

ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
"Запорізький інститут державного та муніципального управління"

**ОРЛОВА Ольга Ігорівна**



УДК 316.61:008(0-66)

**РЕЛАКСАЦІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ТЕХНОЛОГІЧНА  
ФУНКЦІЯ СУЧАСНОЇ КУЛЬТУРИ**

22.00.04 – спеціальні та галузеві соціології

**Автореферат**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата соціологічних наук

Запоріжжя – 2007

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана на кафедрі соціології та соціальної роботи Гуманітарного університету "Запорізький інститут державного та муніципального управління".

**Науковий керівник:** доктор соціологічних наук, професор  
**Скідін Олег Леонідович**,  
Гуманітарний університет "Запорізький інститут державного та муніципального управління", професор кафедри соціології та соціальної роботи, проректор-директор Енергодарського інституту державного та муніципального управління ГУ "ЗІДМУ".

**Офіційні опоненти:** доктор соціологічних наук, професор  
**Подшивалкіна Валентина Іванівна**,  
Одеський національний університет імені І.І. Мечнікова, завідувач кафедри загальної та соціальної психології, м. Одеса;

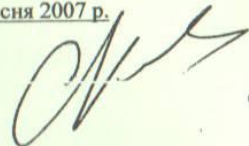
доктор соціологічних наук, професор  
**Судяков Володимир Іванович**,  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, завідувач кафедри теорії й історії соціології, м. Київ.

Захист відбудеться "26" жовтня 2007 р. о 14 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 17.127.02 при Гуманітарному університеті "Запорізький інститут державного та муніципального управління" за адресою: 69002, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 70 б.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Гуманітарного університету "Запорізький інститут державного та муніципального управління" за адресою: 69002, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 70 б.

Автореферат розісланий "25" вересня 2007 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради



С.Л. Каташев

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми.** Поява якісно нових тенденцій розвитку сучасної цивілізації, що виявляються в суперечливих процесах економічної, політичної та культурної глобалізації, є характерною ознакою кінця ХХ – початку ХХІ ст. У сучасному глобалізованому світі дедалі відчутнішою стає напруженість ритму суспільного життя, виникають нові ризики, зумовлені інтенсивним розвитком комунікацій, швидким поширенням інформації та впровадженням інновацій.

На початку ХХІ ст. інтенсивна інтелектуалізація, перетворення науки на безпосередню виробничу силу, посилення взаємовпливу і взаємодій різних культур, демократизація міжкультурних комунікацій легітимізували соціальні запити на інноваційну і творчу діяльність людини в усіх сферах її життя.

Культурна глобалізація кардинально змінює способи й моделі поведінки людей. Сучасна людина повинна вміти швидко та гнучко адаптуватися до динамічних соціальних змін, активно діяти в умовах конкуренції на ринку праці, володіти кількома мовами, постійно вдосконалювати та розвивати свої фізичні й інтелектуальні можливості, активно використовувати накопичений соціокультурний досвід з метою забезпечення ефективності своєї діяльності в ситуаціях ризику. Багато вчених і фахівців констатує, що сучасні люди живуть у режимі сильних психоемоційних перенавантажень. Підтвердженням цього є численні наукові дискусії про "межі людських можливостей" та "майбутнє природи людини". Саме тому в сучасній соціології особливої актуальності набули наукові дослідження технологічного потенціалу сучасної культури, спрямовані на з'ясування специфіки тих її технологічних функцій, які безпосередньо пов'язані з підтримкою діяльних можливостей і здібностей людини, та збереження режиму її функціональної автономності. Такою є й релаксційна технологічна функція культури.

Науковий інтерес до феномену релаксації як процесу індивідуального та колективного зняття напруження й розслаблення формувалася ще за античних часів. Упродовж століть учені досліджували різні способи досягнення релаксційного ефекту, а в самій культурі йшов інтенсивний пошук технологічних способів і засобів релаксації. І тільки у ХХ ст. науковці усвідомили обмеженість біологічного та психофізіологічного підходів до вивчення феномену релаксації. Зокрема, було з'ясовано, що релаксційні практики формують свій особливий культурний ареал – альтернативу стереотипізованим та жорстко регламентованій культурі повсякденного життя.

