

УДК 316.6

М.А. Козлова

Мораль заботы о себе в социологическом подходе к современности¹

Аннотация:

В статье, носящей обзорно-аналитический характер, рассматриваются дискурсы вокруг феномена заботы о себе в массовой культуре, политических науках, психологии морали и социологии. Забота о себе представляется не только как механизм поддержания и развития идентичности индивида. В контексте современных обществ практики заботы о себе позволяют индивиду вернуть смысл своей жизни, соответствовать моральным идеалам и проявить творческое начало, адаптируясь к миру.

Ключевые слова: забота о себе, социология современности, альтруизм, мораль.

Об авторе: Козлова Мария Андреевна – кандидат исторических наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», доцент факультета социальных наук; эл. почта: mskozlova@yandex.ru.

«Забота о себе» в последнее время стала чрезвычайно «модной» категорией: обсуждению соответствующих ей практик посвящена не одна статья в глянцевых журналах. Первое, что выдает Яндекс на поисковый запрос «забота о себе», – статья, где в качестве проявлений заботы о себе предлагается осуществить шопинг, купить торт и сделать ремонт в квартире [3]. Очевидно, что обыденные трактовки связывают заботу о себе с эгоизмом или гедонизмом, порой нещадно критикуя, оценивая сквозь призму «традиционной морали» как постмодернистский феномен отчуждения человека от Творца и собственно человеческой природы; порой – поддерживая и сам феномен заботы о себе, и его гедонистическую трактовку, репрезентируя как способ сохранения индивидуальности в обезличенных контактах и высоких скоростях социальности современной городской среды. В статье, носящей обзорно-аналитический характер, постараемся рассмотреть проблему моральной составляющей заботы о себе, неизбежно затрагивая вопросы о субъекте морали в современном обществе и областях, подпадающих под моральную регуляцию.

Забота о себе в фокусе социально-гуманитарного дискурса

На современном этапе конкретизация категория «заботы о себе» осложнена тем, что обыденные трактовки не совпадают с научными, которые, в свою очередь, существенно разнятся и в настоящий момент малосопоставимы. Тем не менее, вхождение в моду понятия, родившегося в Античности, многообразие смыслов, под этим понятием подразумеваемых, распространение соответствующих практик и профессий, ориентированных на заботу о себе («гуманитарного технолога», «коуча», «проектировщика индивидуальной образовательной программы») побуждают социологов включать «заботу о себе» в число активно используемых концептов.

В Античности феномен «забота о себе» не только не был связан с замыканием на себе, но и в принципе исключал все то, что на языке современной науки называют деструктивными изменениями личности. Представления о заботящемся о себе человеке выстраивались вокруг отношений человека к государству, власти, другому человеку, самому себе – тем, не потерявшим своей актуальности, тем многоаспектных.

С конца XX века наблюдается повышенный интерес к методологическому потенциалу «заботы о себе» со стороны представителей разных наук. То, что «забота о себе» переживает второе

¹ Работа выполнена при поддержке РГНФ 14-06-00315, РФФИ 14-06-00381.

рождение, во многом является заслугой М. Фуко, рассматривавшего античную «заботу о себе» как ключ к осмыслению явлений и процессов, возникших в иных исторических и социокультурных реалиях [17]. Поздние работы Фуко - последние два тома «Истории сексуальности», три последние лекции в Collège de France, а также несколько эссе и интервью - сосредоточены на деятельности, практиках и методах, посредством которых люди могут работать над собой и развивать себя. Диапазон современных исследований этой категории поражает: от общих ориентиров построения себя до конкретных техник медитации, общения (в том числе межкультурной коммуникации), питания, визуализации, автодидактики и т.д.

Забота о себе в контексте властных отношений

Социологическое видение апеллирует к теории Фуко как к позволяющей проследить исторические траектории отношений человека с технологиями власти, которые устанавливают нормативные рамки, порождающие определенные формы субъектности [16]. Согласно Фуко, знание-власть – это сеть социальных сил и противоречий, где человек формируется теми практиками, в которые волей или неволей вовлекается. Работы Фуко демонстрируют способы, с помощью которых власть реализуется в жизни людей через повседневные привычки, в конкретных институтах - тюрьмах, школах, больницах, заводах, городах, семьях, везде, где актуализируются соответствующие технологии.

