

159.9 (075.8)

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

В. П. МОСКАЛЕЦЬ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА

**В. П. МОСКАЛЕЦЬ**

# **ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Підручник**

НБ ПНУС



814182

Київ  
Видавництво Ліра-К  
2020

УДК 159.9(075.8)

М82

Рекомендовано до друку Вченою радою  
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»  
(протокол № 8 від 24 вересня 2019 р.)

**Рецензенти:**

**І. В. Данилюк** – доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України;

**С. Д. Максименко** – доктор психологічних наук, професор, дійсний член НАПН України, заслужений діяч науки і техніки України, лауреат Державної премії України;

**І. Д. Пасічник** – доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, Герой України.

**Москалець В. П.**

М82

Загальна психологія [текст]: підручник. /  
В. П. Москалець. – К. Ліра-К., 2020. – 564 с.

**ISBN 978-617-7748-90-7**

В підручнику з позиції системного підходу розкрито функціональну сутність, основні функції та інформаційну природу психіки. Висвітлено сутнісний зміст і системну взаємодію базових структурних утворень людської психіки: уваги, відчуттів, сприймання, уяви, інтелекту, мислення й мовлення, пам'яті, емоційних процесів і станів. З позицій гуманістичної парадигми та мотиваційно-динамічного підходу в психології показано основні складові та властивості особистості як психічної системи, в якій інтегрально поєднуються у цілісну сукупність усі структури й функції психіки, зокрема: біологічну, суспільну (соціальну) і духовну природу (сутності) людини; задатки й здібності, темперамент, кореляційні взаємозв'язки конституційно-антропометричних та психічних властивостей індивіда; соціальні та соціально-психологічні умови, фактори й механізми формування та функціонування психіки особистості, зокрема, «Втечі в Натовп». (*“Escape to Crowd”*), «Втечі від Свободи» (*“Escape from Freedom”*), «Позитивної Свободи»; основний психологічний зміст духовності, моральності, совісті особистості, психології християнської любові та «розумного егоїзму», «Втечі від Абсурду» (*“Escape from Absurd”*), психорегулятивний аспект віри в Бога; характер; загально-психологічний аспект діяльності особистості та її видів: комунікативної (спілкування), ігрової, пізнавальної, аксіологічної (ціннісно-орієнтаційної), педагогічної (праці).

Для студентів спеціальності «Психологія»

імені Василя Стефаника

код 02125266

УДК 159.9(075.8)

**НАУКОВА БІБЛІОТЕКА**

© В. Москалець, 2020

ISBN 978-617-7748-90-7 8 1 4 1 8 2

© Видавництво Ліра-К, 2020

Вступ .....	10
-------------	----

## ЧАСТИНА I. ФУНКЦІОНАЛЬНА СУТНІСТЬ ПСИХІКИ

Розділ 1. Психіка – ідеальний об’єкт .....	13
--	----

Розділ 2. З історії тлумачень функціональної сутності психіки .....	18
---	----

2.1. Повсякденно-практичні психологічні знання .....	18
2.2. Первісні уявлення про душу та її функції .....	23
2.3. Функції психіки за Демокритом, Сократом, Платоном .....	26
2.4. Основний функціональний зміст свідомості людини .....	30
2.5. Підсвідомі й несвідомі феномени у психіці людини .....	34
2.6. Функціональні аспекти психіки за Арістотелем .....	36
2.7. Функції психіки за К. Галеном .....	38
2.8. Продуктивні тлумачення функцій психіки у XVII–XIX століттях .....	39
2.8.1. «Нервова машина» і “ <i>Cogito ergo sum</i> ” за Р. Декартом .....	39
2.8.2. “ <i>Tabula rasa</i> ”, асоціація та рефлексія за Дж. Локком .....	42
2.8.3. Основи науково-психологічного принципу детермінізму у вченні Б. Спінози .....	43
2.8.4. “ <i>Esse est percipio</i> ” за Дж. Берклі .....	44
2.8.5. «Композиція сенсоріуму» і «компас життя» згідно з І. Прохазкою .....	45
2.8.6. Основні функції психіки з позицій теорії еволюції Ч. Р. Дарвіна .....	47
2.9. Функціональні аспекти сигнального зв’язку .....	58
2.9.1. Психіка як регулятор гомеостазису організму згідно з І. М. Сеченовим .....	58
2.9.2. Психологія сигнального зв’язку (умовного рефлексу) у вченні І. П. Павлова .....	60
2.9.3. Основний психологічний зміст «сполучного рефлексу» за В. М. Бехтеревим .....	68

<b>Розділ 3. Предмет і методи загальної психології.....</b>	<b>71</b>
3.1. Предмет загальної психології.....	71
3.2. Місце психології в системі наук та місце загальної психології в структурі галузей психологічної науки.....	73
3.3. Методи загальної психології .....	76
3.3.1. <i>Методологічні принципи в психології</i> .....	77
3.3.2. <i>Інтроекція</i> .....	80
3.3.3. <i>Самоспостереження</i> .....	82
3.3.4. <i>Спостереження</i> .....	91
3.3.5. <i>Експеримент</i> .....	93
3.3.6. <i>Психологічне моделювання</i> .....	97
3.3.7. <i>Методи вивчення літературних та історичних джерел і продуктів діяльності</i> .....	99
3.3.8. <i>Математично-статистичні методи в загально-психологічних дослідженнях</i> .....	99

<b>Розділ 4. Психофізіологічна проблема. Мозок і психіка.....</b>	<b>102</b>
4.1. З історії становлення наукового підходу до психофізіологічної проблеми.....	102
4.2. Психологічна функціональна структура головного мозку людини, виявлена внаслідок екстирпацій його ділянок.....	105
4.3. Електричні подразнення головного мозку як метод вивчення локалізації у ньому психічних феноменів .....	115
4.4. Електрична активність головного мозку людини як свідчення його функціонального зв'язку з психікою .....	119
4.5. Вплив на мозок і психіку людини психотропних речовин.....	121
4.5.1. <i>Основні способи впливу психотропних речовин на мозок і психіку людини</i> .....	121
4.5.2. <i>Збуджуючі засоби та їх стимулюючі впливи</i> .....	124
4.5.3. <i>Алкоголь як нейродепресант</i> .....	125
4.5.4. <i>Заспокійливий та снодійний ефект барбітуратів і транквілізаторів</i> .....	126
4.5.5. <i>Психотропний вплив наркотиків та його згубні наслідки</i> .....	126
4.5.6. <i>Ейфорія від марихуани і гашишу</i> .....	127
4.5.7. <i>Природні й синтезовані галюциногени або психоделіки</i> .....	128

4.6. Функціональна специфіка правої та лівої півкуль головного мозку людини.....	137
4.7. Проблема природи зв'язку мозку і психіки .....	139
4.8. Зв'язок мозку і психіки за принципом кодування інформації .....	143
<b>Короткий термінологічний словник до Частини I .....</b>	<b>149</b>
<b>Література</b>	
Базова щодо Частин I, II, III.....	162
Допоміжна щодо Частин I, II, III.....	162
Література до Частини I.....	162

## **ЧАСТИНА II. ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ І СТАНИ**

<b>Розділ 5. Увага .....</b>	<b>164</b>
5.1. Функції уваги .....	165
5.2. Види уваги.....	167
5.3. Властивості уваги .....	170
<b>Розділ 6. Відчуття.....</b>	<b>174</b>
6.1. Перекодування інформації в аналізаторі.....	174
6.2. Модальність відчуття. Синестезія.....	177
6.3. Емоційні тони відчуттів .....	180
6.4. Класифікація відчуттів.....	182
6.5. Пороги відчуттів. Інтенсивність відчуття. Чутливість та адаптація органів чуття .....	190
6.6. Сенсibiliзація .....	195
6.7. Прості, основні та складні відчуття .....	199
6.8. Чисті й змішані відчуття .....	200
6.9. Інерція відчуттів .....	202
<b>Розділ 7. Сприймання .....</b>	<b>204</b>
7.1. Предметність чуттєвого відображення.....	204
7.2. Структурність відображення як властивість сприймання ..	214
7.3. Цілісність відображення як властивість сприймання .....	222
7.4. Константність і вибірковість відображення як властивості сприймання .....	228
<b>Розділ 8. Уява .....</b>	<b>238</b>
8.1. Послідовні та ейдетичні образи. Галюцинації. Сновидіння. Гіпноітичні стани .....	238

8.2. Образи уяви. Види образів уяви.....	241
8.3. Чинники образів уяви.....	245
8.4. Властивості образів уяви. Основні психологічні концепції уяви .....	247
8.5. Зміни образів уяви в процесі уявлення.....	253
<b>Розділ 9. Мислення</b> .....	259
9.1. Функціональна психологічна сутність інтелекту та мислення.....	260
9.2. Наочно-дійове мислення.....	264
9.3. Наочно-образне мислення .....	270
9.4. Взаємозв'язки мислення і мовлення.....	271
9.4.1. Домисленнева стадія розвитку мовлення і домовленнева стадія розвитку мислення дитини .....	271
9.4.2. Асоціативні комплекси. Синкретичні образи. Трансдукція.....	273
9.4.3. Символ. Словесний символізм. Слово як знак.....	275
9.4.4. Значення слова як одиниця єдності мислення і мовлення .....	278
9.4.5. Егоцентричне мовлення дитини як засіб мислення .....	282
9.4.6. Предикативність внутрішнього і письмового мовлення .....	286
9.5. Понятійне мислення .....	287
9.6. Творче мислення.....	290
<b>Розділ 10. Пам'ять</b> .....	295
10.1. Функціональна сутність пам'яті.....	295
10.2. Види пам'яті.....	296
10.2.1. Види пам'яті за модальністю відчуттів і за домінуючою психічною модальністю мнемічної інформації .....	297
10.2.2. Мимовільна й довільна пам'ять .....	300
10.2.3. Оперативна, короткотривала й довготривала пам'ять.....	301
10.3. Мнемічні процеси.....	302
10.3.1. Запам'ятовування.....	303
10.3.2. Мнемічне збереження.....	310

10.3.3. Мнемічне відтворення.....	313
10.3.4. Забування.....	315
<b>Розділ 11. Емоційні процеси і стани.....</b>	<b>323</b>
11.1. Емоція. Афект. Настрій.....	324
11.2. Емоційна складова стресу.....	332
11.3. Проблема функціональної сутності емоційних переживань.....	335
11.4. Почуття. Вищі почуття.....	338
<b>Короткий термінологічний словник до Частини II.....</b>	<b>344</b>
<b>Література до Частини II.....</b>	<b>359</b>

## **ЧАСТИНА III. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ**

<b>Розділ 12. Психологічна сутність особистості.....</b>	<b>362</b>
12.1. Актуальність проблематики психології особистості на сучасному етапі розвитку людства.....	363
12.2. Біологічна, суспільна і духовна природа людини.....	366
12.3. Диференціація понять: особистість, людина, індивід (індивідуум), особа, індивідуальність.....	371
<b>Розділ 13. Задатки і здібності особистості.....</b>	<b>375</b>
13.1. Задатки.....	375
13.2. Якісна і кількісна характеристики здібностей.....	380
13.3. Обдарованість. Талант. Майстерність.....	383
13.4. Умови і фактори розвитку та реалізації здібностей, таланту, майстерності.....	385
13.5. Перспективні напрямки розвитку здібностей.....	387
<b>Розділ 14. Темперамент особистості.....</b>	<b>389</b>
14.1. З історії становлення вчення про темперамент.....	389
14.2. Психологічні властивості темпераменту.....	393
14.3. Вплив властивостей темпераменту особистості на її діяльність.....	400
<b>Розділ 15. Кореляція конституційно-антропометричних і психічних властивостей особистості.....</b>	<b>404</b>
15.1. Хіромантія і дерматогліфіка. Фізіогноміка.....	404



15.2. Конституційно-антропометрична концепція	
Е. Кречмера .....	410
15.2.1. Шизо і цикло-радикали .....	411
15.2.2. Конституційні та психічні властивості циклотиміків/циклоїдів .....	422
15.2.3. Конституційні та психічні властивості шизотиміків/шизоїдів.....	428
15.3. Конституційно-антропометрична концепція	
У. Шелдона.....	433
15.4. Епітимік/епілептоїд як тип особистості	
за П. Б. Ганнушкіним .....	437
15.4.1. Епілептичний характер. Епітимік/епілептоїд як тип особистості .....	437
15.4.2. Ядерний тип злочинця та геніальність за Ч. Ломброзо .....	440
15.5. Вплив гормонів ендокринних залоз на психіку та конституцію людини .....	441
<b>Розділ 16. Суспільна природа особистості .....</b>	<b>446</b>
16.1. Мотиваційна динаміка стосунків між особистістю і тоталітарним режимом «Втеча в Натовп» (“ <i>Escape to Crowd</i> ”).....	447
16.1.1. Сутність, фактори та механізми конформізму. «Втеча в Натовп» .....	448
16.1.2. Психотична база тоталітарних режимів .....	455
16.1.3. Комплексування особистості в тоталітарному та посттоталітарному суспільствах.....	457
16.2. Соціальні фактори мотивації особистості в демократичному суспільстві «Втеча від Свободи» (“ <i>Escape from Freedom</i> ”). «Позитивна Свобода» .....	461
16.2.1. Проблема утилітарної мотивації праці «базової особистості» демократичного суспільства .....	461
16.2.2. «Втеча від Свободи» за Е. Фроммом .....	462
16.2.3. «Позитивна свобода» за Е. Фроммом.....	466
16.3. Соціально-психологічні механізми формування та функціонування суспільної природи особистості .....	467
16.3.1. Механізм інтерації .....	467
16.3.2. Традиції, звичаї як нормативно-регулятивна база соціально-психологічного впливу соціуму на особистість .....	468

16.3.3. Соціально-психологічні механізми взаємовпливу: Переконування. Навіювання (сугестія). Наслідкування. Емоційне зараження.....	471
16.3.4. Соціально-психологічні механізми взаєморозуміння: Ідентифікація. Емпатія. Рефлексія .....	475
<b>Розділ 17. Духовність особистості .....</b>	<b>478</b>
17.1. Основний психологічний зміст духовності особистості....	478
17.2. Основний психологічний зміст моральності особистості .....	480
17.2.1. Психологія моральності та совісті особистості .....	480
17.2.2. Психологія любові .....	485
17.2.3. Психологія «розумного егоїзму» .....	488
17.3. Основна проблема людини у екзистенціалізмі та в екзистенційній психології .....	491
17.4. «Втеча від Абсурду» (“ <i>Escape from Absurd</i> ”). Позиція «Всупереч Абсурду».....	497
17.5. Психорегулятивний аспект віри в Бога .....	500
<b>Розділ 18. Характер особистості.....</b>	<b>510</b>
18.1. З історії тлумачень поняття «характер» .....	510
18.2. Основний психологічний зміст характеру особистості .....	511
18.3. Я-концепція як складова характеру особистості .....	513
18.4. Воля в структурі характеру.....	518
18.5. Акцентуації характеру .....	518
18.6. Симптомокомплекси характеру особистості .....	519
<b>Розділ 19. Загально-психологічний аспект діяльності особистості .....</b>	<b>521</b>
19.1. Діяльність як спосіб існування людини .....	521
19.2. Комунікативна діяльність або спілкування .....	523
19.3. Ігрова діяльність або гра .....	526
19.4. Пізнавальна діяльність .....	536
19.5. Аксиологічна або ціннісно-орієнтаційна діяльність .....	537
19.6. Трудова діяльність або праця .....	539
<b>Короткий термінологічний словник до Частини III .....</b>	<b>544</b>
<b>Література до Частини III.....</b>	<b>558</b>

*«Немає нічого більш практичного,  
ніж хороша теорія.»*

Густав Роберт Кірхгоф.

## ВСТУП

Видатний філософ Еллади Геракліт з Ефеса (біля 520–460 до н. е.) наголошував, що у пізнанні слід прагнути не повноти знання, а повноти розуміння, тому що самі лиш знання розуму не дають. Дійсно, розуміння сутності, істотних властивостей об'єкта є необхідною умовою, найпотужнішим засобом і вирішально-визначальним чинником адекватного й ефективного використання, перетворень і подальших досліджень його. Отже, розуміння сутнісних, істотних властивостей об'єкта – *якісний* вимір і маркер (показник) знань, відомої інформації про нього.

*Об'єкт* (лат. *objectum(s)* – предмет) – той предмет, явище, на який/яке спрямована активність, діяльність, дії суб'єкта.

*Суб'єкт* (лат. *subjectum(s)* – те, що лежить в основі, базове) – активне начало діяльності, той, хто діє, здійснює.

Найбільш істотними, сутнісними властивостями будь-якого об'єкта (предмета, явища) є його функції, представлені у способі його існування, у його взаємодії з іншими об'єктами, у впливах, які він чинить і може вчинити на них, а відтак, у можливих способах застосування, використання його тощо. Відтак, предмети і явища визначають та характеризують насамперед і головним чином за їх функціональними властивостями. До прикладу, стілець, лавка, крісло – це предмети, на яких сидять. Дощ – це вода, яка ллється з хмар і насичує землю вологою. Печінка – це орган, який очищує організм від токсичних, шкідливих для нього речовин.

*Функції* (лат. *function* – здійснення, виконання) – це спосіб існування об'єкта, його взаємозв'язки з іншими об'єктами, впливи на них, його призначення й використання тощо.

Функціям об'єкта відповідає його структура – складові та їх поєднання. До прикладу, структура (будова) корабля відповідає його функції (призначенню) – плавати; автомобіля – їздити суходолом; потяга – по рейках; легенів – дихати; рухового апарату (кісток, м'язів, сухожилок) нижніх кінцівок людини – ходити.

**Структура** (лат. *structura* – будова, розташування, влаштування, порядок) – поєднані певним чином складові частини об'єкта, взаємодія яких забезпечує його функціонування.

Жоден предмет, явище в нашому світі не існує ізольовано від інших, сам/само собою. Все, що існує, перебуває у чисельних функціональних взаємозв'язках з певними іншими предметами, явищами. До прикладу, організм тварини – це система, існування якої забезпечує функціональна взаємодія систем органів – опорно-рухової, кровоносної, дихальної, травної, лімфатичної, ендокринної, нервової, статевої, кожна з яких складається з тих органів, взаємодія яких забезпечує її функціонування. Організм живе, функціонує у природній системі, яка називається біоценоз. Сукупність біоценозів утворює біосферні системи – частини тих оболонок Землі, на яких існує життя як планетарна система.

**Система** (грец. *systema* – сполучення, ціле, утворене поєднанням частин) – функціональна пов'язаність структурних складових предметів, явищ та їх сполучень у цілісну сукупність, в єдине ціле.

Наведені положення висвітлюють суть методологічних засад системного підходу в сучасній науці, який скеровує на сутнісні, істотні властивості об'єкта, що досліджується, – на його функціонування в системах його існування. Тільки цей підхід може забезпечити глибоке наукове пізнання сутності предметів, явищ, їх властивостей. Тому він став універсальним – на його засадах розбудовуються всі фундаментальні науки та інноваційні освітні програми.