У роботах П. Бергера, Г. Блумера, Ж. Бодрійяра, В. Бурлачука, М. Вебера, Ю. Габермаса, І. Гофмана, М. Дугласа, Г. Зіммеля, О. Злобіної, О. Золотухіної-Аболіної, П. Коннертона, А. Кравченка, Б. Малиновського, Дж. Міда, В. Пилипенка, В. Подшивалкіної, А. Редкліф-Брауна, А. Ручки, Н. Соболевої, В. Судякова, Т. Титаренко, З. Фрейда, М. Фуко, Й. Хейзінги, А. Шюца, К. Юнга та інших представлено результати наукових досліджень структури і суперечностей повсякденних практик; вказано на важливість наукового вивчення релаксації як

спеціалізованої функції культури; звернено увагу на необхідність дослідження соціокультурних детермінант індивідуального й колективного типів релаксації, її конструктивних та девіантних проявів. У більшості наукових праць наголошується на перспективності наукового аналізу релаксації як соціокультурного феномену і як технологічної функції сучасної культури. Незважаючи на вищезазначене, кількість спеціальних соціологічних робіт з цієї теми недостатня.

Суть наукової проблеми, дослідженню якої присвячена дисертація, – відсутність цілісних концептуальних уявлень про соціокультурний, функціональний і соціально-технологічний статус релаксації в сучасній соціології культури.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційна робота виконана в контексті науково-дослідної теми кафедри соціології та соціальної роботи Гуманітарного університету “Запорізький інститут державного та муніципального управління”: “Особливості суспільних перетворень в сучасному українському суспільстві” (номер державної реєстрації 0106U000729). Автор зробила свій внесок у справу, здійснивши розробку нового соціологічного підходу, котрий дав змогу розкрити специфіку релаксації як соціального феномену і як технологічної функції сучасної культури.

**Мета і завдання дослідження.** *Мета дослідження* – розробка наукового підходу, який дав би змогу розкрити специфіку теоретико-методологічної стратегії соціологічного дослідження релаксації як технологічної функції сучасної культури, а також з'ясувати особливості соціокультурної детермінації та технологічної репродукції індивідуального й колективного типів релаксаційних практик.

Реалізація сформульованої мети передбачала розв'язання таких завдань:

- конкретизувати сучасні наукові уявлення про культуру як соціальне явище й охарактеризувати зміст її технологічних функцій;
- дати оцінку сучасним концептуальним підходам щодо дослідження феномену релаксації як технологічної функції сучасної культури;
- з'ясувати специфіку соціокультурної детермінації релаксаційних практик;
- дослідити особливості тілесної релаксації як типу індивідуальної релаксації, а також виділити й охарактеризувати її основні технологічні різновиди;
- розкрити релаксаційний потенціал ритуалу, свята, гри та подорожі як культурних проявів колективного типу релаксації.

*Об'єкт дослідження* – культура як поліфункціональний інтегральний процес відтворення людського життя.

*Предмет дослідження* – релаксація як соціально-технологічна функція сучасної культури.

*Методи дослідження.* У роботі використані загальнонаукові методи, а також спеціалізовані методи збору, аналізу та інтерпретації соціальної інформації, зокрема, метод структурно-функціонального аналізу при дослідженні соціокультурного статусу релаксації та з'ясуванні специфіки її соціокультурної детермінації, а також статистичні

методи, які спрямовані на формування показників, котрі фіксують основні напрями розвитку сучасних релаксаційних практик.

*Теоретико-методологічною основою* дисертації є праці вітчизняних і зарубіжних учених, присвячені з'ясуванню соціокультурного змісту феномену релаксації та специфіки індивідуальних і колективних релаксаційних практик.

**Наукова новизна одержаних результатів.** У дисертації вперше здійснено розробку нового соціологічного підходу, який дав змогу розкрити специфіку релаксації як соціального феномену і як технологічної функції сучасної культури, а також з'ясувати особливості соціокультурної детермінації та технологічної репродукції індивідуального й колективного типів релаксаційних практик. Робота в межах заявленого підходу дала змогу досягти таких наукових результатів:

- отримано нові докази обґрунтування значущості актуалізації технологічного підходу щодо дослідження культури як соціального явища й охарактеризовані її технологічні функції;

- уперше аргументовано теоретико-методологічну стратегію вивчення соціально-технологічного статусу релаксації, яка базується на врахуванні функціональних і дисфункціональних характеристик різних технологічних засобів релаксації, з'ясуванні специфіки соціокультурних детермінант релаксаційних практик, вивченні функціональної диференціації релаксаційних практик у аспекті їх розмежування на індивідуальний і колективний типи релаксації;