Споры о том, способствует или препятствует современность заботе индивида о себе, а забота о себе - моральному поведению, имеют давнюю историю. Общество модерна, ориентированное на ценности, на которых базируется Декларация прав человека и гражданина 1789 года, как полагали многие обществоведы, разрушает саму идею заботы о себе в том смысле, который вкладывали в это понятие античные мыслители. Еще Эдмунд Берк считал, что Права разрушили систему практик, которые прежде реализовывались как забота о себе, определенное – бережное – отношение к себе (не говоря уже об отношении к другому), породив унификацию и абстракцию. Впрочем, Мэри Уолстонкрафт оспаривала эту позицию, утверждая, что Права человека предоставили женщинам средство преодоления давления деструктивного набора добродетелей - красоты, целомудрия и скромности, что на протяжении веков оставляло их духовно обездоленными и глубоко несчастными². Однако при всей, на первый взгляд, противоречивости этих позиций, обе выражают заинтересованность в развитии процесса дифференциации и инноваций, а субъекта рассматривают в качестве посредника, через которого преобразования, касающиеся в том числе и самого субъекта и происходят, что вполне укладывается в логику М. Фуко.

Репрезентация «заботы о себе» в повседневном дискурсе способом, подобным описанным в начале, потребовала социологического осмысления. Работы, ориентированные на социологическое осмысление/переосмысление роли и места заботы о себе в институциональной структуре современного западного общества, в системе повседневных практик и самоидентификации современного человека, посвящены обсуждению возможностей и перспектив встраивания концепта «забота о себе» в осмысление индивидуального бытия и социальности в современную эпоху. Социологическому анализу подвергается социокультурная обусловленность процесса становления этического субъекта [1]; рассматривается логика трансформации концепта «забота о себе» в стандартизированные процедуры удовлетворения конкретных потребностей в условиях изменения жизненной ситуации современного человека, посредством передачи человеком другим людям и техническим устройствам собственных разнообразных функций и работ, в том числе и интеллектуального плана [2]; демонстрируется неслучайность взаимодействия категорий «забота о себе» и «праздность», которая в контексте «освобождения для...» представляется как потенциальная возможность самореализации [5].

Современное общество характеризуется, как переживающее моральный кризис, истоки которого видятся либо в упразднении/трансформации прежних институтов и форм авторитета (Д. Белл, К. Лэш, Ф. Рифф), либо в упадке прежних форм коллективности (Р. Белла, А. Этциони, А. Макинтайр), но основным проявлением которого, в «любом случае», становится эгоистичность и нарциссизм, центрированность индивида на «совершенствовании Я» [10; 22]. Рождение «психологического человека» (Рифф), в ряду диспозиций которого доминируют гедонистические и

² Подробно о связи Прав человека и заботы о себе см. Lefebvre, 2014.

нарциссические установки [25], закрепляется «терапевтической» культурой, культивирующей личные переживания, дарующей свободу и прощение. Потому современное общество оказывается неспособным к моральной регуляции, реализовавшейся прежде как репрессивные формы совладания с человеческими эмоциями и телесностью, а ныне превратившейся в нечто вроде развлечения или игры (fun morality) [10]. Альтернативой/заменой «подлинной» морали становится индивидуальное психологическое здоровье, что, однако, оказывается симптомом болезни общества. Разрушение сообществ приводит к ослаблению индивидуальной ответственности перед другими людьми, сохранившиеся связи оказываются основанными на функциональной взаимозависимости, а моральная ответственность становится ответственностью индивида перед самим собой [24].

