстинктов. Эти инстинкты, такие как стремление к удовольствию и агрессия, часто находятся в состоянии конфликта с моральными нормами общества и внутренними ценностями индивида. Фрейд утверждал, что подобные разногласия приводят к возникновению внутреннего напряжения, требующего разрешения. Здесь на сцену выходит сублимация как защитный механизм, который позволяет преобразовывать эту энергию в конструктивные и социально приемлемые формы [1].

Концепция сублимации Зигмунда Фрейда открывает широкие горизонты для понимания того, как внутренние психологические процессы влияют на развитие общества и культуры.

Культура служит одним из наиболее мощных инструментов, который человечество использует для трансформации и управления своими основными инстинктами и внутренними конфликтами. Процесс сублимации позволяет перенаправить эти противоречивые импульсы в художественное, научное или любое другое продуктивное творчество [3].

В искусстве сублимация проявляется наиболее ярко через такие направления, как живопись и скульптура.

Литература всегда была и остается зеркалом социальных и личных конфликтов, где авторы дают голос как личным, так и общественным дилеммам.

В музыке, как и в других формах искусства, также происходит сублимация человеческих переживаний.

Таким образом, культура играет ключевую роль в обеспечении возможности для индивидуума выразить свои внутренние переживания и разрешить конфликтные ситуации посредством сублимации [1].

Социальные нормы — это осознанные и неосознанные правила, ожидания и стандарты поведения, которые определяют, как индивид должен себя вести в конкретной социальной группе или обществе в целом.

Связь между сублимацией и социальными нормами заключается в том, что сублимация помогает индивиду удовлетворять свои личные психологические потребности посредством среды, определяемой социальными нормами. Благодаря этому процессу индивид не только адаптируется к общественным ожиданиям, но и может их трансформировать.

Таким образом, сублимация и социальные нормы находятся в постоянном взаимодействии. Сублимация как процесс преобразования личных импульсов в социокультурные достижения помогает индивидам вписаться в рамки общественных норм. В то же время, творческое самовыражение и новаторство через сублимацию

способствует эволюции самих социальных норм, открывая новые горизонты для культурного и общественного развития [2].

Цифровая эпоха представляет собой настоящий прорыв в истории человечества, оказывая значительное влияние на все аспекты жизни, в том числе на культуру и процесс сублимации. Рассмотрим основные плюсы и минусы современного цифрового влияния на культуру.

Плюсы:

1. Расширение доступа к информации.

Цифровая эпоха предоставляет беспрецедентные возможности для получения информации и культурного обогащения

2. Глобализация культуры.

Цифровая связь позволяет не только распространять, но и интегрировать культурные элементы из разных частей света.

3. Новые формы творчества.

Развитие технологий открывает двери для новой формы творчества и самовыражения.

Минусы:

1. Перенасыщение информацией.

Избыточное количество доступной информации может привести к информационному стрессу и затруднённости в выборе действительно значимых культурных ценностей

2. Потеря физического контакта.

Цифровое искусство и культура способствуют сокращению необходимости в физическом присутствии и взаимодействии с объектами искусства.

3. Эффект изолированности.

Несмотря на синхронизацию во времени и пространстве, которое даёт интернет, многие люди чувствуют себя культурно изолированными.

Современная культура развивается в условиях постоянного изменения технологического ландшафта, что способствует возникновению новых форм культурного выражения. Эти формы оказывают значимое влияние на процесс сублимации.

1. Подкасты. Этот формат обеспечивает доступ к уникальным историям и перспективам, которые могут послужить отправной точкой для сублимации личных впечатлений.

2. Виртуальное искусство и дизайн. Современные технологии открывают новые горизонты для сублимации художников, давая возможность использовать в своих работах интерактивные элементы, 3D-моделирование и эффект присутствия в виртуальной реальности.

3. Социальные сети и мемы. Мемы — это один из способов сублимации через юмор и иронию, создавая уникальную форму социальной критики и самовыражения.

4. Музыка и видео в интернете. Спонтанный, локальный успех новых музыкальных жанров и видеоформатов влияет на культурное многообразие.

Выводы:

1. Сублимация играет ключевую роль в формировании и поддержании социальных норм, помогая людям управлять своими внутренними импульсами и способствуя гармонизации общества.

2. Современная культура продолжает выполнять функцию сублимации, предоставляя каждому человеку пространство для самовыражения, развития и реализации своих скрытых потенциалов.

3. Процесс сублимации является важным элементом психогигиены, способствующим эволюции культуры и сохранению социальной стабильности.

4. Культура остаётся универсальным механизмом, который направляет человеческие инстинкты в созидательное русло, через что и продолжается развитие человечества.

Литература

1. Вошинчук А. Н. Трактовка концепции сублимации у Б. П. Вышеславцева / Гуманитарные науки: [сайт]. – 2011. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/traktovka-kontseptsii-sublimatsii-u-b-p-vysheslavtseva> (дата обращения: 04.02.2025).

2. Вошинчук, А. Н. Трактовка понятия «сублимация» в творчестве З. Фрейда и К. Хорни / София: электронный научно-просветительский журнал. - 2018. - № 1. - С. 3-7.

3. Культурология: Учебник / Под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высшее образование, 2007. – 566 с.