- обґрунтовано розуміння релаксації як специфічного фізіологічно та культурно детермінованого процесу нервово-м'язового розслаблення, пов'язаного з цілеспрямованими технологічними діями людей для актуалізації потенціалу різних релаксантів як специфічних культурних артефактів;

- з'ясовано дві головні особливості специфіки прояву соціокультурної детермінації релаксаційних практик – подієву артикульованість релаксаційних практик та їх багатомірну модальність;

- встановлено й аргументовано, що основним типом індивідуальної релаксації є тілесна релаксація, а її технологічними засобами здійснення – емоційна тілесна релаксація й медитативна тілесна релаксація;

- доведено, що колективному типу релаксації властива своя культурна детермінація і свої технологічні способи формування релаксаційного ефекту за допомогою актуалізації релаксаційного потенціалу ритуалу, свята, гри, подорожі.

**Практичне значення одержаних результатів** визначається значущістю розробки нового соціологічного підходу, який дав змогу розкрити специфіку релаксації як соціального феномену і як технологічної функції сучасної культури, а також з'ясувати особливості соціокультурної детермінації та технологічної репродукції індивідуального та колективного типів релаксаційних практик.

Положення і висновки дисертації можуть бути використані при розв'язанні подальших науково-теоретичних завдань, пов'язаних із дослідженням технологічного

статусу сучасної культури, а також із вивченням змісту індивідуальних і колективних релаксаційних практик. Матеріал дисертаційної роботи може стати інформаційним джерелом для розробки загальних і спеціалізованих лекційних соціологічних курсів для студентів-соціологів, соціальних психологів, культурологів.

**Апробація результатів дисертації.** Положення і висновки дисертації були представлені автором у доповідях на наукових конференціях: Міжнародній науково-практичній конференції “Тиждень науки в ГУ “ЗІДМУ” (Запоріжжя, 2003 р.), IV Міжнародній науково-практичній конференції “Психологічна наука і практика: соціально-психологічні проблеми удосконалення організаторської діяльності” (Київ, 2005 р.), Міжнародній науково-теоретичній конференції “Трансформація політичних систем на постсоціалістичному просторі” (Київ, 2006 р.), VI Міжнародній науковій конференції “Модернізація системи вищої освіти відповідно до Програми розвитку освіти в Україні на 2005-2010 роки” (Судак, 2006 р.), Міжнародній науково-практичній конференції “Дні науки в ГУ “ЗІДМУ”: “Соціальні та психологічні особливості інституціональних змін в сучасній Україні” (Запоріжжя, 2006 р.), XV Міжнародній науковій конференції молодих науковців “Наука і вища освіта” (Запоріжжя, 2007 р.), Науково-практичній конференції “Менеджмент у сучасній освіті” (Львів, 2006 р.), Міжнародна науково-практична конференція “Від конфлікту до порозуміння: теорія і практика громадянського суспільства” (Львів, 2007 р.).

**Публікації.** За темою дисертації опубліковано у фахових виданнях, затверджених ВАК України, – 3 статті; в інших наукових збірниках – 5.

**Структура дисертації** зумовлена метою й основними завданнями дослідження. Робота складається зі вступу, двох розділів, поділених на шість підрозділів, висновків, списку використаних джерел. Повний обсяг роботи – 191 сторінка (175 сторінок – основний текст; 16 сторінок – список використаних джерел, що містить 243 позиції, 33 з яких іноземними мовами).

### ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обгрунтовано актуальність теми дисертації, висвітлено ступінь наукового опрацювання теми, сформульовано мету й завдання дослідження, розкрито наукову новизну, практичне значення одержаних результатів, подано інформацію про апробацію результатів дослідження.

Перший розділ – *“Теоретичні основи наукового розуміння релаксації як соціокультурного феномену і його соціально-технологічного статусу”* – включає три підрозділи. У підрозділі 1.1. *“Аналітичний огляд основних наукових напрямів дослідження феномену релаксації й обгрунтування його соціокультурного статусу”* охарактеризовані основні концептуальні підходи, а також проаналізовані основні наукові джерела, світоглядно, теоретико та методологічно цінні для формування авторської дослідної стратегії у вивченні релаксації як соціокультурного явища й технологічної функції культури.