С особенным энтузиазмом идея примата индивидуального была воспринята психологией [18]. Даже социальная психология сфокусировалась на индивиде, а «основной интерес сосредоточила на понимании факторов, которые влияют на мысли и действия индивидов в социальной среде» [8, 9]. Таким образом, другие люди – реальные, подразумеваемые или воображаемые – стали представлять интерес лишь постольку, поскольку способны оказывать влияние на эмоциональные, когнитивные и поведенческие аспекты деятельности индивида. С детерминистской позиции все действия человека рассматриваются как продукты различных природных сил, и эта общая приверженность обеспечению эффективного каузального объяснения проходит через большинство психологических теорий человеческого поведения и приводит к восприятию людей как вещей, категоризируемых в качестве объектов разного рода влияний: «Как ученые, – утверждает У. Вейтен в своем бестселлере «Введение в психологию», – психологи предполагают, что поведение регулируется законами или принципами, как движение Земли вокруг Солнца регулируется законами гравитации», и «научное изыскание основано на убеждении, что существуют законы, которые могут быть открыты» [28, 40]. Непосредственная опасность такого рода причинных объяснений заключается в том, что люди мыслятся лишь как простые элементы каких-то более фундаментальных процессов или как частности, единичные представители некоторых базовых категорий вещей. После того, как сеть причинных воздействий выстраивается и объясняется, становится понятно, что за ней ничего не осталось. Или, если что-то осталось, оно воспринимается как нечто чуть большее, чем «дисперсия ошибки», а не как неотъемлемая черта человеческого существования.

Таким образом, в соответствии с модернистской концепцией человека, основанной на принципах индивидуализма, рациональности и детерминизма, социальный мир представляется ареной, на которой индивиды отстаивают свои интересы и манипулируют конкурентами (или открыто их подавляют), а обретение «Я» подразумевает фиксацию отличия от «Другого», возведение и защиту границ «Я». С этой точки зрения, естественная, базовая, интенция индивида – интенция эгоистическая, а видение альтруизма в индивидуальном поведении оказывается либо «промахом» актора, либо «сбоем» фокусировки наблюдателя/исследователя. Практикой самоопределения становится совершенно определенная работа со своими желаниями в виде подавления и вытеснения.

Мораль, направленная на себя, оказывается моралью самоограничения: это мораль, ориентированная на заботу о себе (=защиту себя) через подавление «неправильного» поведения и сопротивление искушениям. Это область «семи смертных грехов», а ближайший результат преодоления собственных желаний – выгода для себя с точки зрения физического и психологического здоровья. Безусловно, такого рода мораль функциональна, но работает только на защиту³, стабилизируя идентичность, унифицируя идентичности и, на уровне общности, способствуя укреплению социального порядка [21]. В данном случае «забота о себе» оказывается тождественной той заботе, которую имел в виду М. Хайдеггер, определяя

³ В психологии широкое признание получило разделение фундаментальных основ мотивации и саморегуляции поведения на два типа: достижение-активация против избегания-торможения. Поведенческая система торможения, базирующаяся на избегании, чувствительна преимущественно к наказаниям и негативным последствиям. Напротив, система поведенческой активации, основанная на достижении, чувствительна к поощрениям и положительным результатам. Применение этих различий к области морали позволяет провести границу между запрещающими и предписывающими аспектами моральной регуляции: запрещающая мораль фокусируется на том, что мы не должны делать, позволяет преодолевать искушения и, таким образом, защищает от причинения вреда, а предписывающая мораль фокусируется на том, что нам следует делать, позволяет преодолевать инерцию и мотивирует на совершение хороших поступков и, таким образом, обеспечивает благополучие.

«озабоченность» как «что-то вроде опасения» [6, 57]. Не удивительно, таким образом, что мы встречаемся с концептом «заботы о себе», как говорилось в начале статьи, преимущественно при обсуждении вопросов самосохранительного поведения.

