

Алексей Садемов

ПСИХОЛОГИЯ

Кульť психологии

18+

Алексей Садемов

Культ психологии

«Автор»

2026

Садемов А.

Култ психологии / А. Садемов — «Автор», 2026

Книга рассматривает распространение психологического языка в повседневной жизни, медиа, образовании, бизнесе и государстве; объясняет, как формируются новые авторитеты, терапевтические ритуалы и культы самопомощи. Особое внимание уделено вопросам: может ли психология заменить религию, способна ли она заменить магию и магические практики, чем тренинги похожи на обряды и в чём их принципиальное различие. Автор различает академическую психологию, научно обоснованную психотерапию, коучинг, популярную самопомощь и псевдонаучные практики. В книге показаны риски психологизации социальных проблем, коммерциализации тревоги, чрезмерной диагностики и обещаний полного контроля над жизнью. Вместе с тем она защищает реальную ценность психологического знания и профессиональной помощи.

© Садемов А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Кульť психологии	5
Психология, религия, магия и поиск контроля в современном мире	5
Культурно-философское исследование о распространении психологического языка, его возможностях и границах	5
Содержание	6
Часть I. Психология в современном мире	6
Часть II. Как формируется кульť	6
Часть III. Психология и религия	6
Часть IV. Психология и магия	6
Часть V. Критика кульťа психологии	7
Часть VI. Зрелый взгляд	7
Введение. Почему мы говорим о кульťе психологии	8
Часть I. Психология в современном мире	9
Глава 1. Что такое психология: наука, практика и массовая культура	9
Глава 2. От науки о душе к индустрии самопознания	10
Глава 3. Почему психологический язык стал всеобщим	11
Глава 4. Секуляризация и поиск новых авторитетов	12
Глава 5. Психологизация повседневной жизни	13
Глава 6. Психология в медиа и социальных сетях	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Алексей Садемов

Кульť психологии

Кульť психологии

**Психология, религия, магия и поиск
контроля в современном мире**

**Культурно-философское исследование о распространении
психологического языка, его возможностях и границах**

Содержание

Введение. Почему мы говорим о культе психологии

Часть I. Психология в современном мире

Что такое психология: наука, практика и массовая культура

От науки о душе к индустрии самопознания

Почему психологический язык стал всеобщим

Секуляризация и поиск новых авторитетов

Психологизация повседневной жизни

Психология в медиа и социальных сетях

Рынок внутреннего мира

Психология в образовании, бизнесе и государстве

Часть II. Как формируется культ

Что такое культ: религия, социология и психология

Кульť без храма: признаки современной сакрализации

Новые пророки, гуру и эксперты

Исповедальня, терапевтический кабинет и публичное признание

Тренинг как ритуал перехода

Самопомощь как путь спасения

Диагноз как знак принадлежности

Травма как универсальный миф современности

Аутентичность, границы и мораль нового культа

Обещание счастья и обязанность быть успешным

Часть III. Психология и религия

Может ли психология заменить религию

Что религия даёт человеку

Что психология может предложить вместо религии

Душа, личность и внутренний мир

Грех, вина, стыд и психологическая травма

Спасение, исцеление и самореализация

Молитва, медитация и психологические практики

Общины, группы поддержки и новые формы принадлежности

Смерть, страдание и пределы психологического ответа

Когда психология вступает в конфликт с религией

Часть IV. Психология и магия

Что такое магия в антропологии и религии

Почему человек обращается к магии

Контроль, неопределённость и вера в причинность

Может ли психология заменить магию

Тренинг вместо обряда: сходства и различия

Аффирмации, визуализация и позитивное мышление
Коучинг, нейротренинги и язык энергетики
Психологические ритуалы и эффект ожидания
Где заканчивается практика и начинается магическое мышление
Научные слова как новая форма заклинания

Часть V. Критика культа психологии

Наука и культ: несовместимость или смешение
Психологизация социальных проблем
Коммерциализация тревоги и надежды
Культура «почини себя»
Диагнозы на расстоянии и власть ярлыка
Универсальные тренинги и обещание мгновенной перемены
Опасность психологического редуccionизма
Психологическая власть и этические границы
Как распознать псевдопсихологию
Почему критика психологии не должна вести к отказу от помощи

Часть VI. Зрелый взгляд

Научно обоснованная психологическая помощь
Религия, психология и магия: различие языков
Как пользоваться психологией без поклонения ей
Профилактика зависимости от экспертов
Критическое мышление в мире самопомощи
Свобода, ответственность и пределы самоконтроля
Многомерный человек: тело, психика, культура и смысл
Заключение. Не культ, а инструмент понимания

Введение. Почему мы говорим о культе психологии

Психология стала одним из главных языков современности. Мы говорим о самооценке, личных границах, травме, выгорании, токсичности, привязанности, ресурсах и эмоциональном интеллекте. Эти слова используются в семье, школе, офисе, рекламе, политике и социальных сетях. Они помогают описывать переживания, которые раньше могли называться слабостью, характером, судьбой, грехом или просто жизненной трудностью.