У підрозділі 1.2. *“Культура як суспільне явище і специфіка її технологічних функцій”* підкреслено, що культура – явище надзвичайно багатоліке як за характером, так і за формами свого вираження та функціонування. У дисертації проаналізовані соціологічні підходи до вивчення специфіки культури З. Баумана, Е. Гіденса, Ф. Знанецького, В. Іванова, В. Кутирьова, Б. Малиновського, Д. Марковича, Дж. Масіоніса, Дж. Мердока, Р. Мертона, А. Редсліфф-Брауна, П. Сорокіна, Т. Парсонса, В. Подшивалкіної, Р. Робертсона, А. Ручки, К. Сарингуляна, Н. Смелзера, В. Судакова, В. Харчевої та інших.

У XX ст. розробка наукової соціологічної теорії культури здійснювалася на основі вивчення структурних і динамічних чинників культурного розвитку, які в цілому формували суперечності різноспрямованих, “генералізуючих” й “індивідуалізуючих” (доленосних для конкретного суспільства та людини) контекстів культурного розвитку.

Сучасний процес культурної глобалізації посилює культурну дифузію, створюючи нові стимули для з’ясування технологічного статусу культури. Важливо враховувати те, що в практичному аспекті культура є цілісним технологічним комплексом як поточних процесуальних, так і інтегральних результуючих тенденцій суспільно-історичної практики. Тому для подальшої наукової розробки перспективним є розуміння культури як технології відтворення людського життя, що зумовлює актуалізацію питання технологічного статусу культури та її технологічних функцій.

У дисертаційній роботі виділено й охарактеризовано такі спеціалізовані технологічні функції культури: гарантування безпеки, інноваційно-творчу (креативну), комунікативну, сигніфікативну, нормативну, редакційну. Доведено також, що при з’ясуванні специфіки релаксаційної технологічної функції культури важливо виходити з реалістичної передумови: перебування людей виключно в стані творчого напруження унеможливорює їхню життєдіяльність. Відповідно до цього релаксаційна технологічна функція культури – це функція зняття індивідуальної, колективного напруження в системах діяльності та поведінки соціальних суб’єктів. Таке розуміння створює нові стимули для наукового з’ясування технологічного статусу релаксації.

У підрозділі 1.3. *“Проблема формування наукової стратегії дослідження релаксації як технологічної функції сучасної культури”* наголошується на парадоксальній ситуації: з одного боку, підкреслюється важлива роль соціально-технологічних чинників релаксації в житті як окремої людини, так і соціальних груп; з іншого – незважаючи на свою функціональну значущість, соціально-технологічні чинники релаксації ще не стали об’єктом серйозних наукових розробок. У сучасній соціологічній науці спроба змістовної характеристики релаксації як функції культури наявна тільки в роботі “Загальна соціологія” (Москва, 2002) російського соціолога А. Кравченка.

У дисертації виділено раціональні сторони, а також проаналізовано певні недоліки запропонованої раніше теоретико-методологічної стратегії дослідження релаксації як функції культури. Зокрема, указано на нечіткість визначень феномену релаксації. Тлумачення релаксації як “мистецтва фізичного та психічного розслаблення, розрядки”

є термінологічним визначенням релаксації, яке не пояснює “навіщо” і “чому” виникає об’єктивна й суб’єктивна потреба в релаксації. Не розкриваються також причини індивідуального та громадського інтересу до культивування релаксаційних практик і наполегливого технологічного пошуку, апробації й використання різноманітних засобів релаксації (релаксантів). Звернено увагу на те, що в сучасній енциклопедичній літературі з психології при загальній характеристиці терміна “релаксація” наголошується на статусі релаксації як особливого стану людини і специфічного типу діяльності, який за своїми процесуальними особливостями й за характером наслідків пов’язаний із зняттям нервово-м’язового напруження.

У дисертації запропоновано авторське розуміння релаксації як специфічного фізіологічно і культурно детермінованого процесу нервово-м’язового розслаблення, пов’язаного з цілеспрямованими технологічними діями людей щодо актуалізації потенціалу різних релаксантів як специфічних культурних артефактів, обґрунтовано необхідність урахування як функціонального, так і дисфункціонального статусу різних технологічних засобів релаксації. Спираючись на ключові положення наукових праць Я. Гілінського, А. Дмитрієва, А. Сичова та інших, доведено, що в цілому функціональні та дисфункціональні характеристики різних технологічних засобів релаксації зумовлюються складною системою соціокультурних детермінант.