От Self-care к Care of the Self

Указанный ракурс рассмотрения проблемы, безусловно, интересен, в том числе, и как позволяющий с еще одной стороны проблематизировать заботу в контексте идентичности. В официальных документах ВОЗ забота о себе (self-care) определяется как «деятельность индивидов, семей и общин, предпринимаемая с целью укрепления здоровья, профилактики заболеваний и восстановления здоровья» [29, 2]. Таким образом, забота о себе понимается в качестве деятельности, носящей как реактивный (связанный с преодолением симптомов возникших острых и хронических заболеваний), так и проактивный (направленный на профилактику заболеваний с помощью здорового образа жизни) характер. При этом, хотя система здравоохранения и официальные поставщики медицинских услуг играют ключевую роль в лечении хронических состояний, основное бремя приходится на пациентов и их семьи. В частности, в ходе лечения хронических заболеваний от индивида требуется контролировать свои симптомы, придерживаться назначенного лечения и схем применения препаратов, справляться с физическими ограничениями и эмоциональными последствиями болезни, вносить определенные изменения в свой образ жизни (диета, физические упражнения и проч.), прибегая к консультациям с экспертом и профессиональному вмешательству только в случае необходимости.

Результаты эмпирических исследований свидетельствуют о том, что забота о себе включается в биографический дискурс и выступает в качестве механизма сохранения целостности и непрерывности идентичности индивида, имеющего хронические заболевания. Так, например, в исследовании, проведенном К. Роберто с коллегами, продемонстрированы различные стратегии заботы о себе, используемые женщинами для совладания с эмоциональными последствиями утраты физических возможностей, сохранения чувства собственного достоинства и принятия ситуации как не несущей угрозы личностной идентичности: рефрейминг значений, приписываемых себе или своей деятельности, снижение уровня ожидания, поиск утешения в религии, сравнение себя с другими – с теми, «кому повезло меньше» [26]. Кроме того, индивиды прибегают к самопомощи для восстановления или сохранения чувства контроля над часто непредсказуемыми проявлениями симптомов хронических заболеваний, в особенности в случаях, когда традиционные методы лечения не приносят облегчения.

В то же время, характерный для современного общества упор на заботу о себе становится результатом масштабных изменений в социально-экономической и политической сферах, для описания соответствующих аспектов которых Р. Кроуфорд предложил термин, который приблизительно можно перевести на русский язык как «культ здоровья» - healthism, - обозначающий «озабоченность личным здоровьем как основным средством достижения благосостояния, побуждающую к изменению стиля жизни, что предполагает локализацию проблемы здоровья и болезни [и ее решения] на уровне индивида» [14, 368].

Это перекалывание ответственности за здоровье с государства на индивида предполагает коммодификацию здоровья, которое, соответственно, рассматривается в качестве личного ресурса и товара, приобретаемого индивидами посредством вложения в разнообразные продукты и услуги «заботы о себе». Такой сдвиг в представлениях о здоровье привел к повышению уровня индивидуальной ответственности в отношении собственного здоровья, что сопровождалось переопределением плохого здоровья как показателя нравственной распушенности и личной неуспешности [14]. В результате больные и пожилые люди все чаще подвергаются стигматизации. Отчасти и под влиянием доминирующего дискурса о болезни нормы культа здоровья и принцип моральной ответственности за предотвращение развития хронических заболеваний и дальнейших функциональных потерь интериоризируются индивидами. Даже при отсутствии убежденности в эффективности применяемых мер, люди продолжают осуществлять заботу о себе, в первую очередь, для того, чтобы успокоить окружающих. В этом контексте, забота о себе становится средством заботы о близких или инструментом предотвращения возможной критики. При этом, в аспекте моральной оценки самопомощи эмпирически выявлены гендерные различия: хотя и мужчины и женщины описывают заботу о себе в качестве важнейшего средства управления стареющим телом,

