Полезна ли чрезмерная целеустремленность?

Егорова Ю.А.

ГОУ ВПО "Камская государственная инженерно-экономическая академия" (филиал в г.Чистополе)

Ежедневно мы стремимся к чему-либо, проявляя волю и настойчивость в достижении малых и больших целей. Жизнь как достижение целей сегодня, по мнению В.Н.Дружинина, является основным вариантом индивидуального существования людей в цивилизованном мире. Многие ученые считают, что в развитии и саморазвитии целеустремленности личности содержится действенное средство решения общественных и личных проблем.

Однако, кроме знания плюсов, субъект саморазвития должен понимать и отрицательные последствия чрезмерной целеустремленности, накладывающей свой отпечаток на сознание, восприятие, память, мышление, эмоции, воображение и поведение субъекта целедостижения. В частности, «проходя через «призму» цели, мир упрощается и становится черно-белым: в нем есть лишь средства и препятствия, люди полезные и люди бесполезные, соратники и враги, успехи и неудачи»; «целеустремленный человек так поглощен деятельностью, что не замечает жизни в бытовом, общечеловеческом понимании этого слова»; «целедостижение препятствует фантазии... Не может быть многообразия субъективных образов будущего, если мы стремимся к некоторому однозначному результату... Возникает феномен «сужения зоны поиска» и «зашоренного сознания» [1].

Субъект целедостижения:

1. Ориентирован в основном на будущее, нежели на настоящее. Жизнь целеустремленного человека трактуется В.Н.Дружининым как непрерывное достижение, «погоня за горизонтом». «Достижение цели обесценивает ее, и на горизонте маячит новая, еще более привлекательная цель...» [1].
2. Упускает из виду другие цели, перспективы, варианты. Неслучайно целеустремленность называют упертостью.

По мнению Д. Траута: «Когда вы устанавливаете цель для самого себя, вы надеваете себе шоры на глаза. Вы теряете возможности, которые не стоят «в основной последовательности. ... общая ошибка... это постановка персональной цели и из-за этого неспособность видеть другие возможности по мере их развития... Когда вы устанавливаете цель для себя, вы лишаете себя загадки и волнующей непредсказуемости жизни» [2].

3. Чрезвычайно перенапряжен. «Цель как предполагаемый и желаемый результат действия требует постоянного напряжения сил» [1]. Канадские психологи Грегори Миллер и Карстен Врош утверждают, что чрезмерная целеустремленность вредит здоровью, ослабляет организм [3]. «Цели ... порождают психоз. Чем больше человек устремлен к цели, тем неврастеничнее он становится» (Сан Лайт). Крайней целеустремленностью, настойчивостью и последовательностью в достижении поставленных целей, по З.Фрейду, отличаются лица с параноидным типом акцентуации характера (параноидной психопатией) [1]. Приводит к перенапряжению и наличие нескольких целей одновременно (А.В. Курпатов).

Следовательно, целеустремленность будет полезной только в том случае, если субъект целедостижения будет придерживаться следующих принципов:

1. Не терять связь с реальностью. Д.Трамп советует: «Держите глаза открытыми. Не запирайте себя внутри цели» [2].
2. Не перенапрягаться.
3. Быть гибким, открытым для других вариантов. «Успех зависит от того, как вы реагируете на неожиданные возможности... Вы не должны стремиться только к одной узкой цели. Деньги, власть, должность, признание, счастье и друзья обычно появляются одновременно» [2].

Если цель недостижима, разумно от нее отказаться или заменить другой. Это одно из самых «здоровых» качеств человека, по мнению психологов [3].

4. Иметь целевые приоритеты. «Если мы поддерживаем на плаву сразу несколько целей, мы растрачиваем себя впустую»; «...перестаем отличать действительно важное от пустого и ненужного» (А.В.Курпатов). «Нельзя достигать сразу многих целей одновременно, так как жизнь линейна и время является вектором, стрелой, направленной из прошлого в будущее через настоящее. Для человека нет второго, параллельно текущего времени и, соответственно, других параллельных целей. Достигать их можно лишь последовательно - одну за другой» [1].

Важно понимать - чрезмерная целеустремленность неоптимальна. Это не означает, что субъекту целедостижения не следует добиваться достижения целей, нужно лишь не ставить ложных.

Литература

1.Дружинин В.Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии / В.Н.Дружинин. – М.: ПЕР СЭ; СПБ: ИМАТОН-М, 2000.

2.Траут Д. Чувство лошади [Электронный ресурс] / Д.Траут // Режим доступа: http://www.polbu.ru/trout_horse/, свободный.

3.Чрезмерная целеустремленность вредит здоровью [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.passion.ru/?go=6767&s=begun&_openstat=YmVndW4ucnU7NDhmZmQ0MzI7OGVjNT