Другий розділ – “Функціональна диференціація релаксаційних практик у сучасній культурі і технологічні механізми їх репродукції” – включає три підрозділи. У підрозділі 2.1. “Специфіка соціокультурної детермінації релаксаційних практик” як гіпотезу сформульовано таке: соціокультурна детермінація релаксаційних практик є спеціалізованим процесом конституювання релаксаційних практик, що характеризується двома особливостями: по-перше, специфічною подієвою артикульованістю релаксаційних практик; по-друге, їхньою багатомірною модальністю.

У підрозділі надана змістовна аргументація запропонованої гіпотези. Урахування обставини специфічної подієвої артикульованості релаксаційних практик дало змогу з’ясувати, що власне потреба в релаксації зумовлена потребою людини в пошуку певних способів подолання рутинності повсякденного життя. Саме тому релаксаційні акти індивідуального та колективного характеру актуалізуються в культурі через певні події. З метою конкретизації цієї позиції було уточнено концептуальні уявлення про подієву структурованість суспільного життя людей.

У роботі розглянуто особливості функціоналістського (Р. Мертон, Т. Парсонс й інші) та конструктивістського (П. Бергер, І. Гофман, Т. Лукман, А. Шюц та інші) підходів до розуміння події як специфічного соціального феномену. Також обґрунтовано положення, що в просторово-часових координатах конкретної події релаксаційні практики виступають найважливішими технологічними способами не тільки досягнення стану розслаблення, а й спеціалізованими засобами самовираження людей у стані розслаблення, що дає їм змогу долати рутинний пресинг різноманітних суперечностей повсякденного життя.

У дисертації доведено, що специфічним чинником соціокультурної детермінації релаксаційних практик, який відображає певні варіативні способи їхніх індивідуальних і колективних репрезентацій, є багатомірна модальність; що основні способи таких репрезентацій здійснюються в межах шістьох модальних триад.

У першій каузально-ймовірнісній триаді “необхідно – можливо – неможливо” ідеться про те, що в буденному житті люди, як правило, знають, що є необхідним, що можливим, а що – недосяжним. Допоки вони залишаються в межах звичної повсякденності, доти з ними нічого незвичайного не відбувається. Потреба в релаксації актуалізується, коли необхідність починає відкидатися (наприклад, необхідність щоденної одноманітної праці), а неможливе стає здаватися можливим (піти в позапланову відпустку тощо).

Друга модальна нормативно-етична триада “належне – дозволене – заборонене” лежить в основі самої потреби людини у формуванні та виправданні певних моделей поведінки в ситуаціях, пов’язаних із релаксацією.

Аксіологічна триада “цінне – малоцінне – нецінне” має особливу значущість при врахуванні чинника варіативності у виборі засобів релаксації. Вочевидь, слід враховувати вплив сучасних динамічних культурних змін на плінність “цінного” в суспільстві (може швидко знецінюватися). Так, у деяких країнах Західної Європи знецінено норму соціальної заборони на вживання наркотиків і легалізовано “право” дорослих людей на споживання “легких” наркотиків (прокламується як нова соціальна цінність).

Близькою за своїм змістом до аксіологічної триади є четверта епістемічна триада “знання – уява – незнання”. Відомо, що в процесі життєдіяльності люди постійно відчують потребу в різноджерельній достовірній інформації. При цьому можливості отримання такої інформації в людей, що належать до різних соціальних груп, різні. Проте наслідком діяльній орієнтації людини на поповнення “інформаційних прогалів” може бути формування різнорідного релаксаційного ефекту.

Просторові та часові модальності, виражені в таких триадах, як “тут – там – будь-де” та “минуле – сьогодні – майбутнє”, формують специфічні умови здійснення релаксаційних практик у певних просторово-часових координатах. Так, “утомившись від життя”, людина з метою розслаблення прагне перемістити себе в незвичні просторові та часові координати. У підрозділі показано, що просторові та часові модальності дають змогу ідентифікувати процеси модернізації різних технологічних засобів релаксації, що вони є об’єктивними чинниками функціональної диференціації релаксаційних практик за двома типами: індивідуальними та колективними релаксаційними практиками.