Распространение психологического языка имеет очевидные достоинства. Благодаря ему люди чаще признают существование душевной боли, обращаются за помощью, учатся говорить о насилии и перестают считать страдание исключительно личным позором. Психологические знания позволяют лучше понимать развитие человека, влияние среды, роль привычек и последствия травматического опыта.

Но у этого процесса есть и обратная сторона. Психология может превращаться из научной дисциплины и профессиональной помощи в мировоззренческую систему, которая обещает объяснить всё: отношения, успех, неудачи, смысл жизни, духовные кризисы, деньги и даже судьбу. Популярные тренинги иногда напоминают проповеди, эксперты становятся гуру, а психологические термины — знаками принадлежности к определённой культурной группе.

Именно здесь возникает понятие «культ психологии». В этой книге оно используется не как юридическое или клиническое обвинение и не как утверждение, будто вся психология является культом. Это критическая метафора, позволяющая исследовать ситуации, в которых психологические идеи сакрализуются, превращаются в непогрешимые истины, требуют эмоциональной лояльности и обещают человеку почти магический контроль над жизнью.

Книга отвечает на несколько вопросов. Почему психология так широко распространилась? При каких условиях она становится культовой? Может ли она заменить религию? Способна ли заменить магию и магические ритуалы? Чем тренинги похожи на обряды и чем от них отличаются? Где проходит граница между полезной психологической практикой, духовным опытом, магическим мышлением и коммерческой манипуляцией?

Для ответа понадобятся разные перспективы. Психология позволит рассмотреть мотивацию, тревогу, защитные механизмы, зависимость и влияние группы. Религиоведение покажет, как формируются священные смыслы, ритуалы и общины. Антропология поможет понять роль магии, обмена, символов и контроля над неопределённостью. Философия поставит вопросы о свободе, истине, ответственности, счастье и смысле.

Важно различать академическую психологию, психотерапию, консультирование, коучинг, тренинги, популярную самопомощь и псевдонаучные практики. Их часто объединяют одним словом, хотя уровень доказательности, этика и цели у них различаются. Критика псевдопсихологии не должна превращаться в отрицание реальной психологической помощи, а уважение к религии не требует закрывать глаза на злоупотребления религиозной властью.

Книга не ставит диагнозы людям, движениям или религиям. Она исследует явления и механизмы. Если человек переживает тяжёлое состояние, кризис, угрозу насилия, зависимость или мысли о причинении вреда себе и другим, ему необходима помощь квалифицированных специалистов и экстренных служб, а не самостоятельная диагностика по популярным текстам.

Часть I. Психология в современном мире

Глава 1. Что такое психология: наука, практика и массовая культура

Психология — неоднородная область. В научном смысле она изучает психические процессы и поведение с помощью наблюдения, эксперимента, интервью, статистики и других методов. В прикладном смысле она участвует в лечении, образовании, профессиональном отборе, консультировании и организации труда. В массовой культуре психология превращается в книги, видео, тесты, тренинги и повседневные советы.

Эти уровни нельзя автоматически приравнивать друг к другу. Результат научного исследования не является готовым советом для любого человека. Теория конкретной школы не выражает позицию всей дисциплины. Популярный эксперт может использовать психологические слова, не имея достаточной подготовки. Поэтому вопрос «что говорит психология?» почти всегда требует уточнения: какая именно теория, какие данные, для кого и с какими ограничениями?

Психология становится мировоззрением, когда она начинает отвечать не только на вопрос о том, как человек функционирует, но и на вопрос, как он должен жить. Наука может исследовать последствия решений и факторы благополучия, но не всегда способна определить окончательные ценности. Хорошая жизнь — философская и этическая проблема, а не только психологический показатель.