Відтак, матеріал цього підручника структуровано й викладено згідно з системним підходом в психології: *Частина 1. Функціональна сутність психіки – її основні функції та*

функціональні зв'язки. *Частина 2.* Психічні процеси і стани – базові функціональні структури психіки людини. *Частина 3.* Загальна психологія особистості – основні (базові) утворення психіки особистості, які вирішально-визначальним чином впливають на якісні та кількісні особливості (характеристики) усіх психічних процесів і станів людини та забезпечують їх системно-суб'єктне функціонування.

Зауважимо, феноменологія особистості як психічної системи – вельми розлога й глибока. Тому в багатьох університетів світу, зокрема й в українських, майбутні психологи вивчають «психологію особистості» та/або «персонологію» (*лат. persona – особа, особистість*) і як окрему дисципліну, і як різні спеціальні навчальні курси. В курсі загальної психології мають висвітлюватись ті основні, базові утворення психіки особистості, котрі забезпечують її системно-суб'єктне функціонування: задатки й здібності, темперамент, характер, мотиваційна динаміка, діяльність.

## Частина I.

# ФУНКЦІОНАЛЬНА СУТНІСТЬ ПСИХІКИ

### Розділ 1.

## ПСИХІКА – ІДЕАЛЬНИЙ ОБ'ЄКТ

Термін *психологія* утворений поєднанням двох стародавньогрецьких слів: *psychē* – псюхе (українською мовою – психіка), що означає душа і *logos* – слово, вчення, наука. Тобто, психологія – наука про душу.

Об'єкт науки психології – *душа* – особливий. Його особливість полягає в тому, що він – ідеальний. Але не в розумінні – досконалий, довершений, взірцевий тощо, а у відсутності в ньому ознак матеріальності – форми, маси (ваги), консистенції, щільності, забарвлення і т. ін. Тому його неможливо безпосередньо сприйняти, відобразити органами чуття (побачити, почути, помацати, понюхати, посмакувати, зважити) та/чи вловити й зафіксувати за допомогою приладів, реактивів тощо (принаймні, на сьогоднішній день таких приладів, реактивів немає). На нього не діють відомі науці матеріальні сили, не поширюються закони матеріального світу.

До прикладу, образи уяви – психічний феномен – можуть линути і в минуле, і в майбутнє, в будь-який час і в будь-яке місце, зрозуміло, лиш з відомих суб'єкту цих образів. Вочевидь, що мрії про відпочинок на Мальдівах, уявне, віртуальне перебування там – щось якісно відмінне від реальної відпочинкової присутності на цих райських островах. В жодній «пробірці» не можна зібрати й виміряти вольові зусилля, муки совісті, щастя й страждання закоханих. Відносно просте відчуття, скажімо, смаку морозива, що виникає під час контакту цього продукту з поверхнями ротової й носової порожнин, чутливими щодо смакових (невдовзі ви дізнаєтесь, що й нюхових) подразнень, суттєво відмінне від тих матеріальних, біохімічних властивостей цього продукту, які викликають його. Ці властивості – матеріальні, отже, їх можна вивчати засобами біохімії та інших природничих наук, а відчуття,

яке вони породжують, – ідеальне, існує лиш у психіці суб'єкта, дізнатись щось про нього можна лиш з розповіді цього суб'єкта.

Однак, хоча психічні феномени (*грец. fenomeno – те, що являє себе, явище*) ідеальні, нематеріальні, їх основним, базовим змістом є чуттєва інформація (зорова, слухова, нюхова, смакова, дотикова, м'язева) про матеріальний світ, про матеріальні предмети, явища, про їх властивості.

Ідеальні відображення у психіці матеріальних об'єктів самі собою не впливають на матеріальні властивості цих об'єктів. Іншими словами, психіка відображає предмети і явища, оперує такою відображеною інформацією про них, не змінюючи їх, не порушуючи їх структури, тобто, без матеріально відчутних для них наслідків.

Але, необхідно зауважити, що є факти, які вказують на можливу, вірогідну наявність у психічному деяких ознак, схожих на матеріальні. Це – фотографії пароподібного випару над тілами людей в момент їх смерті, зроблені за допомогою спеціальних потужних фотоапаратів. Воднораз, дуже точні ваги фіксують в цей момент зменшення ваги тіл цих людей на 50-80 грамів. Можливо, це душа відлітає, покидає тіло? А відтак, можливо, що душа має якусь пароподібну консистенцію і вагу... *Можливо також, що між матеріальним та ідеальним немає виразної межі, що вони гармонійно поєднуються якоюсь субстанцією (лат. substantia – сутність, основа) енергетичної природи, але, на сьогоднішній день жодні субстанції такого роду земній науці невідомі, вчені нічого не знають про такі субстанції, якщо не брати до уваги різні припущення фантастичного характеру.*

Є також феномени, які свідчать про можливість *безпосереднього* психічного впливу на матеріальні об'єкти. Найбільш виразні й переконливі з таких феноменів – психокінез (іноді зустрічаються назви-синоніми – паракінез і телекінез) та левітація.

Психокінез (*грец. psyche – душа, психіка і kinēsis – рух*) – пересування матеріальних предметів суто психічними зусиллями без жодного матеріального контакту суб'єкта з цими предметами. До прикладу, Нінель Кулагіна могла не лише рухати в такий спосіб різні предмети (порівняно невеликі й не важкі), а й відчутно впливати на життєдіяльність різних організмів, до прикладу, цілковито зупинити серце жаби, істотно пригальмувати биття серця людини тощо. Потужну психокінетичну спроможність демонструють також Урі Геллер, Галина Виноградова та інші особи.

Левітація (англ. *levitation* – зліт, здійснення в повітря) – підняття в повітря свого тіла, утримання його в такому стані, літання за допомогою суто психічних зусиль. Левітацію з давніх-давен практикують східні релігійно-містичні вчення, насамперед і головно, йога.

Жодних науково вагомих пояснень цих і подібних феноменів немає, хоча вчені вивчають їх від середини ХІХ століття. Проте, останнім часом завдяки новітнім засобам наукових досліджень час від часу з'являються змістовні й цікаві відкриття в цій таємничій, загадковій сфері людської психіки. Так, нейрофізіологи й психофізіологи ретельно вивчають мозок Роні Маркуса, який стабільно, протягом багатьох років демонструє потужну спроможність до психокінезу та інші екстрасенсорні здатності. В 2003 році вони дійшли висновку, що в його головному мозку є тільки одна структурна відмінність від здорового (не ураженого жодними руйнаціями) мозку звичайної, пересічної, «середньостатистичної» людини. В нього не «скам'янів» і не постарів епіфіз.

Епіфіз або шишкоподібна залоза – невелика за розмірами і одна з найбільш загадкових мозкових структур. Вченим не вдається виявити його функції. Встановлено лиш, що він якимось чином пов'язаний з секрецією серотоніну («гормону щастя») і меланіну («гормону сну»). Однак, індійські мудреці з давніх-давен вважають епіфіз осередком екстрасенсорних здібностей і називають «третім оком».

*Екстрасенсорне* (англ. *extra-sensory* – позачуттєве, те, що виходить за межі чуття) – феноменальні (надзвичайні) спроможності, які перевершують відомі можливості психіки людини, зокрема, щодо передавання та приймання інформації, бачення майбутнього й прихованого в минулому та в просторових вимірах, впливу на функціонування й стан свого та інших людей організмів, на тварин, рослини, погоду, тощо.

У віці біля 5 років епіфіз людини починає заповнюватись «камінцями» – твердими згустками. В дорослих він затвердіває, «кам'яніє» цілковито й остаточно та «зморщується». Напевне, що внаслідок родової травми, епіфіз Роні Маркуса залишився таким, як у 5-річної дитини – м'яким, «пухким» і «пружним». Цей факт став підставою для гіпотези (наукового припущення): Можливо, якщо наука знайде ефективні та безпечні засоби гальмування «скам'яніння», тобто, старіння епіфіза, люди зможуть активізувати й розвивати свої приховані екстрасенсорні спроможності.



Чисельні факти свідчать, що такі спроможності (здебільшого, до екстрасенсорного діагностування та лікування) з'являються у деяких з тих осіб, котрі пережили клінічну смерть, «вдруге народились», одразу після цієї знаменної для них події.

Окрім левітації, східні релігійно-містичні вчення, насамперед і головно йога й буддизм, практикують чимало інших феноменів дивовижного, всупереч відомим законам природи, безпосереднього психічного впливу суб'єкта на функціональний стан свого тіла (ідеального на матеріальне). До прикладу, у 1927 році в Бурятії буддійський монах високого рангу, хамбо-лама Ігігелов у віці 75 років, напевне, посередництвом якоїсь особливої медитації ввів своє тіло в позу лотоса у стан, схожий на летаргію, а попередньо велів посадити себе в цьому стані у дерев'яний ящик, сховати його в печері і відкрити через 75 років. (Варто зауважити, що параметри тіла людини в позі лотоса відповідають параметрам єгипетських пірамід.) Це був його протест проти руйнування його дацану (буддійський монастир) большевиками. Мовляв, через три чверті століття дацан буде відбудований і відновлений. Монахи виконали всі його настанови. Все сталося так, як він сказав. Хамбо-лама дотепер (!) перебуває в тому стані, у якому його посадили в ящик. Він нерухомо сидить у своєму відновленому дацані, клітини його тіла, згідно з коректними науковими дослідженнями, живі, хоча функціонують надзвичайно сповільнено, на голові виросло волосся. Його обличчя й тіло дуже змінились, але, вочевидь, не виглядають як власне мумія. Дослідники цього феномену за деякими ознаками не виключають, що Ігігелов чує й розуміє те, що говориться й діється навколо нього...

***Летаргія** (грец. *lêthe* – забуття і *argia* – бездіяльність) – стан організму і психіки людини, який має такі зовнішні ознаки: цілковита відсутність реагування органів чуття на подразнення та інших проявів життя, істотне сповільнення метаболізму (обміну речовин), усіх фізіологічних процесів; летаргія може тривати від декількох годин до декількох десятиліть.*

***Медитація** (лат. *meditation* – думати, розмірковувати) – дуже глибоке зосередження суб'єкта з метою проникнення у глибинні, приховані й неусвідомлювані у звичайному стані психіки духовні пласти власної душі, в яких, мовляв, закладено найважливіші екзистенційні (смісло-життєві) істини, справжня сутність людини взагалі і його власна зокрема, тощо.*

Вочевидь, що об'єкт, який неможливо жодним чином матеріально зафіксувати й виміряти – надзвичайно складний для

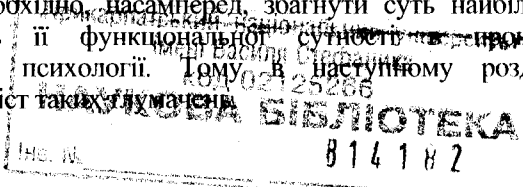
наукового пізнання. Найскладніше, найдивовижніше у світі, в якому живе людина, – її власна психіка, душа. Це – загальновідома істина, якої не важко дійти і шляхом відносно поверхових спостережень та міркувань, на кшталт: Космос – грандіозний, але людська психіка здатна відображати й пізнавати його.

«Багато в світі дивних див, та найдивніше з них – людина», – слушно зауважив видатний драматург Еллади Софокл.

«Якими дорогами ти б не йшов, не дійдеш основ душі, такий глибокий її логос», – зазначив Геракліт.

Отож, не дивно, що фундаментальна наука про душу, теорія психології, її ґрунтовні, основоположні концепції все ще перебувають у зародковому стані. Нойберт Вінер, один з засновників теорії інформації, порівняв сучасну теоретичну психологію з геометрією до Евкліда – творця основ *елементарної* геометрії (!). Воднораз, прикладні, практично зорієнтовані психологічні знання, зокрема й таке специфічне відгалуження їх, як теорія інформації, набули потужного, динамічного, інтенсивного розвитку. Це зумовлено нагальною необхідністю таких знань, що висвітлюється нижче та в інших навчальних курсах.

Найбільш ефективним початком засвоєння наукових знань про складний об'єкт є пізнавальне сходження від зародків його тлумачення шляхом історії становлення та розвитку цих знань. Докладний аналіз процесу розвитку наукових знань про психіку – компетенція історії психології. А для сходження до професійно компетентного загальнопсихологічного розуміння основних функцій, структури та системної організації психіки необхідно, насамперед, збагнути суть найбільш змістовних тлумачень її функціональної сутності та процесу становлення наукової психології. Тому в наступному розділі висвітлено основний зміст таких тлумачень.



### Контрольні запитання та завдання

1. Доведіть, що меседжі на кшталт: «думка – матеріальна», – є некоректними.
2. Чому теоретична психологія (фундаментальна психологічна теорія) і на сьогоднішній день перебуває в зародковому стані?
3. Охарактеризуйте основні прояви безпосереднього впливу ідеального (психічного) на матеріальні об'єкти та виявлені матеріальні ознаки психіки.

## Розділ 2.

# З ІСТОРІЇ ТЛУМАЧЕНЬ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ СУТНОСТІ ПСИХІКИ

### *2.1. Повсякденно-практичні психологічні знання*

Психологія як самостійна наука – доволі молода. Подією, що знаменувала її народження, визнано відкриття першої в світі експериментальної психологічної лабораторії в Лейпцігському університеті під керівництвом відомого німецького психолога, фізіолога і філософа Вільгельма Вундта (1832–1920) у 1879 році. До цієї події і ще певний час після неї науково значущі психологічні знання продукувались, накопичувались і розвивались в лоні філософії та природознавства.

А от повсякденно-практичні психологічні знання, вміння й навички, якими кожен з нас більшою чи меншою мірою володіє, – «однолітки» людства. Їх поява й розвиток зумовлювалась нагальною життєвою необхідністю. Насамперед, щоб ефективно взаємодіяти, необхідно узгоджувати свої дії з іншими суб'єктами цієї взаємодії, впливати на них, до чогось спонукати, а від чогось стримувати, керувати, управляти ними тощо. А це, своєю чергою, вимагає знання особливостей їхніх емоційних та вчинкових реакцій, потреб, бажань, прагнень, уподобань, мотивів, сприймання та мисленнєвого опрацювання інформації, вольових та інших рис характеру, сприятливих чи/та несприятливих щодо відповідної діяльності, поведінки, і т.ін. Формування й функціонування таких ситуативних знань, умінь і навичок здійснюється на основі й посередництвом узагальнених і перевірених практично психологічних знань відповідного змісту й характеру.

У керуванні собою, своєю поведінкою, у самовизначенні в житті, самоствердженні, самоорганізації й саморегуляції тощо неможливо обійтись без більш-менш адекватного розуміння себе, своїх справжніх потреб, уподобань, задатків, здібностей, фізичних, темпераментальних, інтелектуальних, вольових, характерологічних можливостей, що також ґрунтується на відповідних узагальнених психологічних знаннях.

Щоб навчати й виховувати підростаючі покоління, необхідно знати, як важливі щодо цієї справи вікові психологічні особливості, так і ефективні засоби впливу на свідомість, емоційні переживання, мотивацію, ціннісні орієнтації, волю тощо дітей, підлітків, юнаків та дівчат. «Якщо педагогіка хоче виховувати людину в усіх відношеннях, то вона повинна спочатку пізнати її в усіх відношеннях», – зауважив видатний український педагог, засновник вітчизняної педагогічної психології Костянтин Дмитрович Ушинський (1824–1870). Вочевидь, що це стосується не лише наукової, а й традиційної, народної педагогіки, принаймні, щодо тих «відношень», у яких вона прагнула виховувати підростаючі покоління.

Можна було б навести ще чимало переконливих аргументів щодо життєвої необхідності повсякденно-практичних психологічних знань. Без таких знань не може обійтись жодна сфера, жоден вид людської діяльності, в чому переконують усі чисельні напрями, галузі та відгалуження психологічного пізнання, психологічної науки й практики, які продукують такі практично зорієнтовані знання на науково-дослідній основі (див.: 3.2.). Адже всіляка, будь-яка людська діяльність організовується, скеровується, реалізується посередництвом психіки – бажань, волі, інтелекту тощо суб'єкта.

Повсякденно-практичні психологічні знання закарбовані у фольклорі, народній мудрості (у міфах, переказах, казках, піснях, байках, анекдотах, приказках, прислів'ях і т. ін.), у мистецтві. Так, змістовою основою усіх без виключення справді талановитих творів «високої» літератури є влучні, глибоко-аналітичні й витончені описи почуттів, екзистенційних (смісло-життєвих) пошуків, мук і радощів людської душі. Така література – невичерпна криниця правдивих психологічних істин. До прикладу, про геніального російського письменника Федора Михайловича Достоєвського (1821–1880) говорили, що він так глибоко й розлого пізнав зло в людській душі, що часом здається творцем цього зла...

Змістовні «згустки», квінтесенцію повсякденно-побутових психологічних знань являють собою прислів'я. До прикладу: «Розум – добре, а два – краще». Йдеться про те, що сучасна наука назвала "*brain storming*" – «мозкова атака». Це – безпосередній інтенсивний обмін думками компетентних фахівців щодо вирішення якоїсь складної, зокрема, організаційно-управлінської,

проблеми. Вони обмінюються думками, дискутують, сперечаються, адже «в суперечках народжується істина».

Або: «Краще один раз побачити, ніж сто разів почути». Науково доведено, що посередництвом зору людина одержує понад 80% інформації і що зорова інформація найбільш вагома, переконлива й надійна, порівняно з одержаною посередництвом інших органів чуття, відтак, вона, загалом, найкраще сприймається, опрацьовується і запам'ятовується. (Див.: 6.4.).

«Поганому танцюристу штани заважають». В цьому прислів'ї схоплено суть психічного захисту, відкритого видатним австрійським психологом, творцем психоаналізу Зігмундом Фройдом (1856–1939). Суб'єкт не може визнати перед самим собою і перед іншими свою бездарність, недолугість, негідність, жалюгідність тощо, тому що це зруйнує його високу самооцінку, почуття гідності, самоповагу зі всіма негативними, деструктивними щодо його власного «Я» наслідками, які випливають з цього. Отож психіка такого суб'єкта захищається від таких наглих руйнацій за допомогою вишукування об'єктивно неправдивих аргументів для виправдання, маскуванню своїх невдач, помилок, неспроможності, недолугості тощо. Притім, сам він не усвідомлює, не розуміє, не знає, що бреше сам собі, а відтак, іншим, виправдовуючи себе внаслідок прагнення виглядати якомога краще і в своїх, і в їхніх очах. (Див.: 2.5.; 10.3.4.; 16.1.1.; 18.3.; 18.5.).

Індійська (тамільська) мудрість гласить: «Той, хто затамував жагу кохання, може виспатись на колючках». Йдеться про силу почуттів, серед яких найдужчим є кохання. Розум, глузд, воля людини нерідко не можуть впоратись з її почуттями, іншими інтенсивними емоційними переживаннями, приборкати їх, тримати під контролем своєї розсудливості тощо. (Див.: 11.1.; 11.4.). Отож, особа, яка здолала жагу свого кохання, має дуже здоровий глузд і вольовий характер, завдяки чому вона здатна цілковито, уповні володіти собою, своїми діями, вчинками, поведінкою, зокрема й на колючках виспатися, якщо вважатиме це конче необхідним.