У підрозділі 2.2. “Тілесна релаксація як тип індивідуальної релаксації: специфіка та технологічні різновиди” зазначено, що тілесна релаксація є складним феноменом, який має не тільки свою біологічну та психофізіологічну основу, а й комплексну соціокультурну зумовленість, що відображається в змісті поняття “тілесність”. Щоб

правильно зрозуміти суть тілесної релаксації, необхідно розрізнати зміст понять “тілесна релаксація” і “нервово-м’язова релаксація”. Поняття “нервово-м’язова релаксація” (згідно з Е. Джекобсоном, Дж. Лакроуза, І. Шульцем та іншими) має вузький концептуальний обсяг і змістовно відображає психофізіологічну основу тілесної релаксації. Не можна не відзначити роботи представників тілесно орієнтованої психотерапії (О. Газарової, А. Лоуена, Г. Лувсана, В. Райха, К. Хорні та інших), а також соціологічні праці Ж. Бодрійяра та М. Фуко, які наголошували на важливості подолання репресивно-насильницького ставлення людини до свого тіла, що зустрічається в культурах багатьох народів. Саме тому за основними параметрами своєї цільової орієнтації тілесна релаксація є функціонально орієнтованою на позитивне розуміння “мови тіла”, його потреб, спонукальних стимулів; виступає дієвим засобом нейтралізації больових відчуттів; у цілому знаменує об’єктивно назрілі потреби у формуванні й утвердженні нових способів ставлення людини до свого тіла, тобто формування якісно нової культури гармонійного співіснування людини зі своїм тілом.

Важливість урахування чинників прогресу в сучасній медицині та позамедичних галузях знань є очевидною. Особливо ця тенденція простежується під час аналізу індивідуальної тілесної релаксації, яка має два основні технологічні способи здійснення: емоційну тілесну релаксацію й медитативну тілесну релаксацію.

Емоційна тілесна релаксація забезпечує розслаблення нервово-м’язової системи людини через цілеспрямоване застосування спеціалізованих засобів безпосереднього впливу на відчуття й емоції людини. Ураховуючи, що сам реєстр цих засобів у сучасній культурі є різноманітним, у роботі з’ясовані особливості актуалізації потенціалу таких засобів релаксації, як алкоголь, наркотики, секс, сміх, плач, музика, театр, танець, масаж, акупунктура тощо.

Медитативна тілесна релаксація забезпечує розслаблення нервово-м’язової системи людини шляхом цілеспрямованого використання спеціалізованих засобів раціоналізації почуттів і емоцій людини. У роботі наголошується на різнодумчаченні терміна “медитація”. Зважаючи на цю інформацію та посилаючись на характеристики медитації Далай-Лами XIV, В. Норбекова, Н. Озанця, Сан Лайта та інших, було запропоновано розуміння медитації як специфічного способу комунікації людини з навколишнім світом, що забезпечує зняття напруження через цілеспрямований вплив на підсвідому сферу психіки людини. Саме тому медитація завжди була частиною духовного життя й духовної культури багатьох народів Сходу, вона й зараз є невід’ємним елементом усіх буддійських і йогоїчних практик.

У підрозділі зазначається, що й у європейській культурі склалася своя медитативна система. Дисертант підтримує позицію російського вченого А. Толстих, який вважає, що в європейській культурі вже розроблені ефективні засоби медитативної тілесної релаксації, – аутогенного тренування, психогігієни, групового тренінгу, психотерапії, – які реально є дієвою альтернативою йогої. Водночас важливими

традиційними медитативними релаксантами є молитва і сповідь, які в марксистських інтерпретаціях розглядалися дещо однобічно. Наслідок такого підходу – відсутність серйозних досліджень, присвячених релаксаційному потенціалу молитви й сповіді. Саме тому подальше соціологічне вивчення цих феноменів матиме важливе теоретичне та практичне значення.

У підрозділі 2.3. “Коллективний тип релаксації і його культурні прояви: ритуал, свято, гра, подорож” дисертант відзначає, що колективний тип релаксації також має свою культурну детермінацію та свої технологічні способи формування релаксаційного ефекту. Обґрунтовано також, що найважливішими технологічними способами формування релаксаційного ефекту є ритуал, свято, гра, подорож, проте на сьогодні відсутні роботи, у яких досліджувався б релаксаційний потенціал ритуалу, свята, гри і подорожі як культурно детермінованих технологічних способів генерування релаксаційного ефекту.

