

<https://doi.org/10.47370/2078-1024-2023-15-2-156-161>  
УДК 316.37:[2-42:616-036.21]

Чамокова С.Т., Чамоков Э.В.

## ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ, САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ И ОБРАЩЕНИЕ К РЕЛИГИОЗНО-НРАВСТВЕННЫМ ЦЕННОСТЯМ КАК ОТВЕТ СОЦИУМА НА ВЫЗОВЫ ПАНДЕМИИ COVID-19

**Чамокова Сусанна Туркубиевна**

*кандидат исторических наук, доцент, доцент кафедры морфологии лечебного факультета медицинского института ФГБОУ ВО «Майкопский государственный технологический университет», Майкоп, Россия  
тел.: +7 (8772) 52 51 28*

**Чамоков Эльдар Вадимович**

*студент лечебного факультета медицинского института ФГБОУ ВО «Майкопский государственный технологический университет», Майкоп, Россия  
тел.: +7 (8772) 52 51 28*

### **Аннотация**

В работе проведен анализ основных вопросов индивидуализации, самоактуализации личности и возвращения к моральным и религиозным основам. Рассмотрен процесс осознания себя и возврата к морально-нравственным традициям в ключе основных верований как выход из сложной ситуации, вызванной пандемией. Переход от индивидуализации через самоактуализацию личности к основным базисным нравственным установкам и к религии, которая исторически выступает одной из основных хранительниц традиционных человеческих ценностей. Особое внимание уделено внешним вызовам пандемии COVID-19 и связанными с ней процессами изоляции, разобщенности социума, усиления страхов, тревожности, нарастающего недоверия и негативности мышления. Ответом на подобные реалии стало усиление интереса определенной части общества к религиозной тематике. В то же время, сама религиозная жизнь и практика также претерпели значительные изменения под влиянием ковидных ограничений и глобальных политико-экономических и психологических трансформаций социума. Подобный опыт обращения к религиозной сфере в тяжелые периоды жизни имеет огромное значение для сохранения базисных устоев исторической, культурной и этнической идентичности.

**Ключевые слова:** индивидуализация, самоактуализация личности, COVID-19, пандемия, ценностные ориентиры, религия, нравственные ценности, саморазвитие, религиозные традиции, культура, социум

**Для цитирования:** Чамокова С.Т., Чамоков Э.В. Индивидуализация, самоактуализация личности и обращение к религиозно-нравственным ценностям как

*ответ социума на вызовы пандемии COVID-19 // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2023. Том 15, № 2. С. 156-161. <https://doi.org/10.47370/2078-1024-2023-15-2-156-161>.*

---

Chamokova S.T., Chamokov E.V.

## INDIVIDUALIZATION, SELF-ACTUALIZATION OF A PERSONALITY AND APPEAL TO RELIGIOUS AND MORAL VALUES AS A RESPONSE OF SOCIETY TO THE CHALLENGES OF THE COVID-19 PANDEMIC

**Susanna T. Chamokova**

*Ph. D. (Hist.), Associate Professor, Department of Morphology, Medical Faculty, Medical Institute, FSBEI HE «Maikop State Technological University», Maikop, Russia*

*tel.: +7 (8772) 52 51 28*

**Eldar V. Chamokov**

*a student, Medical Faculty, Medical Institute FSBEI HE «Maikop State Technological University», Maikop, Russia*

*tel.: +7 (8772) 52 51 28*

### Abstract

The article analyzes the main issues of individualization, self-actualization of personality and return to moral and religious foundations. The process of self-awareness and return to moral traditions in the key of basic beliefs is considered as a way out of a difficult situation caused by a pandemic. The transition from individualization through self-actualization of the personality to the basic moral principles and to religion, which historically acts as one of the main guardians of traditional human values. Particular attention is paid to the external challenges of the COVID-19 pandemic and the processes of isolation, disunity of society, increased fears, anxiety, growing distrust and negative thinking associated with it. The response to such realities was the increased interest of a certain part of society in religious topics. At the same time, religious life and practice itself has also undergone significant changes under the influence of covid restrictions and global political, economic and psychological transformations of society. Such an experience of turning to the religious sphere in difficult periods of life is of great importance for us to preserve the basic foundations of historical, cultural and ethnic identity.