Зауважимо, що у високому мистецтві, у фольклорі, зокрема у прислів'ях, насамперед і найбільше йдеться про феномени емоційної сфери психіки людини.

Основною проблемою усіх психотерапевтів (від грец. *psychē* – душа і *therapeia* – лікування, догляд) усіх часів і народів – від

архаїчних шаманів до наймодерніших психоаналітиків з гонорарами від 300\$ за годину – було, є і буде – допомогти людям здолати негативно забарвлені, неприємні, важкі, мордуючі, виснажливі психічно й фізично емоційні переживання (тривогу, страх, тугу, горе, відчай, сором, гнів, злобу тощо). І натомість стимулювати позитивно забарвлені, приємні, оптимістичні, цілющі для душі й тіла (радість, веселість, зацікавлення-захват), які інтегруються у вдоволенні, душевному спокої, піднесенні, почуванні благополуччя.

Емоційний стан – ключовий сенс існування людини, який інтегрує (*лат. integer – цілісний*) усі її життєві смисли. Це означає, що не таким важливим для кожного з нас є те, що ми маємо чи не маємо, як те, як ми до цього ставимось. Радість воно нам приносить, чи ні, тішить чи не тішить. Згідно з модерною стратегією Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), загальне здоров'я особистості (персони) – це не лише відсутність у неї душевних і тілесних (психічних і соматичних) хвороб, розладів, а й стан благополуччя, тобто, позитивно забарвлене емоційне самопочування.

Зауважимо і наголосимо, що йдеться не про «чистий» гедонізм (*грец. ἡδονή – вдоволення, насолода*), тобто, не про самодостатнє «голе» вдоволення як самоціль, незалежне від його причин, факторів тощо. Скажімо, насолода, зумовлена наркотиками та іншими психотропними речовинами, нищівна, згубна, руйнівна щодо соматичного і психічного здоров'я людини (*див.: 4.5.1.; 4.5.3.; 4.5.5.*).

Потужну концепцію саногенного (*грец. sanos – здоров'я і genos – рід, походження*), тобто, життєдайного для особистості вдоволення, почування благополуччя, щастя створив видатний австрійський психолог і психотерапевт Віктор Еміль Франкл (1905–1997). Ключова ідея цієї концепції полягає в тому, що нормальна людина турбується і має турбуватись не про те, вдоволена вона чи невдоволена, щаслива чи нещасна, страждає чи насолоджується, а про причини, підстави свого вдоволення чи невдоволення, муки чи радості. Пояснення цієї позиції він вдало завершив блискучою тезою І. Канта: «Людина хоче бути щасливою, але чого їй слід насамперед і найдужче бажати, то це бути гідною щастя.» (*Див.: № 37. 16.3. у списку літ-ри до Частини III.*).

Тобто, обрання «чистого» гедонізму, вдоволення смислом життя призводить до морального релятивізму (*лат. relativus –*

відносний). Це означає, що незалежно від того, моральними чи аморальними, добродійними чи злочинними є вчинки суб'єкта, вони для нього прийнятні, позитивні й бажані, якщо приносять йому вдовolenня. Відтак, духовно-моральні, гуманістичні, людські критерії оцінки поведінки людини втрачають сенс – у «чистому» гедонізмі, як спрямованості на «голе» вдовolenня, для них немає місця, вони зайві. (Див.: 17.1.; 17.2.).

Невротик, згідно з видатним німецько-американським психологом Еріком Фроммом (1900–1980), це той суб'єкт, який сам не живе, й іншим не дає, тобто, «марудить», «нудить світом», ніщо його не тішить, а навпаки, все «нервує» – викликає негативно забарвлені, неприємні, обтяжливі для нього емоційні переживання тощо. Відтак, він свідомо, цілеспрямовано і несвідомо, «невимушено», спонтанно «грузить» оточуючих людей своїм негативом, індукує на інших свої невротичні емоційні переживання тощо. Від цього йому стає трошки легше на душі.

Тому природно, що і у високому мистецтві, і в фольклорі, зокрема у прислів'ях, йдеться насамперед і найбільше про емоційно-психологічні проблеми. До прикладу: «Люблю як душу, трясу як грушу», – кажуть українці. «Кто каго любіць, тот таго і чубіць», – білоруси. «Милые бранятся – только тешатся», – росіяни. “*Immorantium irrae – amores integration*” («Гнів закоханих – зміцнення кохання»), – говорили в Античному Римі. В усіх цих прислів'ях йдеться про властивість кохання, яка притаманна усім сталим і глибоким почуттям. Вчені, котрі досліджували цю властивість, назвали її «амбівалентністю» (*lat.ambo – обидва і valentia – сила*).

Кожне таке почуття містить редуковану (значно менш інтенсивну) протилежність: любов – ненависть і навпаки, ненависть – любов. Напевне, що і в цьому, зокрема, полягає зміст сентенції: «Кат любить свою жертву». Редукованій амбівалентній протилежності почуття властиво поступово наростати, збільшувати напругу. Досягаючи певного, якогось межового для неї рівня напруги, вона шукає експресивної розрядки. У випадку закоханих, редукована ненависть, основу якої утворює злість, злостиве роздратування, що досягла свого «піку», розряджується у агресивних діях: сварках, звинуваченнях, відповідній інтенсивній жестикуляції, б'ється, в кращому випадку, посуд, в гіршому – фізіономії, тощо. В таких діях світло кохання очищується від каламуті своєї амбівалентності на час, поки та знову підросе до

критичної межі. Після такого очищення, воно, немов повітря після грози, – духмяніє свіжістю, чистотою, приємно хвилює та бадьорить.

Такого роду прикладів можна було б навести чимало. Але й наведені переконливо демонструють, що повсякденно-практичні психологічні знання – влучні, правильні, глибокі й витончені. Проте, вони обмежуються констатацією виявлених властивостей психологічних феноменів з метою врахування та використання їх в процесі взаємовпливу задля взаємодії на засадах взаєморозуміння та порозуміння тощо. Наукова психологія, на відміну від цих знань, намагається не лише виявити й зафіксувати психологічні факти та їх істотні властивості, а й пояснити закони, фактори, механізми їх функціонування – все те, що є найбільш суттєвим, істотним, сутнісним.

## 2.2. Первісні уявлення про душу та її функції

Термін «анімізм» (лат. *anima* – душа), яким позначено первісні уявлення про душу та вірування в неї, ввів у науковий обіг німецький дослідник Георг-Ернст Шталь (1659–1734), котрий трактував його як віру в існування духовних істот, які впливають на людей, і вбачав у такій вірі первісну релігію. Згодом цим терміном позначили віру в існування *невидимих* істот: 1) двійників предметів та явищ, які, мовляв, рухають та керують ними; 2) душ померлих та інших духів. Величезну кількість описань різноманітних анімістичних вірувань з усіх куточків нашої планети зібрав у книзі «Основи соціології» відомий англійський філософ і соціолог Герберт Спенсер (1820–1903).

Психологічний аналіз складних проблем первісних людей, пов'язаних з виживанням, приводить до висновку, що анімізм, як і магія, неминуче мав розвинутись у їхній свідомості. У них не було засобів для адекватного вивчення тих істотних властивостей предметів і явищ навколишнього світу, від яких залежали їхні благополуччя, здоров'я, життя, з метою ефективного впливу на ці предмети і явища, продуктивного використання їх. Відтак, первісні люди були змушені нагальною потребою виживання якимось іншим чином осмислювати і пояснювати їх – шукати якісь інші підходи до них. Історично першим серед таких підходів була магія. (*Психологія магії висвітлюється в навчальному курсі «Психологія релігії».*)



Людський розум осмислює, пояснює невідоме, незнане за аналогією з тим уже відомим йому, на яке так чи інакше подібне це невідоме. Іншими словами, він намагається вишукати таке знане, відоме йому, під яке можна було б «підігнати», «підлаштувати» актуальне для нього незнане шляхом уподібнення їх.

Вивчення названої вище книги Г. Спенсера та інших змістовних описів первісних анімістичних вірувань приводить, зокрема, до висновку, що творці анімізму усвідомлювали, розуміли, хоч, напевне, невиразно, «розпливчато», що спонукою, «двигуном», рушійною потугою їхньої дієвості/недієвості, активності, руху є їхні бажання й небажання. Оскільки інших чинників активності/пасивності вони не знали, то за аналогією з цією зноюю ними спонукою вбачали таку саму спонуку, такий самий «двигун» в усьому, що рухалось, діяло, змінювалось. На думку автора цього підручника, саме ця аналогія скеровувала первісних людей до утворення уявлень про душу (аніму), котра уособлює ту активуючу суб'єктність, яка дає собі звіт (усвідомлює, розуміє), чого і чому бажає чи не бажає, хоче чи не хоче, а відтак, до висновків, що і як може вплинути на її хотіння.

Спостерігаючи смерть, різні стани непритомності, сон, згадуючи власні сновидіння, слухаючи розповіді інших про таке, первісні люди, врешті-решт, більш-менш виразно усвідомлювали, що в одних випадках людина стає нерухомою і більше не повертається до рухомого, дієвого стану (смерть), а в інших – повертається (сон, непритомність). Вони постійно бачили людей, котрі якийсь час спали на одному місці, але, прокинувшись, розповідали про різноманітні події, які, мовляв, відбувались з ними у різних інших місцях протягом цього самого часу (сновидіння). Це ж було і в стані марень, галюцинацій, які первісні люди цілеспрямовано викликали посередництвом вживання психотропних речовин, котрі називаються галюциногени і психоделіки (див.: 4.5.7.).

*Галюцинації* (лат. *hallucination* – маячня, видіння) – порушення відображення дійсності, суть якого полягає у появі в уяві суб'єкта об'єктів, відсутніх в цей час у полі його сприймання, які, однак, сприймаються ним як відображення реальної, оточуючої його дійсності.

Встановлено (Г. Спенсер, видатні французькі соціологи та соціальні психологи Люсьєн Леві-Брюль, Клод Леві-Строс, Габріель Тард та ін.), що люди тих спільнот, які на час вивчення їх

перебували на відносно примітивній первісно-общинній стадії розвитку, дуже тяжко й невиразно розрізняють уявне (те, що відбувається тільки в їхній уяві) і дійсне (те, що діється у вимірах матеріальної реальності). Тому узагальнено пояснити такі свої спостереження інакше як наявністю у кожній людині невидимого, невідчутного іншими органами чуття двійника, який рухає, оживлює, творці анімістичних уявлень не могли. Мовляв, є у тілі цей «двійник-двигун», – воно активне, рухається, діє, «двіжує», покинув його – знерухомлюється, застигає (смерть, сон, непритомність). Повернувся – прокидається, приходиться до тями (сон, непритомність). Не повернувся – не прокидається (смерть). Поки тіло нерухоме, спить, «двійник-двигун» може десь ходити, блукати, літати, а потім вустами свого тіла розповісти про те, що з ним відбувалось, трапилось під час цих мандрів (сновидіння, галюцинації). Цілком логічно для первісного мислення, що саме такий двійник уособив вказану активуючу суб'єктність – став душею, анімою.

Зауважимо, що в таких уявно-мисленневих конструкціях є суттєва суперечність, а саме: у сновидіннях та галюцинаціях (мареннях) «двійник-двигун» людини діяв у її тілесній оболонці. Водночас, її тіло лежало або сиділо на одному місці. Це добре бачили ті, котрі слухали її розповіді про те, що відбувалось з нею, з її тілом та його частинами протягом цього часу його лежання або сидіння. На жаль, не вдається знайти хоч якусь згадку про цю суперечність у наукових описах і тлумаченнях анімістичних вірувань.

За аналогією з тим, що первісні люди вигадували й знали про людських «двійників-двигунів», котрих спонукають їхні бажання й небажання, вони вбачали такі самі «двигуни» рухання-знерухомлення, життя-смерті в усіх предметах, явищах, процесах оточуючого їх світу: тваринах, рослинах, водоймах, стихіях, небесних світилах, горах тощо. Тобто, анімістичні вірування первісних людей нерозривно взаємопов'язані з персоніфікацією або олюдненням ними живої та неживої природи.

**Персоніфікація** (лат. *persona* – особа, особистість і *facio* – робити) – приписування об'єктам (предметам, явищам, процесам) живої та неживої природи людських властивостей, зокрема, наявності в них такої самої душі (аніми), як в людей.

Наведене трактування логіки базисних пізнавально-мисленневих конструкцій анімізму дозволяє вивести його основний психологічний зміст:

**Анімізм** (лат. *anima* – душа) – це віра в існування душ – невидимих двійників усіх предметів і явищ, які ще не поділялись на живі й неживі; основна функція аніми (душі) – рухання, оживлення та спонукування до активності чи пасивності, дієвості чи бездієвості «свого» тіла.

Анімістична персоніфікація (олюднення) об'єктів навколишнього світу, як і магія, а згодом релігія, виконувала функцію психогієни (від грец. *psychē* – душа і *hygienos* – цілюще), психопрофілактики (від грец. *prophylaktikos* – запобіжний, запобігати), і психокорекції. Адже завдяки цій персоніфікації люди сприймали предмети, явища, процеси, стихії не як незбагненні, а відтак, неблаганні, неприступно чужі й ворожі тощо, а як істот, у котрих, як і в людей, вирують пристрасті, бажання й небажання тощо. Отже, на них можна вплинути таким самим чином, як на людей. Отож, їм «платили» – приносили різноманітні жертви, танцювали й співали для них, уклінно їх просили, благали, погрожували, карали тощо. Це допомагало суб'єктам таких дійств позбувались лякаючої, жахаючої, шокуючої, паралізуючої безпорадності перед загрозами не здобути необхідне для підтримки життя та не відвернути від себе руйнівне щодо нього. Мовляв, заплатив, догодив, ублажив, мало би допомогти... Зрозуміло, самі суб'єкти анімістичних вірувань нічого не знали, не мали жодного поняття про вказані психорегулятивні функції цих своїх вірувань. Для них функціями аніми (душі, психіки) було рухання, діяння, активність, що спонукається її бажаннями й небажаннями.

### 2.3. Функції психіки за Демокритом, Сократом, Платоном

У тих трактатах та уривках праць засновників філософії Еллади (Стародавньої Греції), які вицілили і дійшли до нас, загалом зрозуміле концептуальне трактування власне функціональної сутності психіки знаходимо в доробку Демокрита з Абдер (біля 460 до н. е. – рік смерті невідомий).

**Концепція** (лат. *conceptio* – розуміння, трактування) – науково або спекулятивно-філософськи виважене розуміння й тлумачення істотних, сутнісних властивостей якогось об'єкта (предмета, явища, процесу), що слугує керівною змістовою основою пізнання й використання цього об'єкта.

*Спекулятивне* (лат. *speculor* – споглядати, спостерігати) – положення, концепти, які виводяться суто теоретично, без жодної експериментальної перевірки.

Демокрит цілковито поділяв погляди свого вчителя й друга Левкіппа щодо світобудови, який вважав першоосновою, першоелементом всього, що існує, дуже маленькі і тому невидимі частинки – атоми (гр. *a – ne i tomis* – частинка; разом – неподільне, те, в чому неможливо виокремити жодні складові, тому що їх немає). Мовляв, існує чимало видів атомів, котрі відрізняються між собою за формою, вагою, швидкістю та траєкторіями рухів. Різноманітні поєднання або того самого, або різних видів атомів утворюють усе розмаїття предметів і явищ світу, зокрема й психе (гр. *psychē* – душа, психіка). Психе, на думку Левкіппа й Демокрита, складається з дуже рухливих атомів сферичної форми, схожих на атоми вогню, але, з гачечками, якими вони міцно зчіплюються між собою.

Наявність душі – основна відмінність всього живого від неживого. Кожне живе створіння, на відміну від неживих предметів, має душу, яка і є джерелом, чинником його життя. Люди відрізняються від тварин завдяки певному структуруванню (поєднанню) атомів душі. Коли людина чи тварина вмирає, атоми її душі покидають мертве тіло і розсіюються в просторі. Тобто, душа смертна. Отже, по-перше, Демокрит поділяв природу на живу й неживу, по-друге, вважав душу чинником, джерелом, основою життя. Відтак, виходить, що у його вченні *функція душі – це оживлення, життєдайність*.

Демокрит описав деякі власне психічні явища, але специфіки їх функцій («обов'язків», «компетенцій», призначення) у життєдіяльності людей і тварин або не розгледів, або вони не збереглися і не дійшли до нас.

Це зробили славнозвісні філософи Еллади Сократ (біля 470–399 до н. е.) і Платон (427–347 до н. е.) з Афін.

Про філософські погляди Сократа, зокрема, про його тлумачення властивостей душі, розповів у своїх творах його учень Платон, бо сам Сократ ніколи нічого не писав, а виголошував свої роздуми усно. У цих тлумаченнях виокремлено й окреслено важливі власне психічні функціональні властивості психе – мислити й докладати вольових зусиль, спрямованих на розумове й моральне самовдосконалення відповідно до ідеалів добра й краси.

Платон, якого за оригінальність, глибину, ґрунтовність і витонченість думки назвали князем (*prince*) філософії, якийсь час

перебував у піфагорійців (грецька філософська школа на півдні Італії), котрі стояли на тому, що першоосновою і рушійною силою буття світу є числа та їх різноманітні поєднання й співвідношення. Мовляв, розмаїття предметів і явищ оточуючого людину світу, їх рух, мінливість спричиняє динаміка чисел, яку можна збагнути численням. Напевне, що Платон перейняв у них саму ідею абстрактної першооснови.

*Абстрактне* (лат. *abstractio* – відокремлення, відсторонення) – ті чи інші властивості об'єктів, мисленнєво виявлені, виокремлені, узагальнені в окремому понятті і позначені (названі) словом.

Кількість, число є цілковито, суто абстрактними поняттями в тому розумінні, що вони самі собою, як окремі, конкретні предмети, речі не існують. Тобто, немає такого матеріального предмета, на який можна було б вказати і сказати: це – число. Цифри – це не самі числа, а їх умовні знаки, створені людьми. Порівняймо, до прикладу, арабське й римське «дев'ять» – 9 і IX – та само слово «дев'ять» різними мовами і ми зрозуміємо, що це, як і будь-яке число можна позначити, в принципі, будь-яким знаком, кожен з яких має лиш один зв'язок з числом, яке він позначає – власне означення, умовно, тобто, за домовленістю, конвенційно, встановлене, «прив'язане» людьми.

Думка виявила числа і «додумалась» до числення, сприймаючи та осмислюючи різні кількості насамперед таких самих, однакових предметів, а вже на цій основі – різних. Це і є абстрагування – мисленнєве виокремлення якоїсь властивості, притаманної тій чи іншій сукупності об'єктів (предметів чи явищ), зокрема й кількості.