У підрозділі охарактеризовано релаксаційний потенціал ритуалу й свята як феноменів культури. Відзначено, що поняття “ритуал” (від лат. *ritualis* – обрядовий) тривалий час використовувалося як опорна абстракція при вивченні особливостей процесу соціальної інтеграції в примітивних доісторичних суспільствах. Таке розуміння знайшло певне наукове обґрунтування в працях: Е. Дюркгейма та Б. Малиновського, які вважали, що головне в ритуалі – це його непрактична (невиробнича, нетрудова) цільова і функціональна спрямованість. Доведено й неоднозначність визначення ритуалу в сучасних енциклопедичних виданнях. У дисертації відзначається конструктивність досліджень В. Бурлачука, М. Дуглас, П. Коннертона, В. Шинкаренка та інших. Учені розглядали ритуал як смисловою систему організованих колективних дій та зауважували, що в примітивних суспільствах за допомогою участі в ритуальних діях людина реально відчувала свою причетність до родової спільноти. Обставина причетності до роду була для людини важливим релаксаційним чинником, адже вимушена участь у різних ритуалах слугувала чинником соціальної реабілітації індивіда як члена родової общини. Саме тому, формуючи в індивіда відчуття зв’язку з родом, ритуал виступав важливим технологічним засобом релаксації, оскільки реально знімав (за допомогою особливих колективних ритуальних дій) напруження в системі відносин “індивід – родова спільнота”.

Релаксаційний потенціал ритуалу наочно виявляється на більш пізніх етапах історії людства в релігійних ритуалах – літургії, молитвах, церковних святах, які, сакралізуючи символи “віри в надприродне”, формують не стільки почуття колективізму, скільки відчуття значущості дистанціювання від цього повсякденного колективізму. Дисертант вважає, що сама потреба в такому дистанціюванні зумовлена націленістю релігійних ритуалів на розвиток досвіду людських комунікацій не в системі “індивід – спільнота”, а в системі “індивід – Бог”. У релігійному ритуалі віра в Бога є найважливішим генератором релаксаційного ефекту. Беручи участь у релігійних службах і звертаючись із молитвою до Бога, людина, як відомо, відчуває певне

Найважливішими технологічними засобами формування релаксаційного ефекту є ритуал, свято, гра, подорож. У дисертації запропонована авторська стратегія аналізу релаксаційного потенціалу та зроблено висновок, що релаксаційний ефект цих соціальних феноменів досягається шляхом формування специфічних комплексів переживань, відмінних від звичайних повсякденних сприймань характеру комунікацій між людьми.

#### СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

##### Публікації у фахових виданнях:

1. Орлова О.И. Специфика технологических функций культуры как общественного явления // Социальные технологии: Актуальные проблемы теории и практики: Международный межвузовский сборник научных работ. – Запорожье: ГУ “ЗИГМУ”, 2006. – Вып. 32. – С. 357–362.
2. Орлова О.И. Соціалізаційний і релаксаційний потенціал політичних свят // Нова парадигма: Трансформація політичних систем на постсоціалістичному просторі: Альманах наукових праць. – К., 2006. – Спецвипуск. – С. 220–222.
3. Орлова О.И. Релаксаційна функція культури як об'єкт соціологічного аналізу // Вісник Академії праці і соціальних відносин Федерації профспілок України: Науково-практичний збірник. – 2007. – № 2. – С. 17–21.

##### Публікації в інших виданнях:

1. Орлова О.И. Психологические проблемы профессионального становления молодёжи // Наукові праці МАУП. – К., 2003. – Вип. 12. – С. 56–59.
2. Орлова О.И. Соціально-психологічні основи застосування гри в процесі підготовки менеджерів та прийняття управлінських рішень // Вісник Міжнародного дослідного центру “Людина, культура, мова”: Щокварт. науковий журнал. – К., 2005. – Т. 4. – С. 16–20.
3. Орлова О.И., Кірічок Е.И. Соціально-психологічні умови застосування гри в процесі підготовки менеджерів до розробки та прийняття управлінських рішень // Економіка та держава: Міжнародний науково-практичний журнал. – 2006. – № 2. – С. 53–54.
4. Орлова О.И. Проблема актуалізації релаксаційної функції культури в сучасному менеджменті // Проблеми підготовки професійних кадрів з менеджменту в умовах реформування вищої освіти України: Зб. наукових праць. – Львів, 2006. – С. 75–84.
5. Орлова О.И. Потенціал релаксаційної функції культури в управлінні сучасним навчальним закладом // Болонський процес: Модернізація системи вищої освіти України: Матеріали VI Міжнар. наук. конф. “Модернізація системи вищої освіти відповідно до Програми розвитку освіти в Україні на 2005-2010 роки”. – Судак, 2007. – С. 82–84.