Глава 2. От науки о душе к индустрии самопознания

Само слово «психология» связано с древними представлениями о душе, однако современная дисциплина возникла значительно позднее. Её формированию способствовали философия, физиология, медицина, педагогика и социальные науки. Она постепенно переходила от рассуждений о душе к исследованию восприятия, памяти, мышления, эмоций и поведения.

В двадцатом и двадцать первом веках психологические идеи вышли за пределы лабораторий и клиник. Появились психоанализ, поведенческие подходы, гуманистическая психология, когнитивная наука, социальная психология и нейропсихология. Каждая традиция предложила собственный язык и собственный образ человека.

Массовая культура упростила сложные идеи. Бессознательное стало популярным объяснением скрытых мотивов, «внутренний ребёнок» — символом уязвимости, а самооценка — универсальным ключом к успеху. Такое упрощение иногда делает знания доступными, но может превращать научные понятия в лозунги.

Индустрия самопознания возникла на пересечении реальной потребности в помощи, коммерческого интереса и стремления человека к управляемости. Она продаёт не только услуги, но и надежду: возможность избавиться от страха, стать уверенным, найти любовь, привлечь деньги или раскрыть скрытый потенциал.

Глава 3. Почему психологический язык стал всеобщим

Современный человек живёт в условиях высокой неопределённости. Меняются профессии, семейные модели, формы общения и требования к личности. От него ждут гибкости, самостоятельности и постоянного развития. В такой среде психологический язык даёт удобные категории для описания переживаний.

Он переводит смутное состояние в понятную форму. Вместо «со мной что-то не так» человек может сказать «я переживаю тревогу» или «мне трудно устанавливать границы». Такая номинация способна уменьшить стыд и направить к помощи. Но любое понятие также рамкирует реальность. Если вся сложность объясняется одним термином, часть опыта может исчезнуть из поля зрения.

Психологический язык удобен и для институтов. Работодателю легче говорить о стрессе и эмоциональной устойчивости, чем обсуждать плохую организацию труда. Школа может говорить о навыках саморегуляции, избегая вопроса о перегрузке. Государство может предлагать индивидуальные тренинги вместо изменения социальных условий.

Популярность психологии поэтому объясняется не только её истинностью или полезностью. Она соответствует индивидуалистической культуре, где проблемы часто переводятся в язык личных качеств, выбора и развития.

Глава 4. Секуляризация и поиск новых авторитетов

Секуляризация в разных обществах развивается неодинаково. Где-то религиозные институты теряют часть влияния, где-то сохраняют его, а где-то переживают возрождение. Но даже в секулярной среде человек продолжает искать ответы на вопросы о страдании, справедливости, смерти, предназначении и надежде.

Когда прежние авторитеты ослабевают, появляются новые. Ими могут стать медицина, наука, психология, политика, рынок или харизматические лидеры. Психология особенно удобна в роли такого авторитета, потому что обращается к личному опыту и обещает язык, который кажется одновременно научным и интимным.

Она может выполнять функцию посредника между человеком и его внутренним миром. Но это не означает полного исчезновения религии. Многие люди сочетают веру, психологическую помощь, философские идеи и научное мировоззрение. Внутри одного человека могут существовать разные способы объяснения жизни.

Глава 5. Психологизация повседневной жизни

Психологизация — это перенос психологического объяснения на всё большее число явлений. Конфликт называют токсичным, усталость — выгоранием, несогласие — нарушением границ, грусть — депрессией, осторожность — избеганием, а сильную привязанность — зависимостью.

Иногда такие слова помогают заметить проблему. Иногда они создают ложную уверенность, будто проблема уже понята. Чтобы отличить одно от другого, нужно спрашивать: что именно произошло; как долго это длится; какие есть последствия; кто поставил определение; нужна ли профессиональная оценка?

Психологизация может обесценивать моральный и политический язык. Предательство превращается только в «нарушение привязанности», эксплуатация — в «плохую коммуникацию», а несправедливость — в «личную чувствительность». В результате исчезают вопросы о власти, долге, праве и общественных условиях.

Глава 6. Психология в медиа и социальных сетях

Социальные сети сделали психологические знания доступными, но одновременно усилили поверхностность. Алгоритмы предпочитают короткие, эмоциональные и уверенные формулировки. Сложный вывод с оговорками проигрывает простой фразе: «Если он делает это, значит, он нарцисс».

Психологический контент часто строится на узнаваемости. Пользователь видит описание и узнаёт себя, партнёра или родителя. Это может дать чувство облегчения, но также подталкивает к самодиагностике и обвинению других людей.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.