Платон збагнув суть абстрагування, а відтак, зрозумів, що кожне слово позначає не окремий об'єкт, а абстраговані властивості, притаманні певній сукупності об'єктів, які й об'єднують ці об'єкти в сукупності на основі наявності в них усіх цих властивостей. До прикладу, не існує дерево взагалі, просто дерево, як і дуб, береза, яблуня, слива і т. ін., людина взагалі, як і чоловік, жінка, дитина, підліток тощо. Можна бачити, сприймати іншими органами чуття як такі, що реально існують, лиш окремі, одиничні, неповторні в чомусь дерева, дуби, чоловіків, жінок і т. ін. Однак, в усіх деревах є таке спільне, що відрізняє їх з-поміж інших предметів, зокрема й рослин – кущів, трав тощо. Своєю чергою, в усіх рослин є таке спільне, яке відрізняє їх від усіх інших

предметів нашого світу. Таке виявлене і абстраговане людським мисленням «відрізняюче» спільне усіх тих предметів і явищ світу та їх властивостей, які мають назви, зафіксоване в цих назвах словами людської мови.

На основі розуміння сутності абстрактного й абстрагування Платон створив філософське вчення, в основу якого поклав спекулятивну ідею, що Космічний Розум Нус сконструював Царство Ідей, котре знаходиться десь за небосхилом. Це Царство являє собою сукупність одвічних і вічних, нетлінних і непорушних форм – «ідей». «Ідеї» – ідеальні в обох розуміннях цього слова – вони й досконалі, довершені, бездоганні тощо, і не мають жодних матеріальних властивостей. «Ідеї» втілюються у відповідних кожній з них предметах та явищах матеріального світу. Все в цьому світі – від нерухомих зірок до найдрібніших предметів – відповідні втілені «ідей». Однак, жодне втілення, навіть найдосконаліше у земному вимірі, не може навіть наблизитись до доведеної досконалості своєї «ідей». Іншими словами, все, що є в нашому матеріальному світі, навіть найкраще з кращого, – недосконалі, жалюгідні, тьмяні, бліді, «слабенькі» тощо копії, відбитки різних «ідей», зокрема, людські душі – «ідеї псюхе».

Платон виокремив у душі людини три складові за критерієм модальності (змісту й призначення) власне психічних функціональних властивостей: розумова, мужньо-гнівлива, чуттєво-хтива. Перша – це розсудливість, поміркованість, мудрість. Друга – мужність, відвага, войовничий запал, насага до боротьби, зокрема, натхнення до війни. Третя – чуттєве вдоволення, втіха від задоволення потреб організму. В душі кожної людини вони поєднуються у різних співвідношеннях (пропорціях). У філософів та правителів домінує, переважає розумова душа, у аристократів та воїнів – мужньо-гнівлива, у плебеїв – чуттєво-хтива.

Душі людей, у житті яких реально домінували розум, філософський пошук істини, шляхетність і мужність, мають шанс після смерті їхніх тіл поплинути у Царство Ідей і прилучитись там до найвищого й нескінченного блаженства в лоні абсолютних (довершених) «ідей» Істини, Добра й Краси. Душі, у житті яких переважала чуттєво-хтива складова, після смерті «зависають» у проміжній між матеріальним та ідеальним світами сфері.

Виразне виокремлення Платоном цих власне психічних функціональних властивостей відчутно сприяло подальшому

розвитку спекулятивних основ наукових психологічних знань, насамперед, у вченні його учня, велета філософської думки Еллади, Арістотеля.

Основна заслуга Платона перед науковою психологією та всіма науками про інтелект, мислення й мовлення, напевне, полягає в тому, що він ґрунтовно висвітлив психологічну сутність поняття. Адже основний зміст «ідей» у тлумаченні Платона – це персоніфіковані й обожнені ним поняття, які є головним структурно-функціональним елементом свідомості людини – найвищого рівня організації та функціонування психіки на планеті Земля. Саме наявність свідомості істотно відрізняє людську психіку від психіки усіх інших живих істот нашої планети.

#### **2.4. Основний функціональний зміст свідомості людини**

Сам термін «свідомість» вказує на першу й головну істотну складову цього психічного феномена: «с-відомо» – з тим, що відомо, тобто, зі знаннями. Так і російське слово сознание – «со-знанием». Подібну етимологію назви цього феномена можна знайти в усіх слов'янських та в багатьох інших мовах. Дійсно, свідомість – це насамперед знання. *Основна, базисна форма знань людини – ієрархізована система понять.*

*Поняття – це знання про спільні, однакові, мисленнєво виявлені, абстраговані й узагальнені властивості тих об'єктів (предметів, явищ, дій, властивостей, співвідношень тощо), які охоплюються кожним поняттям.*

Кожне утворене поняття фіксується і позначається знаком. Базова знакова система людства – мова. Кожне слово людської мови є знаком, котрий позначає якийсь поняття. До прикладу, слово «савець». В природі не існує савця як такого, як матеріального предмета. Матеріально існують лиш окремі савці, серед яких немає навіть двох цілковито однакових – у кожного з них є низка притаманних тільки йому особливостей, що відрізняють його від усіх інших, навіть від дуже схожих на нього, навіть від його монозиготних (однойцевих) близнюків. Але всі без виключення об'єкти, які охоплюються поняттям «савець», мають істоті спільні, однакові властивості, яких немає у жодних інших класів тварин: живонародження дитинчат і вигодовування їх на початковому етапі

їхнього життя молоком, що відрізняє їх від усіх інших живих істот. Наукова назва таких властивостей – *differentia specific* (лат. – різниця, відмінність і специфічний, особливість).

З цього походить назва «савці» – вони ссуть молоко з молочних залоз самки-матері; назва російською мовою – «млекопитающие». Людське мислення виявило спільність цих істотних властивостей і об'єднало це спільне в одному понятті – «савець». Відтак, китоподібні (всі особини всіх видів дельфінів і китів) є савцями, тому що вони народжують дитинчат і вигодовують їх молоком, хоча форма їхніх тіл – така, як у риб внаслідок того, що вони живуть у воді. Але це з наукового погляду – другорядна ознака (*не differentia specific*), вже тому, що вона притаманна і риbam, і деяким земноводним.

Вчений-зоолог більш ґрунтовно, вагомо й розлого визначить поняття «савець», а освічена людина скаже щось на кшталт: савці – це теплокровні хордові тварини (мають хребет – пружний еластичний тяж екзодермального походження), самки яких виношують і народжують дитинчат та вигодовують їх молоком. Тому ротові органи савців пристосовані для смоктання, дзьобів у них немає. Є м'ясоїдні (хижаки) й трав'яїдні савці, тощо.

Свою чергою, існують різні групи савців, кожна з яких має спільні істотні властивості, котрі відрізняють її від усіх інших груп. На основі мисленнєвого виявлення цих властивостей клас савців поділяють на ряди: яйцекладні, сумчасті, плацентарні-комахоїдні, рукокрилі, гризуни, зайцеподібні, хижі, ластиногі, китоподібні, парнокопитні, непарнокопитні, примати, до яких належать і люди (*вид homo sapiens sapiens*). Кожна з цих назв позначає поняття, у кожному з цих понять акумульовано знання про загальні, спільні властивості всіх тих савців, які охоплюються даним поняттям і відрізняють їх від усіх інших тварин цього класу. До прикладу: непарнокопитні мають непарну кількість пальців (1 чи 3) на кінцівках і однокамерний шлунок. До ряду непарнокопитних належать роди: тапіри, носороги, коні, зебри та ін.. Описання савців можна продовжувати дуже довго. Кожне слово в ньому позначає окреме поняття, але змісти усіх цих понять пов'язані між собою відповідно до реальних, матеріальних зв'язків тих об'єктів, знання про які вони містять, і акумулюються у понятті «савець».

Цей приклад має продемонструвати, що:

– мова – це умова й форма буття, спосіб та засіб існування людської свідомості;



– людська мова містить наявні у людства знання про світ, в якому воно живе, і про людей у ньому, тобто, мова – це відображений у понятійних знаннях світ;

– людська мова – це система, в якій кожне слово посідає певне місце, відповідне місцю в системах природи або/та культури тих об'єктів, котрі охоплюються поняттям, яке це слово позначає;

– зміст кожного поняття, означеного словом, можна визначити і розкрити лише за допомогою тих слів, які містять інформацію про складові, властивості та/або співвідношення об'єктів, охоплених цим поняттям; своєю чергою, кожне з цих слів позначає окреме поняття;

– оперуючи словами, людина використовує колосальні пласти знань, накопичених попередніми поколіннями.

Понятійне мислення, як головний процес функціонування понятійного знання, дозволяє створювати й використовувати поняття і про теперішнє, і про минуле, і про майбутнє, накопичувати посередництвом знакових систем, серед яких головною, базовою є мова, досвід у вигляді знань – теоретично й практично значущої інформації – та передавати його від попередніх поколінь наступним і в такий спосіб розвивати їх свідомість, інтелект, мислення й мовлення, а відтак, усі процеси й властивості психіки людини.

Воно також дозволяє прогнозувати вірогідні напрямки й особливості розвитку подій у наявних ситуаціях, враховуючи і ті впливи, які можуть здійснити на перебіг цих подій суб'єкт, котрий цю ситуацію осмислює, та інші суб'єкти, тощо. Таке прогнозування лежить в основі другої істотної складової свідомості – *цілепокладання*.

*Цілепокладання* – це здатність людини мисленнєво, у внутрішньо-психічному плані створювати, будувати проект, план своїх майбутніх дій, вчинків, прогнозувати їх наслідки, визначати бажані й небажані результати тощо і на цій основі організовувати свою діяльність і поведінку, та управляти ними.

Цілеспрямовані планування, проектування, організація й управління уможливлються за наявності у суб'єкта необхідних для цього знань про самого себе як про активне, діюче начало, котре впливає на об'єкти – використовує, змінює, перетворює, привласнює їх ідеально (як знання) чи матеріально. На базі знань суб'єкта про себе і відповідно до них формується й функціонує його самооцінка і ставлення до себе. Системне поєднання знань

про себе і ставлень до себе утворює третю істотну складову свідомості суб'єкта – *самосвідомості*.

*Самосвідомість* – система знань суб'єкта про самого себе як про активне, діюче начало, котре впливає на об'єкти – використовує, змінює, перетворює, привласнює їх ідеально та матеріально тощо – і сформованих на цій основі самооцінок та ставлень до себе.

Ставлення суб'єкта до себе може сформуватись та функціонувати тільки в усій сукупності його ставлень до інших суб'єктів і до об'єктів (предметів та явищ) оточуючого світу.

*Ставлення* – четверта істотна складова свідомості. Людина не лише знає про світ, що її оточує, і про себе в ньому, а й ставиться до нього, до його об'єктів (предметів і явищ та їх властивостей) та до себе і при цьому знає зміст своїх ставлень.

Ставлення людини – чисельні й різноманітні. Але всі вони мають один «корінь» – емоційні переживання, основний зміст яких охоплюється дихотоміями: приємне-неприємне; насолода-мука; тішити-засмучує тощо.

*Дихотомія* (грец. *dichothomia* – розсічення навіл, розділення на дві частини) – протилежно-доповнюючі один щодо одного феномени, поняття. До прикладу: верх – низ, вертикально – горизонтально, сумно – весело.

З цього емоційного «кореня» ростуть два «стовбури», на яких «розростаються» чисельні «гілки», «гілочки» та «листя» усього розмаїття ставлень. Ці «стовбури» – моральні та естетичні позиції суб'єкта. Перші формуються та функціонують в межах дихотомії «добро-зло», другі – «прекрасне-потворне», «гарне-негарне».

Всі ставлення пов'язані з оцінюванням, оцінками, котрі функціонують у межах дихотомії «позитивне-негативне». Суб'єкт тягнеться до того, що визначає для себе як позитивне, необхідне, корисне і/або приємне, прагне долучитись до нього, заволодіти, опанувати ним і відсторонюється від того, що трактує як негативне, шкідливе, зайве і/або неприємне, намагається позбутись, уникнути його. Варто нагадати, що не все корисне є приємним і не все приємне – корисне...

Дослідження дуже складної феноменології свідомості значно ускладнюються тим, що вона не має власної психологічної модальності (*лат. modus – спосіб*) – притаманного тільки їй змісту, а являє себе перед її суб'єктом в змісті інших феноменів його психіки: мисленневих, чуттєвих (відчуття, сприймання),

емоційних, мотиваційних (потреби, бажання, прагнення тощо), вольових та ін.. Відтак, сама свідомість постає «без'якісною», беззмістовною властивістю психіки, немов якийсь таємничий, невловимий «менеджер» у ній.

Але, автор цього підручника на основі аналізу лаконічно висвітлених вище основних «сфер компетентності» цього «менеджера» вивів дефінітивну (*lat. definitio – визначення*) характеристику її функціонального психологічного змісту: *людина знає, що вона знає про зміст того, що вона знає, зокрема й про себе як суб'єкта, і про своє ставлення до цього знаного.*

До прикладу, дівчинку дошкільного віку питають: «Ти знаєш, як звати твого дідуся?» Вона відповідає: «Богдан». Дитина ще не може зрозуміти, що питають не як звати діда, а чи *знає вона*, як його звати. Тобто, дівчинка знає його ім'я, що й демонструє, але ще недостатньо виразно усвідомлює, розуміє факт свого знання цього імені (*...що вона знає...*).

## 2.5. Підсвідомі й несвідомі феномени у психіці людини

Людина усвідомлює зміст багатьох своїх психічних процесів і станів, може свідомо рефлексувати (*lat. reflexus – зворот назад, відображення*), тобто, осмислити цей зміст і дати собі розумовий звіт про нього, про його відповідність ситуації та значущість для неї тощо. Таке рефлексування називається інтроспекція (*lat. introspecto – дивлюсь всередину*). Але, у людській психіці існують і несвідомі та підсвідомі феномени.

Найбільш потужний дослідник несвідомої сфери психіки людини, видатний австрійський психолог Зігмунд Фройд (1856–1939) порівняв психіку людини з айсбергом, лиш невелика верхня частина якого виступає на поверхню і перебуває під «променями світла свідомості», а основна маса ховається у «темних водах» підсвідомого й несвідомого. «Промінь свідомості» може «освітити» водночас лиш порівняно невелику частину змісту того, що міститься у психіці суб'єкта. Це і є «верхівка айсберга психіки». На відміну від відносно статичної маси справжнього айсберга, вона динамічна, рухлива, її зміст постійно змінюється – та інформація, котра щойно була під «світлом» свідомості, ховається у «верхні шари темних вод» – у підсвідоме. Натомість звідти «спливає на поверхню», під «промінь світла» свідомості щось інше з підсвідомого.

Несвідоме в такий спосіб «не спливає». Його утворення так чи інакше впливають на бажання й небажання, прагнення, думки, ставлення, оцінки, судження, дії, вчинки, поведінку тощо суб'єкта, але він нічого не знає ні про власний зміст цих утворень, ні про зміст їх впливу, а більшість людей – і про само існування усього цього.

Отже, *підсвідоме* – це зміст пам'яті суб'єкта, доступний для нього самого, який за його власним бажанням чи під впливом якихось інших чинників порівняно легко видобувається звідти і постає в його свідомості. Це – його усвідомлений, відомий йому досвід, що зберігається в анналах його пам'яті і за необхідності цілеспрямовано використовується ним.

*Несвідоме*, за З. Фройдом, являє собою «глибоке» й «темне» сховище тих потягів, потреб, бажань, фантазій, мрій, знань суб'єкта, зміст яких радикально (докорінно) суперечить його самосвідомості (знанням про себе і самооцінці та ставленню до себе), загрожує їй руйнаціями і через це є неприйнятним для нього. Самосвідомість рятується від таких руйнацій за допомогою захисних психічних механізмів, які працюють на *несвідомому рівні*, – вони *витісняють* цей загрозовий зміст у несвідому сферу психіки суб'єкта і міцно утримують там. (*Згадаємо поганого танцюриста, якому штани заважають* – див.: 2.1.; 10.3.4.; 16.1.1.; 18.5.). З. Фройд підкреслював: «Все витіснене – несвідоме, але не все несвідоме – витіснене. Навіть частина «Я» (лиш Бог знає, наскільки важлива частина) може бути несвідомою і без всілякого сумніву є такою».

Ще один важливий і складний феномен несвідомої сфери психіки людини – *установка*, яка являє собою неусвідомлювану суб'єктом готовність його психіки реагувати на певні об'єкти якимось певним чином.

Вперше така неусвідомлювана готовність постала в «Ілюзії Шарпантьє» (*лат. illusio – помилка, обман*). Французький психолог Шарпантьє давав досліджуваним дві кулі, зроблені з однакового матеріалу, – в кожену руку по одній. Ці кулі виразно відрізнялись між собою за розмірами, але, були однакові за вагою – в меншу вмонтовували шматок свинцю. Результат: практично всім досліджуваним здається, що менша куля важча. Шарпантьє слушно пояснив цю ілюзію так: суб'єкт бачить кулі, його психіка одразу здійснює операцію, яку він не усвідомлює, – налаштовує м'язи його рук на те, що менша буде легша, а більша –

важча, бо ж вони з однакового матеріалу, тобто, формує таку установку. Неочікувана однакова вага в обох руках сприймається в руці, несвідомо налаштованій психікою на меншу вагу, як важча, внаслідок цієї неочікуваності.

Взявши за основу «Ілюзію Шарпантьє», відомий грузинський психолог Дмитро Миколайович Узнадзе (1889–1950) експериментально виявив і ґрунтовно дослідив чимало ілюзій-установок, зокрема: об'єму, сили тиску, слуху, освітлення, кількості, ваги і т. ін.

Установку можна нав'язати. До прикладу, двом групам досліджуваних показують портрет якогось чоловіка з виразними рисами обличчя. Одній групі говорять, що цей чоловік – видатий правозахисник, іншій – що злочинець-рецидивіст, і пропонують за рисами його обличчя визначити властивості його характеру. Очікувано, досліджувані з першої групи приписують особі на портреті низку позитивних, шляхетних властивостей. Мовляв, ці властивості виразно вимальовуються у високому і ясному чолі, відкритому й сміливому погляді, вольовому підборідді тощо. А досліджуваним з другої групи ці ж риси цього ж обличчя демонструють низку негативних, аморальних властивостей, безжальну жорстокість і т. ін.

Установки функціонують і у суспільних стосунках, здебільшого, в негативно чи позитивно упередженому ставленні до певних соціальних груп (рас, націй, етносів, класів, професійних, гендерних, сексуально-орієнтованих тощо) та оцінкових судженнях щодо них. Але самі суб'єкти таких установок не знають про їх упереджено-спотворюючий вплив, не усвідомлюють його. Вони впевнені, що судять і оцінюють об'єктивно, безпристрасно, справедливо.

У психіці людини є й інші неусвідомлювані феномени: *автоматизми* (див.: 9.2.); *інтуїція* (див.: 9.6.); *образи та дії, нав'язані під гіпнозом* (див.: 8.1.; 10.3.3.) та ін..