#### АНОТАЦІЯ

**Орлова О.И. Релаксація як соціально-технологічна функція сучасної культури. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата соціологічних наук за спеціальністю 22.00.04 – спеціальні та галузеві соціології. – Гуманітарний університет “Запорізький інститут державного та муніципального управління”. – Запоріжжя, 2007.

У дисертації розроблений новий науковий підхід, який дав змогу розкрити специфіку теоретико-методологічної стратегії соціологічного дослідження релаксації як технологічної функції сучасної культури, а також з'ясувати особливості соціокультурної детермінації і технологічної репродукції індивідуального й колективного типів релаксаційних практик.

**Ключові слова:** засоби релаксації, індивідуальна релаксація, колективна релаксація, культура, релаксація, соціальна технологія, функція культури.

#### АННОТАЦІЯ

**Орлова О.И. Релаксація как социально-технологическая функция современной культуры. – Рукопис.**

Диссертация на соискание учёной степени кандидата социологических наук по специальности 22.00.04 – специальные и отраслевые социологии. – Гуманитарный университет “Запорожский институт государственного и муниципального управления”. – Запорожье, 2007.

Разработан научный подход, позволяющий раскрыть специфику теоретико-методологической стратегии социологического исследования релаксации как технологической функции современной культуры, а также выяснить особенности социокультурной детерминации, технологической репродукции индивидуального и колективного типов релаксационных практик.

Обоснована значимость актуализации технологического подхода к исследованию культуры как социального явления и охарактеризованы ее технологические функции; аргументирована новая теоретико-методологическая стратегия исследования социально-технологического статуса релаксации, предполагающая: учет функциональных и дисфункциональных характеристик различных технологических средств релаксации; выяснение специфики социокультурных детерминант релаксационных практик; изучение функциональной дифференциации релаксационных практик: в аспекте их разделения на индивидуальный и коллективный типы релаксации.

Автором обосновано понимание релаксации как специфического физиологически и культурно детерминированного процесса нервно-мышечного расслабления, связанного с целенаправленными технологическими действиями людей по актуализации потенциала различных релаксантов как специфических культурных артефактов.

Установлено, что специфика социокультурной детерминации релаксационных практик проявляется в двух главных особенностях: в событийной артикулированности релаксационных практик и в их многомерной модальности.

Аргументировано доказывается, что основным типом индивидуальной релаксации является телесная релаксация, технологическими способами осуществления которой являются: эмоциональная телесная релаксация и медитативная телесная релаксация. Коллективному типу релаксации присуща своя культурная детерминация и свои технологические способы формирования релаксационного эффекта посредством актуализации релаксационного потенциала ритуала, праздника, игры, путешествия.

Положения и выводы диссертации могут быть использованы при решении дальнейших научно-теоретических задач, связанных с исследованиями технологического статуса современной культуры, а также с изучением содержания индивидуальных и коллективных релаксационных практик. Материал диссертационной работы может стать информационным источником для разработки общих и специализированных лекционных социологических курсов для студентов-социологов, социальных психологов и культурологов.

**Ключевые слова:** индивидуальная релаксация, коллективная релаксация, культура, релаксация, социальная технология, средства релаксации, функция культуры.

#### ANNOTATION

Orlova O.I. Relaxation as socio-technological function of the modern culture. – Manuscript. The dissertation for scientific degree of Candidate of Sociological Sciences on specialty 22.00.04. – special and branch sociology. – University of the Humanities “Zaporizhzhia Institute of State and Municipal Management”. – Zaporizhzhia, 2007.

The form of dissertation is manuscript. It contains the new scientific conception that enables to substantiate the sociological and socio-psychological approach for investigation of the relaxation phenomena as socio-technological function of the modern culture. This approach also enables to characterize socio-cultural determination and reproduction of the relaxation practices in their individual and collective types.

**Key words:** relaxation, culture, function of culture, social technology, means of relaxation, individual relaxation, collective relaxation.

ОРЛОВА Ольга Ігорівна

#### РЕЛАКСАЦІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ТЕХНОЛОГІЧНА ФУНКЦІЯ СУЧАСНОЇ КУЛЬТУРИ

22.00.04 – спеціальні та галузеві соціології

**АВТОРЕФЕРАТ**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата соціологічних наук

Підписано до друку 07.09.07. Формат 60×84/16. Папір друкарський.  
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.  
Зам. № 134. Тираж 100 прим.

Виготовлено на поліграфічній базі Гуманітарного університету “ЗДМУ”  
69002, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 70 б