в описаниях, данных мужчинами, акцентированная потребность в контроле отражает маскулинные идеалы неуязвимости, физической мощи и доблести. Женщины используют заботу о себе как попытку снизить нагрузку на окружающих, надеясь сохранить свою независимость, а также способность заботиться о других и, таким образом, посредством использования различных практик заботы о себе, стремятся достичь и сохранить соответствие феминному идеалу чувствительности к нуждам других людей. Таким образом, независимо от пола, использование заботы о себе позволяет индивиду сохранять позитивную идентичность, соответствующую гендерным представлениям и критериям моральной оценки [26]. Заметим, что в условиях демографических изменений (старения населения), широкой распространенности хронических заболеваний, и изменения социальных представлений о здоровье и болезни (акцент на моральной составляющей здорового образа жизни), влекущих рост инвестиций в телесность, можно ожидать и возрастание значимости реактивных и проактивных форм заботы о себе в пожилом возрасте. Предоставляя индивидам значимый и социально-одобряемый путь облегчения чувства вины в результате потери здоровья и возрастания зависимости, забота о себе способствует формированию идентичности в соответствии с представлениями о субъектности, моральности и гендерных ролях.

Так, мы видим, что даже в случае, когда забота о себе иницируется телесными и эмоциональными потребностями, связанными с поддержанием здоровья, т.е. в полной мере ориентирована на «защитные» функции, интенция заботы не может удержаться в рамках медицинских предписаний, она неизбежно вторгается в сферу идентичности. Здесь забота о себе не столько консервирует прежний образ Я, продолжая поддерживать целостность индивида, оберегая и ублажая его, сколько, напротив, становится источником трансформации и развития, внося в образ Я элемент надежды, а значит – нестабильности. Таким образом, при смене ракурса оценки и интерпретации тенденций современности, эмоции и чувства становятся ключевыми «драйверами» морального выбора в стремлении подтвердить свою идентичность [9, 67], начинают выступать в качестве механизмов регулирования отношений [7], и именно эмоциональная рефлексивность становится источником моральных действий. Моральная идентичность рассматривается современной психологией как феномен, организующий взаимодействие внешних влияний и внутренних интенций, «орган», в котором и «вырабатываются» моральные чувства и поведенческие интенции [11;12].

Границы «Я» при такой интерпретации оказываются не предметом защиты, а предметом исследования и преодоления. Категория заботы приобретает трансцендентный характер: это уже не забота о целостности «Я» (в первую очередь, телесной его ипостаси) или благополучия и стабильности определенной идентичности, а способ бытия – «мера индивидуального продвижения по пути очеловечивания» [4, 108]. Н. Хуквэй настаивает, что, поскольку индивидуальное Я рождается во взаимодействиях с другими людьми, то источником морального действия становится именно этика самореализации и самосовершенствования. Этический идеал аутентичности или подлинности, подразумевающий открытие себя, самореализацию и личное совершенствование (быть самим собой), играет важную роль в западной культуре. Этот идеал уравнивает творческую и неконформистскую аутентичность и внешние отношения, тем самым их развивая [27], позволяет осуществиться более насыщенным и ярким формам существования, в то же время порождая ответственность перед самим собой. Поэтому при рассмотрении морали современного общества важно принимать во внимание то, что общество в целом и сообщества в частности не являются единственной моральной силой, учитывать моральную силу эмоций и моральную идентичность индивидов, которая порождается практиками самосовершенствования в терапевтической культуре [19, 852–853]. Обращение к проблеме сообществ позволяет, таким образом, охарактеризовать современную мораль как элемент, отличающий свободные, и потому хрупкие, отношения в сообществе, развитие которых побуждает индивида к ответственности и творчеству и, таким образом, выступает ресурсом «заботы о себе».

Диагноз морального кризиса в отношении современного общества и связанная с ним репрезентация заботы о себе как гедонистической компоненты индивидуального поведения, основан на предположении о том, что общество является единственным и необходимым источником морали. Эти основные элементы – религия, традиционные институты власти, обычное право (адат) - в традиционном обществе производящие и поддерживающие сильную мораль, в