## **2.6. Функціональні аспекти психіки за Арістотелем**

Якщо спробувати узагальнено й лаконічно сформулювати ключову ідею розлогих трактувань функціональної сутності псюхе (душі, психіки) великим вченим Еллади, якого заслужено називають засновником всіх наук, Арістотелем зі Стагіра

(384–322 до н. е.), то можна сказати, що душа – це спосіб існування живого організму. Або, мовою сучасної науки, – це діюча («ввімкнута») програма функціонування організму. До прикладу, пояснюючи своє розуміння сутності душі, він, зокрема, писав, що якби око було окремою живою істотою, то його душею був би зір.

Відтак, Арістотель виокремив такі функції психе: харчування задля забезпечення існування організму; відчущання своїх станів і навколишнього світу; пересування (рухання) в ньому; мислення й розуміння. Душі рослин лиш харчують. Тварин – харчують, відчущають, пересувають (рухають). І тільки людські душі – ще й мислять та розуміють, що є даром богів та зближує людей з ними. Як бачимо, в цьому трактуванні природи душі власне психічні функціональні властивості – відчущання, мислення й розуміння – не розмежовані з біологічними, органічними – харчуванням і руханням, – як істотно, суттєво відмінні, різні. Психіка управляє пошуками їжі, пересуванням та іншими рухами тварин і людей в середовищі їх існування, але велет античної філософії не зазначив цієї власне управлінської специфічності її функціонування в цих поведінкових процесах.

Воднораз, Арістотель – автор першого в історії психологічного трактату, який він назвав «Про душу». Значущі відкриття та вагомо обґрунтовані положення, викладені у цьому трактаті та в багатьох інших його творах, – міцний фундамент розбудови наукової психології. Зокрема, він аналітично виокремив і змістовно описав п'ять видів відчущтів людини (зорові, слухові, нюхові, смакові, дотикові), образи сприймання і уяви («фантазії»), порівняв ці образи і знайшов у них суттєве подібне й відмінне. Показав, що рушійною спонукою активності, діяльності людини є прагнення, що успішно реалізоване прагнення приносить вдовolenня, нереалізоване – невдоволення.

Одним з найбільш значущих психологічних досягнень Арістотеля є відкриття й концептуальне трактування принципу (*лат. principium* – основа, початок) роботи пам'яті, який у XVII ст. одержав назву «асоціація» (*лат. associatio* – поєднання, з'єднання), та видів асоціацій: за суміжністю; за подібністю; за контрастом. Суть асоціювання полягає в тому, що актуалізація у психіці (поява в образах сприймання, уяви, у спогадах, в думках) якогось об'єкта може спричинити появу в ній інших об'єктів, пов'язаних з актуалізованим якоюсь із цих видів асоціацій. До прикладу,

сприймання предмета викликає у суб'єкта образний спогад про особу, у якій є такий самий предмет, про враження, емоційні переживання, пов'язані зі спілкуванням з нею, осмислення сказаного тоді цією особою тощо. Тобто, ті об'єкти, котрі сприймалися суб'єктом водночас і воднораз, у одному просторово-часовому вимірі, поєднуються у його пам'яті – асоціація за суміжністю. Форма хмари нагадала жирафу – асоціація за подібністю – це будь-яке, всіляке встановлення схожості предметів, явищ, процесів та/чи їх властивостей, проявів, ознак, функцій. Перша, миттєва словесна реакція майже всіх людей на слово «чорне» – «біле», і навпаки. Це приклад асоціації за контрастом – приєднання до актуалізованих у внутрішньопсихічному плані образів, понять їхніх протилежностей дихотомійного характеру.

Попередньо зауважимо, що оперування інформацією посередництвом асоціацій – істотна процесуальна складова функціонування психіки.

## 2.7. Функції психіки за К. Галеном

Відомий стародавньо-римський лікар і філософ грецького походження Клавдій Гален з Пергаму (129–199) вірно розгледів сутність однієї з основних функцій психіки – відображення навколишнього світу та стану організму посередництвом нервової системи. Він припустив, що нервові волокна мають канали, заповнені особливою, дуже легкою та прозорою, подібною на найчистіше повітря субстанцією, яку він назвав «пневма» (лат. *pneumo* – повітря, газ). Впливи предметів, явищ та/або їх властивостей на чутливі щодо цих впливів органи чуття (очі, вуха, шкіру, носову, ротову та інші порожнини й тканини тіла) штовхають пневму у з'єднаних з ними нервових каналах до головного мозку, що породжує відчуття та чуттєві образи того, що вплинуло в такий спосіб. То був потужний інтелектуальний прорив інтуїтивно-творчого характеру. (Див.: 9.6.). Через понад півтора тисячоліття цей, відкритий Галеном, принцип психічного відображення посередництвом нервової системи фундаментально розробили: Р. Декарт, Г. Прохазка, Т. Вілліс, І. М. Сеченов, І. П. Павлов, В. М. Бехтерев та інші дослідники.

## 2.8. Продуктивні тлумачення функцій психіки у XVII – XIX століттях

### 2.8.1. «Нервова машина» і “*Cogito ergo sum*” за Р. Декартом

Відкритий Галеном принцип функціонування психіки і нервової системи гідно відродився в доробку видатного французького філософа й математика Рене Декарта (1596–1650). В ті часи інтенсивно розвивались механіка й оптика, що у більшості вчених створювало ілюзію (лат. *illusio* – обман, омана, помилка, хиба) тотальної (лат. *totalis* – увесь, цілий, уповні) всеохопленості, універсальності механічного влаштування й руху. (Згадаємо, що людський розум осмислює, пояснює невідоме, незнане за аналогією з тим уже відомим йому, на яке так чи інакше подібне це невідоме – див.: 2.2.). Світ здавався їм велетенською і складною системою машин, сконструйованих Богом, а всі матеріальні предмети і явища в ньому – різними модифікаціями механізмів, агрегатів, пристроїв, механічних рухів, взаємодій тощо.

Так, Р. Декарт вважав, що рослини й тварини, в принципі, – такі самі механізми, як годинники і т. ін., що функціонування природних процесів спричиняється «трубками й пружинами», подібно до того, як працюють власне механізми, з тією лиш різницею, що досконалість «трубок і пружин» живих організмів настільки ж переважає трубки й пружини, створені людиною, наскільки мистецтво Творця Світу – Бога – більш досконале, ніж мистецтво творця земного – людини. Організм людини – також складна машина, укомплектована комплексом механізмів, – органів та систем органів, зокрема й нервовою, яку він називав «нервова машина».

«Нервова машина», за Р. Декартом, складається з «двигуна» – центра, серцевини – і нервових трубок, які розходяться від центру по всьому організму, до всіх його органів. У нервові трубки постійно проникає необхідна кількість дуже маленьких, легких і рухливих частинок крові, що відфільтровуються від кровообігу. Він назвав ці частинки «тваринними духами» і пояснив: «Те, що я тут називаю «духами», є ні що інше, як тіла, котрі не мають жодної іншої властивості, крім того, що вони дуже маленькі і рухаються дуже швидко».

Зовнішні предмети діють на периферійні закінчення нервових трубок (чутливі поверхні очей, вух, ротової і носової порожнини,



шкіри, внутрішніх органів), які від цього натягуються, що відкриває клапани у доцентрових нервових трубках і дає «тваринним духам» поштовх руху до головного мозку. Мозок впізнає той предмет, котрий спричинив цей рух, і організовує реакцію організму на нього посередництвом скерування «тваринних духів» у відцентрових нервових трубках до тих м'язів, які забезпечують адекватні, корисні для організму тілесні дії, рухи, так чи інакше пов'язані з цим предметом, тощо. Р. Декарт уподібнював цю реакцію оптичному відбиттю променів світла. До прикладу, людину чи тварину вкусила комаха – спрацювали м'язи кінцівки, рухом якої цю комаху вбито або зігнано з поверхні тіла. Це – загалом вірний опис механізму функціонування нервової системи, який згодом назвали рефлекторним або просто рефлексом (*лат. reflexus – звернення назад, відбиття, відображення*). Сам Р. Декарт цей термін не використовував. Хто з дослідників ввів його у наукових обіг, достеменно невідомо, можливо, Джон Локк.

Рефлекторний механізм, за Р. Декартом, забезпечує лиш функціонування тіла людини та його взаємодії з іншими тілами. Людська душа влаштована принципово інакше. Вона – нематеріальна, непросторова, а отже й немеханічна субстанція, котра й визначає природу усього того, що в ній виникає, що вона породжує. Однак, у душі є й «просторовий», тобто, матеріальний осередок. Це – епіфіз або шишкоподібна залоза в головному мозку людини. Посередництвом епіфіза повідомлення про те, що відображене органами чуття за допомогою механізму рефлексу, досягає свідомості, розглядається й оцінюється нею, а якщо це необхідно, береться до уваги, враховується й регулюється. Р. Декарт писав, що свідомість керує роботою «нервової машини» посередництвом епіфіза подібно до того, як вершник керує конем. (*Епіфіз – див.: 1.*)

Змістом людської душі, за Р. Декартом, є «феномени свідомості»: думки, образи уяви, мрії, почуття, прагнення – все те, що людина знає як свій внутрішній світ. Ці знання – безпосередні і тому абсолютно (*лат. absolutus – безумовний, необмежений*) достовірні для суб'єкта в тому розумінні, що у нього не може бути жодних сумнівів щодо їх існування. А от знання людини про зовнішній світ опосередковані її психічними процесами і станами (сприйманням, мисленням, уявою тощо), а відтак, існування цього зовнішнього світу поза своєю психікою вона може поставити під

сумнів. Мовляв, можливо, насправді немає реального, незалежного від мене як суб'єкта, тобто, власне об'єктивного існування матеріального світу, усіх предметів і явищ у ньому. Адже цілком можливо припустити, що зміст психіки людини розгортається для неї як зовнішній щодо неї матеріальний світ, створюючи ілюзію об'єктивного, реального, незалежного від неї існування його, що душа функціонує в такий спосіб. Цей зміст, матеріал, яким оперує психіка, – вроджений, запрограмований, закладений Творцем. Немає неспростовних заперечень цього припущення, адже всім відомі ілюзії реального існування того, що насправді існує лиш в уяві суб'єкта – сновидіння та галюцинації... (Див.: 8.1.).

Єдиний об'єкт, існування якого не можна поставити під сумнів, – душа, психіка, що мислить і сумнівається, – адже не можна сумніватися в існуванні того, що сумнівається. Напевне, що в цьому умовисновку полягає ключова ідея дискурсу (*лат. discursus* – міркування, розмірковувати) Р. Декарта, яка привела його до знаменитого твердження: "*Cogito ergo sum*", – який перекладають: «Я мислю, отже, я існую». На нашу думку, «Я» в цьому контексті – це суб'єкт, який збагнув, що його мислення, зокрема, розмірковування про існування, являє собою єдине незаперечне свідчення його власного існування. А щодо реальності існування всього, що є в нашому матеріальному світі поза ним, таких незаперечно достовірних свідчень немає.

Відтак, цей дискурс привів Р. Декарта до висновку, що існує лиш один метод вивчення душі, психіки – самопоглядання і самоосмислення, який називається інтроспекція. Мовляв, пізнавати думку та інші складові свідомості (єдину безсумнівно існуючу реальність) може тільки сама ця думка, адже вона безпосередньо представлена тільки її суб'єкту. Інший суб'єкт може проникати в її зміст, пізнавати його виключно за умови, що її власний суб'єкт відкриє йому цей зміст посередництвом мовлення.

**Інтроспекція** (*лат. introspectare* – дивитись всередину) – метод пізнання психіки людини, обґрунтований Р. Декартом і Дж. Локком, які стояли на тому, що, по-перше, всі процеси і стани своєї психіки людина усвідомлює, по-друге, що пізнавати зміст відкритого лиш свідомості людини (її думок, переживань, бажань, образів, спогадів тощо) може тільки свідомість цієї людини за допомогою інтроспекції як самоосмислення на основі самопоглядання.

Інтроспекція майже на три століття стала єдиною методологією психологічного пізнання, що завело його у стан

кризи (застою внаслідок продукування знань, які не знаходили жодного застосування, подальшого розвитку, поглиблення). (Див.: 3.3.2.).

### 2.8.2. “*Tabula rasa*”, асоціація та рефлексія за Дж. Локком

Відомий англійський філософ Джон Локк (1632–1704) рішуче заперечив ідею Р. Декарта щодо вроджених ідей у свідомості людини. Мовляв, жодних знань, ніяких ідей, понять тощо у психіці новонародженої дитини немає. Її «душа – “*tabula rasa*” (лат. – чиста дошка), на якій досвід накреслює свої письмена». Зміст психіки (індивідуальний досвід) кожної людини продукується з її відчуттів посередництвом розумового процесу, який він назвав рефлексією. Дж. Локк старанно намагався пояснити своє розуміння рефлексії, окреслити й охарактеризувати її основний психологічний зміст. Але, на нашу думку, так і не зміг зрозуміти й переконливо зробити це, тому що в ті часи ще не було науково достовірних знань про поняття і понятійне (дискурсивне) мислення та його формування, розвиток і функціонування. (Див.: 2.4.; 9.5.).

На користь припущення, що йдеться саме про це мислення, суть якого Дж. Локк інтуїтивно «впіймав», але не міг належним чином пояснити, переконливо свідчить, насамперед, протиставлення ним асоціативних та розумових зв'язків. Напевне, що саме він увів у науковий обіг термін «асоціація». Дж. Локк погоджувався з тлумаченнями цього феномену Арістотелем (див.: 2.6.), але, водночас, вбачав у асоціаціях «неправильні та неприродні сполучення ідей», називав їх «специфічним видом божевілля». Мовляв, вони не мають під собою розумової основи, а тому, можуть поєднувати неродинне, сполучене не за істотними, а за суто зовнішніми подібними чи відмінними ознаками. До прикладу, веселка і папуга – за колоритом барв. Зауважимо, саме такими є поєднання-узагальнення маленьких дітей та первісних людей. (Див.: 9.4.2.; 9.4.3.).

Асоціювання, на думку Дж. Локка, функціонує на рівні відчуттів та образів сприймання. Рефлексія ж посередництвом усвідомленого осмислення й розуміння знаходить суттєве, істотне спільне, однакове, подібне та відмінне, різне у предметах і явищах, представлених в ній у вигляді ідей (тобто, понять), та поєднує чи розділяє їх на цій основі.

Зауважимо, категоричне протиставлення Дж. Локком асоціювання та рефлексії – безпідставне. Знання суб'єкта про суттєві, істотні властивості об'єктів (предметів, явищ, процесів, їх властивостей) вирішально-визначальним чином позначаються на характері його асоціацій – вони можуть бути і здебільшого є правильними в тому розумінні, що утворюються за істотними, суттєвими, значущими тощо ознаками. А утворені за суто зовнішньою, не суттєвою подібністю, розуміє як власне такі, що, за необхідності, враховує.

У розглянутих міркуваннях Дж. Локка виразно окреслились істотні функції психіки: вона відображає оточуючий суб'єкта світ з метою збирання, накопичення, опрацювання, впорядкування інформації, значущої для нього, і використовує цю інформацію в процесі регулювання його життєдіяльності.

### 2.8.3. Основи науково-психологічного принципу детермінізму у вченні Б. Спінози

Практично водночас з Дж. Локком споріднені за основним психологічним змістом положення щодо функціональної сутності психіки обґрунтував видатний нідерландський філософ Бенедикт (Барух) Спіноза (1632–1677). В основу свого вчення він поклав твердження, що реально, дійсно існує єдина й цілісна субстанція (*лат. substantia – сутнісна основа*) – природа, суцільно сповнена Божественним началом. Ця субстанція має два атрибути (*лат. attribuo – надаю, наділяю*): 1) ідеї – ідеальні, психічні феномени; 2) фізичні речі, просторовість. Фізичне відображається у психічному таким, яким воно є насправді, в тому вигляді, в якому воно реально, об'єктивно існує поза відображенням його у психіці, незалежно від неї. Це – ключова ідея науково-психологічного *принципу детермінізму* (*лат. determino – визначаю*), суть якого полягає в тому, що психіка відображає матеріальні, природні та суспільні (соціальні) об'єкти такими, якими вони дійсно є у своєму реальному існуванні, сповнюючись змістом відображеного нею.

**Наукові принципи** – це основоположні, засадничі, вихідні, стратегічно-визначальні положення наукових досліджень.

Вислів Б. Спінози: «Порядок ідей відповідає порядку речей», – являє собою влучне лаконічне визначення сутності науково-психологічного принципу детермінізму.

#### 2.8.4. “*Esse est percipio*” за Дж. Берклі

Всі положення Дж. Локка і Б. Спінози щодо психічного відображення категорично заперечив відомий англійський філософ Джордж Берклі (1685–1753). Цілком відповідно до сумніву Р. Декарта, «закодованого» у його знаменитому “*cogito ergo sum*”, Дж. Берклі проголосив «рух ідей» – те, що відбувається, розгортається у свідомості суб’єкта, – єдиною безсумнівно існуючою реальністю. Мовляв, немає жодних підстав для сумнівів, що психічні феномени (відчуття, образи сприймання і уяви, емоційні переживання, мислення і т. ін.) справді існують, адже суб’єкт точно знає, що вони у нього є і належать йому. А от реально самостійне, тобто, незалежне від психіки суб’єкта, існування тих об’єктів (предметів, явищ, їх властивостей), «ідей» (понять) та образи яких представлені у його психіці, якими вона оперує (того, що відчувається, сприймається, уявляється, почувається, осмислюється, емоційно переживається, чого хочеться), викликає серйозні сумніви. Відтак, не слід розглядати психічні феномени як відображення контактів матеріальних об’єктів з органами чуття суб’єкта, тому що реальне існування усіх цих об’єктів, усієї «матерії», включно з матеріальними складовими самих цих органів, як і його власного організму в цілому, – напевне, лиш ілюзія, породжена його психікою.

Іншими словами, людям, за Дж. Берклі, лише здається, що існує матеріальний світ. Насправді, все, що є у світі, включно з нашими власними тілами, – суто психічні феномени, котрі ми помилково приймаємо за самостійну, існуючу незалежно від нашої психіки реальність, зокрема, внаслідок того, що ці феномени пов’язані «залізною» внутрішньою логікою і каузальною (причинно-наслідковою) залежністю, яка створює дуже переконливу ілюзію закономірних природних і суспільних зв’язків. Розмаїття світу – лиш розмаїття відчуттів, образів сприймання та уяви і знань про це, поза якими не існує ні світу, ні тіла людини, у якому, нібито, міститься її душа, ні геометричних вимірів простору, нічого такого. Ці ключові ідеї свого вчення Дж. Берклі узагальнено представив так: “*Esse est percipio*” – «буття є відчуттям/сприйманням».

Це ідеальне буття він поділив на «ідеї» та «душі». Зауважимо, зміст «ідей» за Дж. Берклі та «ідей» за Платоном в основному співпадає – вони являють собою систему понять. (Див.: 2.3.).