**Keywords:** individualization, self-actualization of a personality, COVID-19, pandemic, value orientations, religion, moral values, self-development, religious traditions, culture, society

**For citation:** *Chamokova S.T., Chamokov E.V. Individualization, self-actualization of a personality and appeal to religious and moral values as a response of society to the challenges of the COVID-19 pandemic // Vestnik Majkopskogo gosudarstvennogo tehnologičeskogo universiteta. 2023. Volume 15, No. 2. P. 156-161. <https://doi.org/10.47370/2078-1024-2023-15-2-156-161>.*

---

Политико-экономические изменения последних лет затрагивают всё население, приобретая подчас глобальный характер. Пандемия COVID-19 показала уязвимость

общества не только в плане здоровья. Ситуация, сложившаяся во всем мире и в частности у нас в стране, оказалась беспрецедентной по своей масштабности, но не столько с точки зрения заболеваемости, сколько по экономической сложности и психологической напряженности.

Напряжение вызывает сама ситуация самоизоляции и тяжесть протекания заболеваний, связанных с коронавирусом, которые во всем мире стали самодовлеющими. Когнитивная, эмоциональная и поведенческая составляющие населения стали сильно меняться и на первый план выступила тревога как основной показатель отношения к ситуации. Запускать тревогу в создавшейся ситуации могут различные факторы: страх заболеть, излишняя навязчивая осведомленность или неосведомленность благодаря СМИ, потеря работы и финансовые трудности, сам факт изоляции, невозможность вести привычной образ жизни, скука, а также кризис в межличностных отношениях. Тревога может иметь различные пути протекания. В одних случаях у людей срабатывают защитные механизмы, вытесняя переживания и не замечая их за счет защитных свойств психики от невыносимых переживаний. Такие люди продолжают обычный образ жизни, не соблюдают меры предосторожности, игнорируют сведения, удерживая свои убеждения, опираясь на свои когнитивные установки. У других людей могут возникнуть выраженные симптомы депрессии из-за вынужденного одиночества, негативная акцентуация личности по отношению к окружающим и их поведению, что может стать препятствием для дальнейшего социального взаимодействия [1].

Например, корейский психологический портал описывает семь источников кризисных переживаний в период пандемии: изоляция человека более 10 дней, иррациональный страх заражения, скука и разочарование, нехватка

продовольствия и предметов первой необходимости, недоверие официальным организациям (мысль о том, что нам не предоставляют всю информацию), негативное мышление [2].

В этих условиях часто в качестве ответа на вызовы пандемии выходит процесс индивидуализации, то есть познание себя в реалиях самоизоляции и социального дистанцирования, обращение «внутрь себя», стремление познать себя и свою человеческую природу в целом через механизмы рефлексии, наблюдения и анализа, оставаясь при этом полноценной частью общества.

Несомненно, в изменившихся реалиях у человека оказалось больше времени и посылка для осознания своей уникальности, для обобщения своего жизненного опыта, обращения к ценностным ориентирам. Именно индивидуализация стала одним из выходов для многих в период самоизоляции, болезни, дистанцирования, удаленной работы. Разобщенность направила людей на более детальное изучение своего потенциала, задатков, особенностей и возможностей.

Последующим этапом индивидуализации в пандемийный период выступила самоактуализация, которая явилась у многих продуктивной фазой процесса осознания себя с переходом к активным действиям. Самоактуализацию мы понимаем как процесс полного разворачивания личностного потенциала, раскрытие в человеке того лучшего, что заложено в нем природой, а также развитие способностей и талантов. Если в процессе индивидуализации человек осознает себя, анализирует, то в процессе самоактуализации он переходит к активным действиям. Таким образом, подразумевается как активная, так и пассивная самоактуализация.

В ковидный период мы наблюдали разные формы – от рукоделия, кулинарии, ремесленных поделок до психологических тренингов, учебы и обращения к

религиозным постулатам. Всё то, на что раньше не было времени, теперь превратилось в отдушину, а часто даже просто спасение от нарастающей тревожности и негативных последствий самоизоляции.