обществе современном находятся в стадии разложения. И в случае игнорирования этического значения индивидуального Я, эмоций и телесности, а также терапевтических идеалов самосовершенствования, действительно рисуется мрачная картина духовного упадка современного общества и всепоглощающего эгоизма современного индивида. Однако при учете моральной продуктивности эмоций и телесности и потенциала практик самосовершенствования и достижения аутентичности как позитивных в моральном отношении культурных ценностей [19], мы входим в принципиально новую область интерпретации заботы о себе как культурной практики и морально-иницированного паттерна. В этой области забота о себе современного человека, возможно, лишь во внешних своих проявлениях сопоставима с заботой о себе человека Античности или Нового времени. Она имеет принципиально иной социальный смысл. Н. Хуквей доказывает, что современная социология морального упадка строится на положениях социологии Э. Дюркгейма о моральном кризисе современного общества [20]. Он критикует три основных предположения относительно морали, которые содержатся в теоретической системе Дюркгейма, и на которых держится социология морального упадка наших дней.

Практики самосовершенствования и заботы о себе не являются нарциссичными, они позволяют индивиду вернуть смысл своей жизни, соответствовать моральным идеалам и проявить творческое начало, адаптируясь к миру. Согласно Н. Хуквею, современная социальная теория должна отказаться от дюркгеймовской трактовки самосовершенствования в качестве аморальной практики и признать, что это на самом деле есть способ интеграции в моральный порядок.

По Дюркгейму, мораль рождается из того, что является внешним по отношению к индивиду – из авторитета, а Я не может быть источником морали. В социологии Дюркгейма мораль сводится к своим объективным социальным функциям, но при этом упускаются ее содержательные аспекты. Поэтому мораль нельзя приравнять к конформности, подчинению, соблюдению норм в соответствии с представлениями большинства. Современный человек, обладающий свободой выбора, выступает полноправным моральным агентом, который может полагаться на свои моральные чувства и свое Я, и поддерживать моральный порядок общества посредством практик самосовершенствования и совладания со своими разрушительными импульсами и эмоциями. Критический пересмотр социологии морали Э. Дюркгейма и отказ от воспроизведения ее основных положений современными социологическими концепциями позволят по-новому взглянуть на современный моральный индивидуализм и признать принципиально новое звучание заботы о себе как ориентира морального восприятия и действия современного человека. Так, мы видим, что обращение к феномену «заботы о себе» ставит глубокие вопросы, переопределяющие соотношение индивидуального и социального.

Библиографический список:

1. Болотникова Е.Н. Рождение себя в практиках заботы: взгляд из настоящего// Мы все в заботе постоянной... Концепция заботы о себе в истории педагогики и культуры. Материалы Международной конференции памяти философа, социолога, психолога Г.В. Иванченко (1965–2009) (НИУ ВШЭ, Москва, 9–11 сентября 2015). Под ред. М.А. Козловой, В.Г. Безрогова. Часть 1: Постоянство пребывания с собою. М.: Канон+, 2015. с. 180-194.
2. Горбачева А.Г. Ситуация человека: отказ от заботы о себе// Мы все в заботе постоянной... Концепция заботы о себе в истории педагогики и культуры. Материалы Международной конференции памяти философа, социолога, психолога Г.В. Иванченко (1965–2009) (НИУ ВШЭ, Москва, 9–11 сентября 2015). Под ред. М.А. Козловой, В.Г. Безрогова. Часть 2: Что-то ведет нас в глубь самих себя. М.: Канон+, 2015. с.343-353.
3. Как начать заботиться о себе?/ Эл.ресурс. URL: <http://www.grc-eka.ru/kak-nachat-zabotitsya-o-sebe.html> [дата обращения: 09.03.2015].
4. Леонтьев Д.А. К дифференциальной антропологии // Наука и будущее: идеи, которые изменят мир: материалы международной конференции. М., 2004. С. 107-109.
5. Петров В.Е. Праздность как «забота о себе» в современном философском дискурсе// Мы все в заботе постоянной... Концепция заботы о себе в истории педагогики и культуры. Материалы Международной конференции памяти философа, социолога, психолога Г.В.