«Ідеї» – це той матеріал, яким оперують «душі». Тобто, поза «душами» «ідеї» пасивні й недієві. «Душі» – активні, діяльні, є рушійною потугою функціонування, розгортання «ідей» що й створює ілюзію суб'єкта щодо існування матеріального світу. Рушійна активність «душі» закладена в «ідеях» потреб, мотивів, бажань, потягів, прагнень, пристрастей, почуттів тощо.

Дж. Берклі був не просто християнином, а єпископом у Клойні (Ірландія). Отож він рішуче відцурався від соліпсизму, несумісного з християнськими догматами про створення світу Богом і Його промисел в світі (постійну турботу про світ та управління ним).

*Соліпсизм (лат. solus – один, єдиний та ipse – сам) – філософська позиція, яка визнає єдиною незаперечно існуючою реальністю лиш суб'єкта, котрий усвідомлює і знає себе. Все інше існує тільки в його свідомості. Послідовний соліпсизм зустрічається рідко, оскільки наитовхується на нездоланні суперечності.*

Отож Дж. Берклі наголошував і підкреслював, що якби навіть усі «душі», котрі вміщують «ідеї» та оперують ними, зникли, світ продовжував би існувати як система «ідей» у Богові – ідеальному, всезнаючому і всемогутньому суб'єкті, котрий існував, існує та буде існувати завжди. Він вкладає «ідеї» у «душі» суб'єктів, яких створює і може створювати тільки він, зокрема, людей.

Висвітлені ідеї Дж. Берклі не змінили напрям руху наукової психологічної думки, тому що попри вражаючу «цікавинку» вони не відповідають актуальним для людства реаліям буття, а відтак, запитає науки і практики.

#### 2.8.5. «Композиція сенсоріуму» і «компас життя» згідно з І. Прохазкою

Вже через півстоліття видатний чеський фізіолог і лікар Їржі Прохазка (1749–1830) виразно й переконливо окреслив основні функції психіки. Він виходив з того незаперечного факту, що люди, як і всі живі істоти, організми перебувають у нерозривному, найщільнішому й безперервному зв'язку із зовнішнім щодо них світом природи, з якої вони беруть необхідні для підтримки їхнього життя речовини, а шкідливого, загрозового щодо їхнього існування так чи інакше уникають, вберігаються від нього, протистоять йому. Задля цього «живим істотам», – писав

І. Прохазка, – необхідно шкідливі та корисні враження сприймати й розрізняти, щоб шкідливих уникати, а корисні шукати та використовувати. І те й інше забезпечується відчуттями та рухами. Саме в цьому полягає головна властивість живих істот.»

Основний засіб цього безперервного моніторингу живої істоти – її нервова система, яка «...за допомогою мозку відчуває зовнішні враження або подразнення і у відповідь на це спонукає до доцільних дій посередництвом м'язів. Доцільність дій полягає в тому, що за зовнішніми подразниками, котрі можуть завдати шкоди тілу, від мозку надходять рухові подразнення, які мають на меті викликати рухи, спрямовані на те, щоб відхилити шкоду від тіла й усунути її. Навпаки, за подразненнями, що повідомляють про можливу користь, надходять рухові збудження м'язів, які викликають рухи, спрямовані на досягнення цієї користі.» Відчуття та рухи живої істоти поєднані рефлекторно.

Опис І. Прохазкою рефлексу визнано класичним: «Зовнішні впливи, які подразнюють чутливі нерви, дуже швидко поширюються по всій їх довжині до самого початку. Там вони відображаються за певним законом і переходять на певні рухові нерви, якими також дуже швидко скеровуються до м'язів, посередництвом яких здійснюються точні й суворо обмежені рухи.»

Потужна наукова логіка системно-функціонального трактування нервової системи та рефлексу привела І. Прохазку до відповідного розуміння функцій людської свідомості. Мовляв, свідомість так само, як рефлекси нервової системи, забезпечує взаємозв'язки людини із зовнішнім середовищем – адаптацію (приспосовування) до його умов, регулювання ефективного поведіння в ньому задля виживання, підтримки і продовження життя тощо. Але, є й суттєва відмінність. Свідомість стимулює та регулює рухи, які І. Прохазка назвав анімальними (*лат. anima – душа*). Суть цих рухів полягає в тому, що людина власне свідомо організовує та здійснює їх, тобто, знає, що й навіщо вона зробить і робить – для задоволення якої своєї потреби, якого бажання, задля чого тощо. Відтак, він об'єднав людську свідомість з нервовою системою людей і тварин у єдине поняття на основі спільності, однаковості їх основних функцій – отримання чуттєвих вражень (інформації, що надходить від органів чуття) і використання цих вражень для організації реакцій, що слугують виживанню, ефективному пристосуванню до умов існування, і назвав його «композиція сенсоріуму».

Таким чином, І. Прохазка переконливо обґрунтував *найбільш істотний, функціонально-системний зв'язок нервової системи і психіки* – вони регулюють життєдіяльність живих істот у навколишньому середовищі посередництвом відображення умов, чинників, тенденцій, значущих щодо збереження й підтримки їхнього життя, виживання, та ефективного пристосування до цих умов (опанування корисним і уникнення загрозливого, шкідливого). Цю двоєдину (нейрофізіологічно-психічну) «композицію сенсоріуму» він образно назвав «компасом життя», тому що вона «...вказує на життєві потреби, розпізнає корисні та шкідливі щодо них впливи і організовує доцільні відповіді на них.» Користуючись сучасною науковою термінологією, можна сказати, що «компас життя» збирає, опрацьовує та організовує використання інформації, значущої щодо забезпечення життєдіяльності суб'єкта, особини.

Потужним підтвердженням правильності системно-біологічних положень І. Прохазки щодо функцій нервової системи і психіки у процесі пристосування, виживання, самозбереження живих організмів стала теорія еволюції Чарльза Роберта Дарвіна.

#### *2.8.6. Основні функції психіки з позицій теорії еволюції Ч. Р. Дарвіна*

Ще раз наголосимо, що пристосування з метою виживання вимагає відображення як постійного моніторингу актуальної у цьому сенсі інформації.

Відображення – універсальна властивість світу людини, сутність якої полягає у відтворенні предметами, явищами тих чи інших властивостей інших предметів і явищ в процесі їх взаємовпливів. У неживій природі відображення являє собою механічні, фізичні, хімічні взаємовпливи тіл, речовин, енергій. До прикладу, хвилі розбиваються об скелі. Але й прибіг поступово, повільно точить скелі. Сонячні промені освітлюють верхні шари води, а вода переломлює сонячні промені. Кисень під впливом електричних розрядів перетворюється на озон, і т. ін. і т. п.. Рівні та форми відображення, притаманні неживій природі, охоплюють і живу, оскільки вони нерозривно пов'язані – живе існує на основі неживого, живі організми мають фізичні та хімічні властивості, отож, на них поширюються закони цих рівнів існування матерії, а отже й відповідні впливи. Так, живі тіла, як і неживі, мають масу, а



відтак, їх динаміка (рух) відповідає основним законам механіки: всесвітнього тяжіння, прискорення та ін.. Неорганічною основою організмів є вода, тому вони реагують на всі ті речовини, які так чи інакше взаємодіють з водою, тощо.

Відображення в живій природі має істотну специфіку – особливості, притаманні тільки йому, які відрізняють його від усіх інших явищ, зокрема й від відображення у неживій природі. Нагадаємо, що вчені називають такі відрізняльні властивості предметів і явищ *differentia spesific* (лат. – різниця, відмінність і особливість). *Differentia spesific* відображення живих організмів впливає з того, що органічною основою живої матерії є велетенські (у вимірах мікросвіту) і дуже складні за рівнем організації протеїнові (білкові) молекули, утворені з атомів вуглецю, поєднаних вільними валентностями між собою та з атомами азоту, кисню, водню, фосфору, сірки. Підтримка існування таких складних молекул та утворених їх різноманітними поєднаннями живих організмів вимагає величезних витрат енергій та речовин. Адже в умовах нашої планети та космічного простору, у який зазирнула земна наука, діє всеохоплююча і стала тенденція (лат. *tendentia* – спрямованість від *tendo* – спрямовую) до розпаду молекул, речовин та енергій на менш складні за рівнем організації. Притім, чим складніші молекулярні сполуки та енергетичні випромінювання, тим інтенсивніше вони розпадаються. Зворотних трансформацій – спонтанного (без жодних детермінуючих впливів ззовні) утворення із простіше організованих сполук та енергетичних процесів більш складних – не спостерігається. Ця тенденція називається законом ентропії, згідно з яким, Всесвіт у дуже-дуже далекому майбутньому чекає теплової смерті – перетворення всіх речовин та енергій на однорідну, просту за складом, холодну масу.

Застосування положень теорії ентропії дозволило американським вченим вирахувати, що вірогідність спонтанного утворення велетенських протеїнових молекул, які є органічною основою життя, з неживої речовини в умовах планети Земля дорівнює 10-255, тобто, практично нулю. З цього впливає: або земне життя виникло внаслідок дії якогось креативного (творчого, того, котрий творить) суб'єкта; або первісні органічні сполуки якимось чином занесені на нашу планету з Космосу (метеоритами, прибульцями тощо); або в момент їх зародження на ній утворились якісь особливі, незбагненні для сучасної науки умови.

Велетенські і дуже складні білкові сполуки підтримують своє існування як цілісних сукупностей, протидіють ентропії, руйнуванню, розпаду на фрагменти постійним захопленням з оточуючого середовища необхідних для цього речовин та енергій і викиданням у нього залишків їх переробки. Іншими словами, умовою існування всіх без виключення білкових сполук, принаймні, від моменту появи їх на Землі, є постійне засвоєння ззовні необхідних їм для підтримки власного існування речовин та енергій і виділення незасвоєного та відпрацьованого матеріалу. Ці процеси називаються обміном речовин або *метаболізмом* (грец. *metabole* – переміна, зміна). В них виявляється здатність усього живого до *самовідтворення*.

Але, перш ніж засвоїти необхідні для його метаболізму речовини та енергії, живий організм має їх знайти, впізнати, диференціювати (вичленувати) серед інших, непотрібних йому. Не менш важливим є впізнання, а відтак, уникнення всього того, що загрожує йому руйнаціями. В основі здатності живого здійснювати такі диференціації лежить його істотна функціональна властивість, яку назвали подразливістю.

**Подразливість** – здатність живих організмів реагувати на речовини та енергії, життєво значущі щодо їх метаболізму, подразненням – змінами свого біохімічного і фізіологічного стану.

**Подразнення** – процес біохімічних та фізіологічних змін в організмі під впливом подразників.

**Подразник** – об'єкт, вплив якого на організм спричиняє в ньому подразнення.

Життєво важливі для організму подразники називають *біотичними* (грец. *bios* – життя) і поділяють на дві групи: 1) ті, котрі повідомляють про необхідні для його існування речовини та енергії (про їжу, воду, тепло і т. ін.); 2) ті, що несуть інформацію про загрозу, небезпеку для його існування. Подразники, які не є життєво важливими для того чи іншого організму, виду, сімейства тощо, назвали *абіотичними* (грец. *a* – не, *заперечення*).

Всі без виключення живі організми, від бактерій до китів, реагують на речовини та енергії, необхідні для них в той чи інший момент їх життя. Тобто, це реагування регулюється станом їх внутрішнього середовища. Нестача в організмі необхідних йому речовин та енергій спричиняє його активність, спрямовану на пошук, захоплення і засвоєння їх. Воднораз, живі організми змушені постійно відслідковувати в оточуючому середовищі

загрозливі для їх існування об'єкти, щоб уникати їх або так чи інакше протидіяти їм. В усьому цьому полягає сутність **саморегуляції** як однієї з найістотніших функціональних властивостей усього живого, котра ґрунтується на подразливості і залежить не лише від характеру подразника, а й від внутрішнього стану самого організму щодо цього подразника – потребує він його в момент подразнення чи ні.

Розрізнення, впізнавання живим організмом актуальних (життєво важливих) для нього біотичних подразників серед усіх тих, які діють на нього водночас із ними в оточуючому його середовищі, – базисна, основна, найбільш істотна складова **відображення** живих організмів.

Реагування живого організму на актуальні для нього подразники з метою виживання (підтримки оптимального метаболізму, захисту від загрози руйнації та загибелі тощо) називається **адаптацією** (лат. *adapto* – пристосовую) або пристосуванням організму до умов середовища існування.

Відображення і адаптація рослинних, одноклітинних, найпростіших організмів забезпечуються подразливістю. Реагування, засноване на ній, виявляється в рухах, спрямованих на здобування необхідних організму речовин та енергій і на уникнення загрозливих для нього впливів. Такі рухи називаються таксисами і тропізмами. Вони висвітлюються в навчальному курсі «Зоопсихологія та порівняльна психологія». У тваринних організмів на базі подразливості розвивається чутливість.

**Чутливість** – здатність утворювати сигнальні зв'язки, яка являє собою подразливість щодо впливів тих абіотичних подразників, котрі відносять тварину до біотичних, життєво важливих для неї об'єктів, сигналізують, інформують про них. (Про чутливість як утворення сигнальних зв'язків – див.: 2.9.2.; 2.9.3.).

В цьому контексті, з метою початкового розуміння її сутності, розглянемо приклади зародкових проявів здатності утворювати зв'язки сигнального характеру, виявлені у найпростіших і кишково-порожнинних організмів:

У інфузорій, евґлен та інших найпростіших, які не реагують на світло, тому що воно не є для них біотичним подразником, можна виробити реакцію на нього. З цією метою один бік акваріуму, у який поміщають ці організми, періодично нагрівають і водночас освітлюють. Найпростіші переміщуються в тепліше середовище.

Для них тепло – біотичний подразник, оскільки, чим вища температура води (до певної межі), тим краще вони функціонують, і тим швидше розмножуються у ній ті мікроорганізми, якими вони харчуються. Після 15-20 сполучень тепла зі світлом акваріум не нагрівають, а тільки освітлюють. Найпростіші реагують на освітлення як на підігрівання – рухаються в його бік.

Отже, експериментатори пов'язали підігрівання і освітлення – вони чимало разів подавались в одному місці і водночас. Найпростіші, що досліджувались, якимось чином відобразили цей зв'язок і зафіксували його у якихось структурах своїх організмів (є гіпотеза – що на рівні РНК). Цей зафіксований зв'язок біотичного для них тепла з абіотичним світлом зробив друге *сигналом* першого – якщо відображується (помічається) поява одного із зазвичай поєднаних у часово-просторових параметрах об'єктів, то є вагомій підставі очікувати й іншого. Тобто, абіотичний подразник завдяки цьому зв'язку набув функції сигналу, повідомлення, інформування про біотичне, що й являє собою сутність чутливості. Але, цей зв'язок у найпростіших не є повноцінним сигнальним, оскільки, ледь утворившись, він зникає. Його назвали протосигнальним.

Актинія (один з найпримітивніших кишково-порожнинних організмів) живе, прикріпившись до дна водойми нижньою частиною тіла, харчується невеличкими рибками. Коли рибка торкається її шупалець, які оточують ротовий отвір, актинія реагує на цей дотик – хапає і ковтає її. Якщо шматочок фільтрованого паперу просочити запахом рибок, якими харчуються актинії, і торкатись ним її шупалець, вона реагуватиме на нього як на рибку – ковтатиме, але, потримавши у своїй внутрішній порожнині декілька хвилин, «виплює». Після трьох-чотирьох десятків таких дотиків актинія перестане реагувати на них завдяки тому, що абіотичний для неї подразник – консистенція паперу – сигналізуватиме їй, що те, котре торкається, неістівне, хоч і має запах істівного. Цей зв'язок також протосигнальний, короткотривалий.

Порівняно легко виробити такі зв'язки у черв'яків. До прикладу, у дощового хробака можна сформувані спроможність розрізнати за фактурою поверхні безпечні й небезпечні для нього місця. Хробака поміщають у чашку Петрі, дно якої поділене на 4 сектори: гладке, без жодного покриття і покриті – піском, камінцями, глиною. Якщо хробака «карають» (удар струмом тощо)

у всіх секторах, крім, скажімо, того, що з глиняним дном, то невдовзі він шукатиме тільки таке дно, щоб на ньому залишитись.

Морського багатощетинкового черв'яка поміщають у скляну трубку. Після того, як він там освоїться, дають якийсь абіотичний для нього подразник (вмикають світло або вібрацію, тощо), а відтак, кладуть біля отвору трубки щось ласе для нього. Він виповзає зі схованки і їсть. Після 30-50 таких сполучень черв'як одразу реагує на абіотичний подразник – вилазить з трубки, коли ласощів біля неї ще немає. Такі зв'язки ці черв'яки запам'ятовують відносно надовго – в середньому на 15 днів.

Невеликі хробаки, яких називають планарії, перебувають у стрижневому каналі Т-подібного коридору. Експериментатори у випадковій послідовності, тобто, без жодного закономірного чередування, впливають на них то одним, то іншим із двох абіотичних подразників, скажімо, створюють вібрацію середовища або освітлюють його. Коли вмикається вібрація, – їжа, яку споживають планарії, знаходиться зліва, коли світло – справа. Вони навчаються правильно реагувати – повзти в той бік коридору, у якому їжа, – в середньому після одержання приблизно 150 таких сигналів. Стільки ж поєднань будь-якого абіотичного для них подразника з яскравим світлом, якого вони активно уникають, потрібно для того, щоб ці хробаки притьмом ховались у спеціально поставленій для цього коробочці, як тільки цей подразник починає діяти, хоча світло ще не ввімкнули.

*Експерименти такого роду показують, що спроможність закарбовувати і утримувати життєво значущу інформацію, що є сутнісною основою одного з фундаментальних психічних утворень – пам'яті, притаманна і тим видам, які перебувають на нижчих щаблях філогенетичної драбини.*

Понад це, виявлено вагомі факти, які свідчать про наявність властивості на кшталт пам'яті не лише у рослин, а й у речовин неживої природи. На сьогоднішній день вже немає сумнівів, що існує «пам'ять» води, металів, мінералів, зокрема, дорогоцінних каменів, хоча ця «пам'ять» ще дуже мало вивчена.

*Розглянуті властивості живого дають підстави функціонально трактувати життя як спосіб існування протейнових сполук, базисним процесом якого є метаболізм (обмін речовин).*

Коли якихось поживних речовин не вистачає для всіх, хто їх потребує, за них точиться боротьба. У боротьбі перемагає

сильніший. Еволюційне вчення про походження видів шляхом природного добору видатного англійського природодослідника Чарлза Роберта Дарвіна (1809–1889) побудоване на цих двох незаперечних істинах. У цьому вченні ґрунтовно постала *основна функція психіки і тварин, і людини – організаційно-керуюче забезпечення боротьби за існування, виживання – адаптація (приспосовання) на основі відображення*. Але зауважимо, що на провідну роль психіки у власне пристосованні організмів до середовища першим вказав Жан-Батист Ламарк.