Необходимо помнить, что неизменно условиями самоактуализации служит личностное здоровье и потребность к самоактуализации. Во время пандемии присутствуют оба эти условия. Как раз таки здоровье, как общее, так и психологическое, было поставлено под угрозу. Это позволило людям осознать важность самого здорового состояния, найти причины возникновения проблем, обратиться к профилактике, понять какую опасность психологическому состоянию создали возникшие в период COVID-19 риски. Ограничительные меры подтолкнули многих людей к саморазвитию. Под натиском внешних условий возникла потребность к самоактуализации, так как это был реальный выход из сложной жизненной ситуации, затрагивающей все сферы жизни человека – от экономической до психической.

В процессе индивидуализации в период COVID-19 люди не могли обойти своим вниманием философские вопросы, ставшие особо актуальными. Это вопросы жизни и смерти, здоровья и болезни, принятия или отторжения действительности, дистанцирования или включения себя в происходящие процессы, приверженность атеистическим или религиозным воззрениям. Развитие индивидуализации и самоактуализации в этот период привело определенное количество людей к обращению к традиционным нравственным устоям и к религии, как к исторически сформировавшейся фундаментальной основе моральных ценностей. В этом они видели выход из тяжелой политико-экономической и психологической ситуации.

На протяжении многих веков религия оказывала огромное влияние на политические, экономические, культурные и

социальные области развития общества. Она выступала нравственным ориентиром, сохраняя традиционные ценности и единоверную общность. Поэтому неудивительно, что в период сложных месяцев пандемии, осмысляя философские вопросы жизни, некоторые вернулись к забытым верованиям, а другие только открыли для себя этот мир. Часть людей в процессе саморазвития захотела пополнить свои знания о религиозных учениях и культах. Речь идет необязательно о ярых последователях религии, подчеркивается общий возросший интерес к религиозной тематике как к пути выхода из психологического кризиса и ситуации тревожности.

Не следует забывать, что пандемия повлияла и на деятельность самих религиозных общин по всему миру. Наиболее известные меры, введенные в марте 2020 года сразу после признания эпидемии COVID-19 пандемией, – ограничение крупных собраний, коллективных молитв, паломничеств, физического контакта, участия большого количества родных и близких при захоронении умерших от вирусного заболевания с целью избегания и приостановки вирусной передачи.

Самой большой угрозой для религии, которая пандемия принесла с собой, стало разрушение коллективного единства в период служб, размывание чувства не снижаемого социального единства и социальной природы всех мировых религий. Установление связей в физическом мире дает сильное чувство общности, которое является краеугольным камнем религиозных традиций во всем мире, облегчая принятие и соблюдение религиозных обычаев. Ведь общеизвестно, что физически близкое присутствие других людей, которые следуют тем же религиозным правилам, постам, молитвам или, по крайней мере, понимают и уважают их, придает более сильное чувство общности, помогает облегчить соблюдение многих правил и традиций. В период же

пандемии просмотр выступлений религиозных лидеров или религиозных событий и праздников в одиночку или в ограниченном окружении требует меньшего внимания, чем личное посещение церкви, мечети и др.

Необходимость молиться в одиночку или в узком кругу семьи, отказ от всех событий в религиозных календарях и паломничества способствовали в период пандемии выбору людей в сторону индивидуализма. Но чувство общности, которое дает любая религия верующим, легче создается и укрепляется, когда общество их последователей находится вместе, нежели, как в период пандемии, в режиме онлайн – то есть по ту сторону экрана ноутбука. Можно предположить, что верующие всех без исключения религий в постпандемическую эпоху более глубоко оценят общинный характер своей веры и религиозных практик.