- Иванченко (1965–2009) (НИУ ВШЭ, Москва, 9–11 сентября 2015). Под ред. М.А. Козловой, В.Г. Безрогова. Часть 2: Что-то ведет нас в глубь самих себя. М.: Канон+, 2015. с.359-370.
6. Хайдеггер М. Бытие и время / пер. с нем. В.В. Бибихина. М.: «Академический проект», 2013.
 7. Ahmed S. Collective feelings, or, the impressions left by others // *Theory, culture a. society*. 2004. Vol. 21. № 2. P. 25–42.
 8. Baron R.A., Byrne D. *Social psychology* (9th ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon, 2000.
 9. Bauman Z. *Postmodern ethics*. Cambridge, MA: Blackwell, 1993.
 10. Bell D. *The cultural contradictions of capitalism*. N.Y.: Basic books, 1976.
 11. Blasi A. Moral development and moral action: A theoretical perspective// *Developmental Review*. Elsevier, 1983. Vol. 3. № 2. P. 178–210.
 12. Blasi A. Moral functioning: Moral understanding and personality / In D. K. Lapsley & D. Narvaez (Eds.), *Moral development, self and identity: Essays in honor of Augusto Blasi*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum & Associates, 2004. P. 310-336.
 13. Crawford R. Health as meaningful social practice. // *Health*. 2006. Vol.10. № 4. P.401–420.
 14. Crawford R. Healthism and the medicalization of everyday life. // *International Journal of Health Services Research*. NY: Baywood Publishing Company, 1980. Vol.10. № 3. P. 365–388.
 15. Dworkin S.L., Wachs F.L. *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. New York: New York University Press, 2009.
 16. Foucault M. *Power/knowledge: Selected interviews and other writings 1972-1977*. New York, NY: Pantheon, 1980.
 17. Foucault M. *The care of the self*. New York, NY: Vintage Books, 1988.
 18. Fowers B.J. Instrumentalism in psychology: Beyond using and being used // *Theory and Psychology*. 2010. Vol. 20. P. 102–124.
 19. Hookway N. Emotions, body and self: Critiquing moral decline sociology // *Sociology*. 2013. Vol. 47. № 4. P. 841–857.
 20. Hookway N. Moral decline sociology: Critiquing the legacy of Durkheim // *Journal of sociology*. 2014. Jan. 20. P. 1–14. Available at: <http://intljournals.sagepub.com/content/early/2014/01/20/1440783313514644.full.pdf+html> [date of access: 27.12.2015].
 21. Janoff-Bulman R., Carnes N.C. Surveying the Moral Landscape: Moral Motives and Group-Based Moralities // *Personality and Social Psychology Review*. 2013. Vol. 17. № 3. P. 219–236.
 22. Lasch C. *The culture of narcissism: American life in an age of diminishing expectations*. N.Y.: Norton, 1979.
 23. Lefebvre A. The Rights of Man and the Care of the Self // *Political Theory*. 2014. Vol. 43. № 4. P. 1 – 23.
 24. MacIntyre A. *After virtue: A study in moral theory*. L.: Duckworth, 1985.
 25. Reiff Ph. *The triumph of the therapeutic: Uses of faith after Freud*. N.Y.: Harper & Row, 1987.
 26. Roberto K.A., Gigliotti C.M., Husser E.K. Older women’s experiences with multiple health conditions: Daily challenges and care practices // *Health Care for Women International*. 2005. Vol.26. № 8. P. 672–692.
 27. Taylor C. *The ethics of authenticity*. Cambridge (MA): Harvard university press, 1992.
 28. Weiten W. *Psychology: Themes and variations* (9th ed.). Belmont, CA: Wadsworth, 2011.
 29. World Health Organization. *Health Education in Self-Care: Possibilities and Limitations*. - Geneva: World Health Organization, 1983.

Kozlova M.A. The moral of self-care in the sociological approach to modernity

In the analytical review we examine the discourses around the phenomenon of care of the Self in mass culture, political sciences, psychology of morality and sociology. Care of the Self is presented not only as a mechanism of maintaining and developing of the identity of the individual. In the context of modern societies the practices of care of the Self allow the individual to return meaning to his life, to conform to the moral ideals and to show creativity, adapting to the world.

Key words: care of the Self, sociology of modernity, altruism, morality