Зважаючи на чисельні аргументи «за» і «проти» теорії еволюції (вчення Ч. Р. Дарвіна, дарвінізму), які можна знайти в наукових і псевдонаукових, науково-популярних, богословських публікаціях, в інтернеті, зауважимо, що на сьогоднішній день існує дуже багато фактів з життя популяцій живих організмів, які засвідчують реальність еволюції під впливом природного добору, що відбувалась чи відбувається «на очах». Непересічні досягнення палеонтології, порівняльної морфології, ембріології, фізіології, біохімії, етології, генетики популяцій підтверджують істинність цієї теорії. До прикладу, одним з останніх досягнень такого роду є створення математичної моделі еволюційних трансформацій кінцівок людини, згідно з якою зміни форми ступнів наших тваринних предків внаслідок необхідності ходіння на задніх кінцівках (ногах) зумовили такі зміни форм їхніх долонь і пальців, які виявились сприятливими щодо виготовлення кам'яних знарядь (так званих сокир, відщепів) та інших відносно складних і спритних дій. Керівник цього солідного проекту, Кемпбел Рольєн (Університет Калгарі, Канада) зауважив, що саме Чарлз Роберт Дарвін першим припустив наявність зв'язку еволюційного характеру між ходінням на двох ногах, що вивільнило передні кінцівки від функцій пересування (локомоції), і технологією виробництва та використання кам'яних знарядь. Ще один переконливий приклад: новітні досягнення квантової фізики висвітлили вірогідний механізм тих мутацій, які можуть започатковувати еволюційні зміни на молекулярному рівні ДНК.

Отож, відомий французький антрополог і філософ, католицький монах-єзуїт П'єр Тейяр де Шарден, а згодом відомий російський православний богослов і філософ, біолог за світською освітою, священник Олександр Мень дійшли однакових висновків: а) еволюція під впливом боротьби за існування та природного добору – об'єктивна реальність; б) організм людини сформувався в

процесі еволюції, на певному етапі якої Бог-Креатор (Творець) вклав у нього безсмертну душу.

Слушність цих висновків визнав Ватикан. В 90-і роки минулого століття Католицька церква на основі ґрунтовних досліджень вчених, так чи інакше пов'язаних з Ватиканським університетом, прийняла «соломонове», напевне, що єдино правильне на сьогоднішній день рішення – визнала цю теорію з суттєвим уточненням: Життя на Землі, живі організми створив Бог. Істотною складовою цього творення була програма еволюції. Ретельне і всебічне вивчення викопних решток тваринних предків людини (австралопітеків, пітекантропа та ін.) і кроманьонців дозволяє припустити, що коли ці предки шляхом еволюції досягли відповідного рівня психічного і соматичного розвитку, Господь дарував їм «іскру свідомості» – зародок безсмертної душі.

В березні 2009 року у Ватикані відбулась представницька Міжнародна конференція, присвячена еволюційному вченню, на честь 200-літніх роковин з дня народження Ч. Р. Дарвіна і 150-річчя виходу в світ його праці «Походження видів». Голова папської організаційної комісії, архієпископ Джанфранко Раваззі у повідомленні про цей знаменний захід заявив, що теорія еволюції Чарлза Роберта Дарвіна цілком сумісна з християнською вірою і що її істотні постулати відслідковуються у працях великих католицьких теологів – Святого Августина (354–430) і Фоми Аквінського (1225–1274) та інших, менш відомих. Ватикан з благословення Папи Римського Івана-Павла II офіційно заявив: «Еволюції є місце у християнській теології, а ідеї Дарвіна не суперечать християнському віровченню».

Практично водночас голова відділу громадських зв'язків Англійської Церкви Малколм Браун розмістив статтю на інтернет-сайті цієї церкви, в якій ключовими є такі слова: «Чарлз Роберт Дарвін, на честь 200-ліття з дня Вашого народження Англійська Церква приносить Вам свої вибачення за нерозуміння і заперечення Вашої теорії, що викликало згодом неприйняття її в усьому релігійному світі. <...> В ідеях Дарвіна немає нічого, що б суперечило вченню християнської церкви.»

Для роздумів про таке трактування вчення Ч. Р. Дарвіна наводимо його власне твердження з останніх видань «Походження видів»: «Коливання, щоб закріпитись і послужити джерелом для утворення нового виду, має появиться у відносно великій кількості в цьому напрямі». Відомий фахівець із зоопсихології та

порівняльної психології Володимир Олександрович Вагнер (1849–1934) слушно зауважив щодо цього твердження: «Така постановка питання вочевидь міняє справу, тому що поява багатьох особин з певними особливостями свідчить, що тут справа вже не в природному доборі, а в інших факторах, які не входять у склад теорії про походження видів з коливань їхніх ознак...».

Згідно з положеннями теорії еволюції, в її процесі було випробувано ефективність різних способів боротьби за існування. Одним з них стало збільшення маси тіла і за рахунок цього – сили м'язів, ефективне використання якої, своєю чергою, вимагає досконалих засобів боротьби – нападу і оборони: зубів, пазурів, рогів, копит, хвостів. Найвиразніший приклад тваринного ряду, котрий «зробив основну ставку» на цей спосіб, – динозаври. Вони вимерли. Цей факт засвідчив, що збільшення маси тіла і його фізичної потужності понад певну оптимальну межу не є достатньо дієвим у сенсі боротьби за існування, виживання, ефективної адаптації.

Ще один спосіб – зайняти таку екологічну комірку, у якій жоден інший вид не може існувати, а відтак, на неї ніхто не претендує, не бореться за неї. Це означає, що вид вживає таку їжу, якої вдосталь для нього, і яку більше ніхто не може засвоювати. До прикладу, терміти – комахи, котрі споживають лігнін, – дуже щільну складову деревини, яку не здатна перетравити жодна інша жива істота. Та й самі терміти перетравлюють його за допомогою бактерій-симбіонтів, що живуть у їхніх стравоходах. Створивши для себе таку специфічну екологічну комірку понад 300 мільйонів років тому, терміти не еволюціонували з того часу, не змінили ні форми життєдіяльності, ні будову свого тіла.

Існує наукова гіпотеза з високим ступенем вірогідності, що тваринні предки *Homo sapiens sapiens* на одному з етапів своєї еволюції вижили та ще й отримали потужний поштовх для розвитку саме в такий спосіб – зайняли екологічну комірку, на яку не претендував жоден інший вид.

Знайдені чисельні викопні рештки австралопітеків (*англ. austral – нівденний і pithecus – мавна*) або стародавніх антропоїдів (*грец. anthropos – людина і phoidos – подібний*) свідчать про високу вірогідність зародження людського роду у африканській саванні, що розкинулась на територіях Кенії, Танзанії та Ефіопії. На цих територіях були плато, вкриті густими джунглями. Приблизно 8 млн. років тому там стався грандіозний геологічний катаклізм, в



результаті якого ці плато опустились і на місці джунглів утворилась саванна. Стародавні людиноподібні мавпи, які жили там, розділились на дві частини. Одна з них мігрувала у джунглі Екваторіальної Африки. Її нащадки – сучасні шимпанзе й горили. Цікаво, що у 2004 році там знайшли невідомих до цього часу особин, які мають ознаки і горил, і шимпанзе. Друга, з якої еволюціонувала людина, залишилась у саванні – вкритій густою і високою травою посушливій рівнині.

Ті істоти не мали потужних природних засобів нападу і оборони – маси і сили м'язів, зубів, пазурів тощо, не могли швидко бігати. Тому, щоб встигнути втекти і сховатись від хижака, вони змушені були виглядати його здалеку, піднімаючись над високою травою на задніх кінцівках. Поступово вони навчилися пересуватись так. Англійський палеоанатом Реймонд Дарт у 1924 році ретельно вивчив скам'янілий череп однієї з тих істот і довів, що її зуби більше подібні на зуби людини, ніж антропоїда (людиноподібної мавпи), а положення великого потиличного отвору в основі черепа, через який головний мозок поєднується зі спинним, показує, що вона мала пряму осанку, ходила на задніх кінцівках. І він відважився назвати тих істот *гомінідами* – *безпосередніми тваринними предками людини*, а відтак, запропонував дати їм наукову назву – *Australopithecus africanus* – *Південна африканська людиноподібна мавпа*.

Прямоходіння цілковито вивільнило від функцій пересування (локомоції) передні кінцівки, що значно посилило і розвинуло їх маніпулятивні (*лат. manipulatio* – *ручний прийом, дія*) можливості, а це, своєю чергою, зумовило еволюційне перетворення їх в людські руки. (*Згадаємо відкриття групи вчених під керівництвом К. Рольєна з Університету Калгарі*).

Завдяки вертикальному положенню тіла голова тих мавп стала добре врівноваженою, відтак, черепна коробка могла розростатись в усіх напрямках, що створювало сприятливі умови для значного збільшення головного мозку. З цілковитим переходом хапальної функції від пащі до рук помітно полегшилась еволюція ротової частини обличчя, в результаті якої вельми зросла рухливість її м'язів, що істотно сприяло розширенню репертуару звуків. Ці трансформації були вельми сприятливими щодо розвитку психіки і мовлення.

Все це вкупі спонукало тваринних предків людини харчуватись тим, що інші види не могли здобути й спожити – кістковим мозком

величезних трав'янистих та м'ясоїдних тварин, яких в Африці було багато в ті часи, про що свідчать їх викопні рештки. Чимало з них так чи інакше гинули у водах величезних тоді рік, і течія виносила їх трупи на береги. М'ясо цих туш з'їдали сильні й агресивні некрофаги (пожирачі мертвечини) – ссавці та птахи. Тваринні предки людини сумирно очікували своєї черги; коли некрофаги, з'ївши м'ясо, відходили, вони розбивали кості кам'яними відщепами, котрі називають сокирами, і їли кістковий мозок. Вірогідно, що вироблення та розвиток умінь виготовляти й застосовувати кам'яні сокири та склад їжі, яка здобувалась за допомогою цих сокир, – високоякісні кістково-мозкові білкові сполуки – відчутно сприяли вдосконаленню анатомії та фізіології нервової системи і нерозривно пов'язаною з нею психікою наших тваринних предків.

Це вдосконалення виявилось найефективнішим способом підвищення потужності адаптивного потенціалу. Адже, чим досконаліша нервова система та психіка живої істоти, тим більш складний і якісний збір, опрацювання та застосування інформації вони забезпечують – тим глибше й точніше відображуються, розрізняються ними зовнішні впливи, обставини, у яких перебуває та істота, котрій вони належать, тим ефективніші реакції, поведінкові акти цієї істоти організовують. Дійсно, хто володіє інформацією, той володіє ситуацією...

Істотною відрізняльною властивістю відображення людини є усвідомлення змісту відображеного, а пристосування – інтенційна (*лат. intention – стремління, прагнення*) дієвість – людина не лише пристосовується до умов існування, а й перетворює їх відповідно до своїх потреб, бажань, мети – не лише адаптується, а й адаптує. Але, як слушно зауважив видатний російський фізіолог Іван Петрович Павлов: «Рух рослин до світла і пошук істини шляхом математичного аналізу – чи не є за сутністю явищами того самого ряду? Чи не є це межові ланки майже нескінченного ланцюга пристосувань, що здійснюються в усьому живому світі?»

*Таким чином, розглянуті тлумачення функціональної сутності психіки – достатньо вагома підстава для узагальненого висновку, що відображення з метою адаптації – найбільш істотна, спільна, однакова властивість усіх живих організмів та основні функції нервової системи і психіки на всіх рівнях їх організації. Подальші дослідження проблематики функцій нервової системи і психіки, насамперед, вчення про умовні рефлекси або сигнальні зв'язки, остаточно засвідчують правильність цього висновку.*

## 2.9. Функціональні аспекти сигнального зв'язку

### 2.9.1. Психіка як регулятор гомеостазису організму за І. М. Сеченовим

Фундаментальні положення про «композицію сенсоріуму», обґрунтовані І. Прохазкою, набули подальшого розвитку у вченні відомого російського фізіолога Івана Михайловича Сеченова (1829–1905).

Під час вивчення газообміну та інших вегетативних обмінних процесів перед І. М. Сеченовим виразно постав феномен саморегуляції живого організму, спрямованої на збереження й підтримку своєї збалансованої сталості в умовах несталого, мінливого середовища. Згодом відомий американський фізіолог Уолтер Кеннон позначив цю сталість терміном «гомеостаз» (*лат. homos – рівний, відповідність і stasis – стан*).

І. М. Сеченов дійшов слушного висновку, що саморегуляція організму, яка забезпечує збереження й підтримку гомеостазу, вимагає від нього не лише безперервного відслідковування й виявлення тих змін у середовищі, котрі можуть порушити цей стан, а відтак, організації захисних реакцій на такі загрози, а й постійного надходження інформації від органів чуття щодо результативності, ефективності, доцільності цих реакцій. Згодом засновники інформатики (теорії інформації) позначили таке інформування терміном «зворотний зв'язок».

Відтак, І. М. Сеченов аналітично обґрунтував, що основним, універсальним механізмом саморегуляції задля підтримки гомеостазу є рефлекс, функціональна структура якого складається не з двох ланок (доцентрової та відцентрової), а з трьох: 1) впливи подразників на органи чуття та передача інформації про них у центральну нервову систему (далі – ЦНС); 2) опрацювання у ЦНС цієї інформації та організація адаптивних реакцій на неї; 3) моніторинг результативності, ефективності цих реакцій на основі опрацювання відповідної інформації від органів чуття (зворотного зв'язку).

Ця логіка системно-функціонального осмислення нервової системи та рефлексу закономірно привела І. М. Сеченова, як свого часу І. Прохазку, до висновку, що не лише нейрофізіологічні, а й психічні акти і тварин, і людей мають таку функціональну структуру. Архітектоніка психічного акту аналогічна нейрофізіологічному, тому

що нейрофізіологічне та психічне сукупно виконують ту саму функцію – на основі відображення умов існування живої істоти забезпечують її пристосування до цих умов, спрямоване на виживання. Але люди, на відміну від тварин, здебільшого усвідомлюють зміст кожної з ланок саморегуляції: 1) інтенційний пошук та одержання інформації; 2) опрацювання її, продуктом якого є свідомий план дій; 3) висновки щодо ефективності його реалізації, а за необхідності – усвідомлено осмислене корегування, виправлення неефективних дій на більш ефективні.

Відтак, він аналітично вивів істотну функціональну складову рефлекторних процесів – центральне гальмування, яке являє собою зупинку, переривання рухової реакції, дії посередництвом подразнення певних ділянок мозку (центру нервової системи), тобто, збудженням цих ділянок і поєднаних з ними аксонів (нервових волокон). Іншими словами, центральне гальмування – це активний, скерований з мозку процес переривання і зупинки якогось збудження іншим, спеціально призначеним для цього збудженням. «Легко зрозуміти, напевно, – писав І. М. Сеченов, – що без існування гальмування в тілі та, з іншого боку, без можливості приходити цим гальмам у діяльний стан шляхом збудження приладів, які відчувають, (єдиних можливих регуляторів руху!) абсолютно унеможлиблювалось би виконання плану тієї «саморухливості», котра притаманна у такій високій степені тваринам.»

Центральне гальмування забезпечує найбільш актуальні (найважливіші, пріоритетно значущі) для живої істоти в кожній ситуації адаптивні реакції, рухи, дії від всіляких менш важливих, котрі можуть перешкодити найбільш важливим, знизити їхню ефективність чи взагалі зруйнувати. До прикладу, процес поїдання м'яса хижаком різко гальмується і він швидко тікає, якщо раптом побачить вочевидь дужчого хижака, котрий зацікавився його поживою і рушив, щоб заволодіти нею. Зрозуміло, що втеча в такій ситуації для слабшого хижака є істотно більш актуальною щодо виживання адаптивною реакцією, ніж харчування.

Таким чином, у вченні І. М. Сеченова матеріальні нейрофізіологічні процеси та ідеальні психічні феномени постали у своїй системній структурно-функціональній єдності регуляторів поведінки. Вони, згідно з його тлумаченням, працюють як одна, цілісна «мозкова машина», що являє собою механізм, споряджений декількома центральними придатками, з яких

основні: 1) гальмівний центр, котрий ставить бар'єри на шляхах збуджуючих імпульсів до тих виконуючих органів, реакції яких можуть зашкодити найбільш актуальним у цей момент діям; 2) центр, що посилює реакції, дії посередництвом актуальних спонук – потреб, бажань тощо; 3) центр накопичення і зберігання корисної інформації – пам'ять «мозкової машини»; 4) наперед повідомляючий центр – вловлює перші ознаки тих об'єктів, котрі несуть загрозу або користь, та організовує упереджуючі адаптивні реакції на них. Подальші наукові дослідження, так чи інакше пов'язані з цією моделлю «мозкової машини», остаточно засвідчили, що І. М. Сеченов вірно розгледів та окреслив її сутнісні функції та складові.

Розглянуті концептуальні положення вчення І. М. Сеченова слугували методологічною основою експериментальної науково-дослідницької діяльності видатних російських вчених Івана Петровича Павлова (1849–1937) і Володимира Михайловича Бехтерева (1857–1927), видатного американського психолога Едварда-Лі Торндайка (1874–1949) та багатьох інших дослідників.

### 2.9.2. Психологія сигнального зв'язку (умовного рефлексу) у вченні І. П. Павлова

У 1903 році І. П. Павлов виступив на Міжнародному медичному конгресі в Мадриді з доповіддю на тему: *«Експериментальна психологія і психопатологія на тваринах»*. Вже сама ця назва незаперечно свідчить, що він трактував той відкритий ним феномен, якому присвятив цю доповідь, як насамперед психологічний. Висвітлення сутності цього феномену він почав так: «Якщо собаці налити в рот розчину кислоти, вона плюватиме. Спрацьовує вроджений захисний рефлекс – слина очищує ротову порожнину від речовини, яка може пошкодити її.» Вроджені рефлеksi І. П. Павлов назвав *безумовними*. Якщо безпосередньо перед таким подразненням слизової оболонки ротової порожнини собаки або водночас з ним декілька разів давати якийсь абіотичний, байдужий для неї подразник, до прикладу, вмикати лампочку, а потім, на *N*-й раз, лампочку ввімкнути, але розчину кислоти не влити, то слина виділяється так само інтенсивно, ніби його влили. Це означає, що між цими подразниками, біотичним і абіотичним, утворився умовний рефлекс або сигнальний зв'язок.

*Сигнал* (лат. *signum* – знак) – структурна одиниця і засіб передачі інформації.

*Інформація* (лат. *informatio* – пояснення, виклад матеріалу) – повідомлення про об'єкти, їх властивості, співвідношення за допомогою сигналів.