Исходя из этого думается, что пандемия COVID-19 изменила и еще будет преобразовывать многие аспекты религии, религиозной жизни верующих, их ритуальные практики. С одной стороны, можно гипотетически предположить, что фаталистическое понимание может поддерживать пассивное отношение и удерживать людей от действенных решительных шагов, эвакуации из опасной зоны или принятия мер по обеспечению готовности к пандемии и в целом к бедствиям. С другой стороны, толкования и трактовки, основанные на вере, как мы увидели, помогают людям лучше осознать свою уязвимость, причем уязвимость своего физического, социального здоровья, личной, материально-финансовой безопасности, одновременно предоставляя основания для методов смягчения последствий [3]. Ограничения 2020–2021 годов ясно и наглядно показали, как «пандемийная реальность» жестко вторгается в религиозную жизнь сообществ и личности, изменяя и преобразовывая устоявшиеся тысячелетиями формы реализации

религиозной практики и религиозных традиций.

Для анализа нашей проблемы представляет интерес обращение к религии как к поиску способа преодоления тревоги, стресса в кризисных ситуациях. Причем так было всегда на протяжении всей истории человечества. Наглядно проиллюстрировала это и пандемия последних лет. Под натиском внешних обстоятельств человек приходит через индивидуализацию к осознанию своей ценности, роли в этом мире, далее в процессе самоактуализации часто переходит к активным действиям, чтобы внести свой вклад в общее дело и не чувствовать своей оторванности от общества [4].

Решить все эти задачи в период пандемии и изоляции можно через обращение к нравственно-традиционным основам через религию, которая, несомненно, представляет общее большое дело, одно из магистральных направлений человеческой культуры и социума. Причем, приобщение к этому направлению в период ограничений было разнообразно – от простого интереса к истории конфессий и религиозной литературе до индивидуального отправления культов и религиозных праздников. Для определенного количества людей это было спасением от нарастающей тревожности и реальным ответом на вызовы пандемии. Особенно важно продолжать изучать подобный опыт внимания общества к религиозной тематике, так как сфера религиозных верований, как мы знаем, тесно связана с культурным кодом народа, традиционным укладом, менталитетом и многовековой историей [5]. В современном изменяющемся мире дальнейшее развитие и прогресс общества невозможны без фундаментальной основы в виде традиционных ценностей с религиозной составляющей, закрепляющей основные морально-нравственные принципы и ценностные ориентиры, проверенные временем.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Соколовская Т.А., Бахадова Е.В. Тревожность и самоактуализация личности как эмоциональный когнитивный и поведенческий ответ на самоизоляцию в период COVID-19: новые вызовы для общественного здоровья // Научное обозрение. Медицинские науки. 2020. № 3. С.64–70.
2. Источник: <https://wonderfulmind.co.kr/seven-psychological-consequences-of-the-coronavirus-crisis/>
3. Мчедлова М.М. Религия в современной России: события и дискурсы пандемии: монография / М.М. Мчедлова [и др.]; под ред. М. М. Мчедловой; РУДН; ФНИСЦ РАН. Москва: РУДН, 2021. 352 с.
4. Соловых О.В. О теоретических аспектах самоактуализации личности // Вестник Оренбургского государственного университета. № 6, 2011. С. 25–29.
5. Чамокова С.Т. Религия адыгов: генезис, динамика развития IV–XVI вв.: историко-социологический аспект. Майкоп, 2013. 63 с.

**REFERENCES:**

1. Sokolovskaya T.A., Bakhadova E.V. Anxiety and self-actualization of a personality as an emotional cognitive and behavioral response to self-isolation during COVID-19: new challenges for public health // Scientific Review. Medical Sciences. 2020. Iss. 3. P. 64–70.
2. [https://wonderfulmind.co.kr/seven-psychological-consequences-of-the-coronavirus-crisis.](https://wonderfulmind.co.kr/seven-psychological-consequences-of-the-coronavirus-crisis/)
3. Religion in modern Russia: events and discourses of the pandemic: a monograph / M.M. Mchedlova [et al.]; ed. by M.M. Mchedlova. Moscow: RUDN, 2021. 352 p.
4. Solovykh O.V. On the theoretical aspects of a personal self-actualization // Bulletin of Orenburg State University. 2011. No. 6. P. 25–29.
5. Chamokova S.T. Religion of the Adyghes: genesis, dynamics of the development in IV–XVI centuries: a historical and a sociological aspects. Maikop, 2013. 63 p.