Характеризуючи цей умовний рефлекс, вироблений у собаки, і пояснюючи його другу назву, І. П. Павлов, зокрема, зауважив, що виділення слини у відповідь на подразнення нервових закінчень ротової порожнини руйнівною для неї речовиною чи їжею може бути викликано будь-якими подразниками, котрі не мають жодного стосунку ні до захисного, ні до харчового рефлексів. Це спостерігається за умови, що такі подразники набувають сигнальної функції, для чого необхідно, щоб вони передували руйнуючому чи харчовому подразненню ротової порожнини або діяли водночас з ними певне число разів (для кожної особини – різне). Відтак, уможлиблюється управління роботою слинної залози, як і будь-якого іншого органу, найрізноманітнішими подразниками – зоровими, слуховими, дотиковими, нюховими. З цього випливає, що загалом:

*Умовний рефлекс або сигнальний зв'язок* – це реакція на певний абіотичний подразник як на певний біотичний, якщо вони постійно співпадають в просторово-часових параметрах, а відтак, поява першого інформує про високу вірогідність появи другого.

Умовний рефлекс – потужний механізм відображення з метою адаптації, диференційованого і адекватного орієнтування тварин у навколишньому середовищі. Він забезпечує спроможність особини впізнавати й знаходити абіотичні подразники (предмети, явища, їх складові, властивості, особливості), які постійно співпадають у просторово-часових вимірах як з необхідними, сприятливими для її життєдіяльності, так і з небезпечними, загрозливими, несприятливими для неї об'єктами. Внаслідок просторово-часових зв'язків умовних і безумовних подразників, поява першого сигналізує про високу вірогідність появи другого. Це дозволяє тварині підготуватись до реакції на другий, належним чином активізувати органи, які її забезпечують. Воістину: «Хто володіє інформацією, той володіє ситуацією»...

Задля кращого розуміння сигнальної природи умовно-рефлекторного зв'язку зауважимо, що сигнал – не тотожний подразнику, хоча кожний подразник несе якусь інформацію.

Предмети, явища, їх властивості, котрі виступають як подразники, мають ті чи інші об'єктивні фізичні, хімічні, енергетичні якості (розміри, форму, забарвлення, агрегатний стан, температуру, динаміку і т. ін.). У межах своїх певних об'єктивних властивостей подразники взаємодіють з органами чуття живої істоти, викликаючи у неї відчуття. До прикладу, зорові відчуття у людей виникають внаслідок подразнення сітківки (чутливої поверхні) наших очей електромагнітними коливаннями з довжиною хвилі 380-800 мілімікрон; смакові зумовлюються впливом розчинених у воді іонів металів, вуглеводів, водню, алкалоїдів. Ці відчуття інформують про властивості подразника, що викликав їх. Вони переживаються суб'єктом як його освітленість, кольори, забарвлення і як смаки: солений, солодкий, кислий, гіркий. Тварини впізнають свої відчуття, але, на відміну від людей, не усвідомлюють і не називають їх. Увесь комплекс відчуттів, що надходять від того чи іншого об'єкта через різні органи чуття живої істоти, поєднуються у її психіці в єдиний, цілісний образ цього об'єкта, який називається образом сприймання або перцептивним (*лат. perceptio – сприймаю, сприймання*).

Водночас, подразники можуть повідомляти, передавати інформацію і про те, чого немає у їх об'єктивних властивостях, але з чим вони так чи інакше пов'язані. Так, в умовному рефлексі – спільними просторово-часовими параметрами. У запалюванні лампочки перед вливанням розчину кислоти у ротову порожнину собаки розчин кислоти як такий, як матеріальний об'єкт, відсутній; у звуках метронома, які тварина чує перед тим, як їй дадуть їжу, їжа як така відсутня, і т. ін. і т. п.. Але, перші є сигналами про високу вірогідність появи других, тому що вони відобразились і запам'ятались твариною як такі, що, здебільшого, існують вкупі, у просторово-часовій сукупності. З цього випливає, що в принципі, теоретично будь-який об'єкт чи його властивість може бути сигналом будь-якого іншого, нести інформацію, повідомляти про нього за умови такого зв'язку між ними, коли наявність першого вказує на другий, на його наближення, появу через деякий час, має його на увазі тощо.

До прикладу, кожна буква вказує на якийсь певний звук, має його на увазі. Вони пов'язані конвенційно (*лат. conventio – згода, угода*), за домовленістю – для кожного звуку мови творцями алфавіту було штучно створено значок-букву, що являє собою сигнал цього звуку. Жодного об'єктивного зв'язку, жодної подоби у фізико-хімічному

складі, структурі і т. ін. між ними немає. З тим самим успіхом будь-який звук міг би позначатись будь-яким іншим графічним (написаним) значком-буквою, про що свідчать різні за конфігурацією букви для позначення однакових і дуже подібних голосових звуків (фонем) у різних мовах, різні написання тієї самої букви. Але, принципово важливо, щоб кожна буква позначала виключно якийсь певний звук. Ця особливість є істотною для всіх сигналів – вони мають постійно, щоразу нести ту саму інформацію. Порушення цієї вимоги спричиняє дезінформацію, а відтак, дезадаптацію.

Хоча, можна пов'язати той самий сигнал з двома й більшою кількістю об'єктів. Але це не змінює суті справи. В такій ситуації або мають бути додаткові сигнали, котрі повідомляють, про який із позначуваних основним сигналом об'єкт йдеться, або беруться до уваги всі, з відповідною підготовкою до реакцій на них. До прикладу, звук метронома певної частоти можна хаотично, без жодної систематизованої черговості, щоб не виникло умовного рефлексу на періодичність сигналу, поєднувати то з їжею, то з ударом струму в кінцівку. Почувши цей звук, піддослідна тварина підготується до реакцій на обидва біотичні подразники – у неї виділиться слюна і підніметься кінцівка. Реакція, яка відповідає біотичному подразнику, що надійшов (їжа чи удар), продовжиться, а непотрібна цього разу, внаслідок відсутності відповідного їй біотичного подразника, загальмується. Значення слова-омоніму щоразу постає з того контексту, у якому воно вжите, і т. ін.

Посередництвом сигналів збирається значуща інформація про середовище з метою використання її для ефективного пристосування до його умов. Вочевидь, що чим більше сигнальних зв'язків здатна утворювати тварина, чим вони точніші, більш диференційовані, тонкі в сенсі розрізнення, тим ефективніша її поведінка, тим вищі адаптивні можливості.

*Згідно з І. П. Павловим, умовний рефлекс є асоціативним механізмом, а відтак, філогенетичною основою усіх вищих форм асоціювання. Тобто, сигнальний зв'язок типу умовного рефлексу – базис усіх асоціативних сигнальних зв'язків, що утворюються і функціонують на всіх рівнях психічного відображення, зокрема й людського мовлення та мислення.*

Нагадаємо, що асоціація (лат. *association* – поєднання, об'єднання) – це зв'язок між психічними явищами, за якого поява у полі сприйманні, в уяві, думці одного з них, тягне за собою появу іншого. (Див.: 2.6; 2.8.2.).



Рушійною силою утворення і функціонування сигнального зв'язку (умовного рефлексу) є **підкріплення**. Це – те біотичне, життя важливе для тварини, про яке сигналізує умовний подразник (необхідне, сприятливе чи несприятливе, загрозливе, небезпечне). Умовний подразник набуває сигнальної функції виключно посередництвом підкріплення.

Відповідно до поділу біотичних подразників на сприятливі й необхідні для життєдіяльності організму і ті, що загрожують їй, підкріплення поділяється на винагороди та покарання. У експериментальному наочності в якості підкріплень-покарань використовують: 1) різні удари, що завдають болю, їх називають аверсивними (англ. *averse* – *неприхильний, неохочий*) подразненнями; 2) позбавлення того, що приносить вдовolenня – їжі, ласки, тощо.

Якщо подразник, котрий набув умовно-рефлекторної сигнальної функції, якусь кількість разів не підкріплюється, він втрачає цю функцію, умовна реакція на нього загальмовується. Але варто лиш один раз підкріпити такий подразник, як загальмована реакція на нього відновлюється уповні. Це гальмування І. П. Павлов назвав *згасаючим*, тому що реакція на умовний подразник, що не підкріплюється, гальмується не одразу цілковито, а з кожним непідкріпленим подразненням стає все менш інтенсивною, згасає поступово.

Окрім згасаючого, І. П. Павлов експериментально виявив та дослідив інші види гальмування і створив ґрунтовну концепцію цього процесу, яка являє собою блискучий розвиток ідей І. М Сеченова щодо необхідності центрального гальмування у функціональній структурі нервової системи та психіки. І. П. Павлов експериментально довів, що рухова реакція, дія може бути пригноблена, зупинена шляхом подразнення певних ділянок ЦНС (звідси назва – центральне). Тобто, нагадаємо, що гальмування – це не зникнення збудження і його відсутність, а активний нейрофізіологічний процес, інше збудження, яке гальмує це збудження. Гальмування забезпечує найбільш актуальні для живої істоти адаптивні реакції, дії від усіляких менш важливих реакцій, дій, які можуть перешкодити більш актуальним, зруйнувати їх.

Напевне, що гальмування є рефлекторною основою вольових актів людини, які загалом являють собою свідоме стримування нею тих своїх бажань та небажань, котрі відволікають її від

діяльності, спрямованої на досягнення поставленої мети, і самостимуляцію зусиль, необхідних для забезпечення цієї діяльності та її ефективності.

З відкритих І. П. Павловим видів гальмування головними і найбільш важливими для психологічного пізнання є: *згасаюче, диференціююче (розрізняюче), затримуюче.*

*Диференціююче гальмування* забезпечує вичленування ознак умовного подразника серед подібних на нього. Скажімо, виробляється умовний рефлекс на звуки метронома, що лунають у якомусь певному темпі. На перших етапах утворення такого сигнального зв'язку піддослідна тварина реагує на всі звуки, подібні на цей подразник. Вочевидь, що це здійснюється посередництвом *асоціювання за подібністю*. Але, оскільки підкріплюється тільки він, реакції на подібні на нього загальмовуються, спочатку – на помітно відмінні і аж до тонкої диференціації, розрізнення та впізнання його серед дуже схожих.

Якщо подразник, на який виробляється умовний рефлекс, щоразу підкріплювати не одразу, а через якийсь певний проміжок часу, то реакція виникатиме перед самим підкріпленням. В такий спосіб можна зсунути вперед чи назад на певний проміжок часу вже вироблений умовний рефлекс. Цей вид гальмування називається *затримуючим*.

І. П. Павлов слушно вбачав у процесах утворення й функціонування сигнальних зв'язків психофізіологічні основи абстрагування (*див.: 2.3.*).

*Абстрагування* (лат. *abstractio* – відтягування, відривання, виокремлення) – *ідеальне (тобто не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) виокремлення, відокремлення властивостей об'єктів та узагальнення їх; одна з основних операцій понятійного мислення людини.*

Ссавці, особливо хижаки, демонструють здатність до доволі складного абстрагування. До прикладу, у собаки виробляють міцний сигнальний зв'язок, у якому умовний подразник – удари метронома певної частоти, скажімо, 120 ударів на хвилину. Раптово змінюють ці удари спалахами світла з цією ж частотою. Абсолютна більшість досліджуваних собак реагує на спалахи як на удари метронома, тобто, на абстраговане ними часове співвідношення елементів у функціональній структурі дискретного (*англ. discrete – розрізнений, що складається з окремих частин*) подразника – на темп, частоту появи й зникнення цих елементів.

З 1932 р. у лабораторії вищої нервової діяльності Українського психоневрологічного інституту (м. Харків) під керівництвом академіка В. П. Протопопова проводились дослідження утворення сигнальних зв'язків (умовних рефлексів) особин різних видів (собак, лисиць, нижчих мавп, ворон та ін.). В одному з них сигналами слугували ознаки *співвідношень* подразників, здебільшого, геометричних фігур різної величини й форми, різної сили освітлення, висоти звуків і т. ін. До прикладу, піддослідні тварини мали впізнавати як сигнали трикутники, незалежно від їх виду (прямокутний, тупокутний тощо) та розміру; більш потужне світло безвідносно до його власної сили, нижчий звук тощо. На основі аналізу та узагальнення результатів цих досліджень, В. П. Протопопов зробив вагомий порівняльно-психологічний висновок: «Та форма абстракції, яку можна спостерігати у тварин, може розглядатися за своїми особливостями лише як перший етап розвитку цього процесу. Ці особливості виражаються в тому, що тварина не абстрагує відносну ознаку цілковито, як це відбувається завдяки слову в людини, а лише виявляє її в наочно представлених конкретних об'єктах, до прикладу, завжди вибирає менший квадрат із двох наявних квадратів. Це та абстракція, яку деякі автори досить вдало називають абстракцією *in concreto*, вказуючи цим терміном, що ознака не відокремлюється, а відтіняється в предметах. <...> Справжня ж абстракція виражається в цілковитому абстрагуванні ознаки від реального об'єкта і мислиться поза цим об'єктом, що уможливується лише тоді, коли ця ознака буде позначена словом.»

І. П. Павлов назвав свою теорію утворення сигнальних зв'язків вченням про вищу нервову діяльність. На цій підставі були спроби стверджувати, що тільки на початкових етапах досліджень цих зв'язків він вбачав у них психологічний феномен (згадаємо, хоча б, назву його виступу на конгресі у Мадриді). Однак, врешті-решт, він, мовляв, остаточно переконався, що умовний рефлекс – нейрофізіологічний процес і продукт. Як вагомий аргумент на користь цього твердження наводився відомий факт: І. П. Павлов штрафував своїх співробітників за вживання психологічних термінів замість фізіологічних. Але, він робив це не тому, що «відхрещувався» від психології, бо вважав своє вчення суто нейрофізіологічним. Справа в тому, що видатний вчений добивався максимально можливої наукової чистоти і в термінології, а тому карав штрафами за вживання тільки тих

психологічних термінів, які наділяють тварину здатностями людської психіки, на кшталт: собака усвідомила, подумала, хотіла сказати тощо, – а терміни: згадала, захотіла, здогадалась, збагнула і т. ін., – постійно вживав сам.

Понад це, І. П. Павлов неодноразово підкреслював, що в умовно-рефлекторному (сигнальному) зв'язку представлені обидві реальності – і нейрофізіологічна, і психологічна. Вони нерозривно пов'язані функціонально та структурно, їх можна розділити тільки мисленнево – абстрагувати одну від одної, що далеко не завжди вдається зробити, а відтак, визначити і вказати, де закінчується нейрофізіологічне і починається психологічне, і навпаки. Так, процеси збудження й гальмування у нервовій системі – нейрофізіологічні за своєю природою, але феномени впізнавання, порівняння, розрізнення подразників та їх властивостей, що розгортаються у нерозривному зв'язку з цими процесами, є безумовно психологічними. Другі не можуть функціонувати без перших, а перші без других втрачають адаптивну спроможність, а відтак, сенс. І. П. Павлов назвав ці психічні процеси аналітико-синтетичною діяльністю (аналіз і синтез – основні операції мислення).

*Аналіз* (грец. *analysis* – розчленування, розкладання) – ідеальне (тобто не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) виявлення тих чи інших властивостей, особливостей, ознак об'єктів.

*Синтез* (грец. *synthesis* – поєднання, з'єднання) – співставлення тих властивостей, особливостей, ознак об'єктів, що виявляються посередництвом аналізу, з уже наявними у суб'єкта знаннями про ці властивості, особливості, ознаки, з тими поняттями, які їх включають і/або так чи інакше стосуються їх; з відповідним досвідом особини.

Виразним прикладом нерозривної єдності аналізу та синтезу є висвітлений вище процес вироблення у собаки диференціюючого гальмування – спочатку вона реагує на всі подразники, більш-менш схожі на той, на який вже вироблено умовний рефлекс, який набув функції сигналу, тобто, аналітично виявляє цю схожість шляхом синтезування відповідних подразників з вже зафіксованими у її психіці властивостями сигналу. В процесі подальшого підкріплення лиш сигналу, але не схожих на нього подразників, тварина мусить аналітико-синтезуючим чином співставляти наявний подразник з подразником-сигналом і виявляти їх тотожність чи відмінності між ними.

Істотною складовою функціональної структури умовно-рефлекторного реагування є антиципація (лат. *anticipatio* – передбачення) – очікування, що ґрунтується на відповідному передбаченні, біотичного подразника (підкріплення), котрий має бути після одержання сигналу – абіотичного, умовного подразника. Цього очікуваного ще немає у полі відображення особини, вона ще не сприймає його, але його образ у якійсь формі, у якомусь вигляді вже постає у її психіці. Це – достатньо вагома підстава для припущення, що *антиципація підкріплення є психічним феноменом, який належить до семантичного поля уяви, протоуявою, філогенетичним зародком і базисом уяви.*

*Уява – здатність суб'єкта спонтанно (невимушено), під впливом певних чинників чи за допомогою цілеспрямованих зусиль відтворювати або створювати у своїй психіці образи об'єктів (предметів, явищ, ситуацій, подій), котрі в цей час не сприймаються ним (не перебувають у полі його сприймання) або взагалі відсутні у його перцептивному (лат. *perceptio* – сприймання) досвіді; притім, суб'єкт усвідомлює, розуміє, що його образи уяви є власне уявними, не є відображенням навколишньої дійсності.*

### 2.9.3. Основний психологічний зміст «сполучного рефлексу» за В. М. Бехтеревим

Незалежно від досліджень І. П. Павлова і практично водночас з ними утворення та функціонування сигнальних зв'язків відкрив і вивчав відомий російський фізіолог, психолог, лікар-невролог Володимир Михайлович Бехтерев (1857–1927), який назвав їх *сполучними (рос. – сочетательными) рефлексами.*

Праця, у якій В. М. Бехтерев виклав свою теорію сполучного рефлексу, називається «Об'єктивна психологія». Експерименти, на яких ґрунтується ця теорія, він називав «психологічними дослідженнями». Отже і В. М. Бехтерев не сумнівався і цими назвами вказував, що вивчає психічні феномени.

Дослідження В. М. Бехтерева принципово не відрізнялись від досліджень І. П. Павлова. Відмінність полягала в тому, що І. П. Павлов використовував переважно рефлекс виділення слини, відтак, підкріплення було або харчове, або таке, що неприємно подразнює слизову оболонку ротової порожнини, а В. М. Бехтерев – захисний від болю. Він бив тварину струмом у

кінцівки. Почувши чи побачивши сигнал, вона піднімала ту кінцівку, в яку після цього сигналу вдаряв струм. Основними піддослідними тваринами у І. П. Павлова були собаки, а у В. М. Бехтерева – цапи.

І. П. Павлов визнавав і підкреслював, що видатий американський психолог Едвард Лі Торндайк (1874–1949) почав свою експериментально-дослідницьку діяльність і одержав науково значущі результати раніше, ніж він. Експериментальні методики, які застосовував Е. Л. Торндайк, суттєво відрізнялись від методик вироблення сигнальних зв'язів – умовних рефлексів (за І. П. Павловим) та сполучних рефлексів (за В. М. Бехтеревим). Результати ґрунтовних експериментів за допомогою цих методик лягли в основу концепції окремого виду научіння тварин, названого оперантним. Їх ви будете вивчати в курсі «Зоопсихологія та порівняльна психологія».

### Контрольні запитання та завдання

1. Чому провідним предметом повсякденно-практичних психологічних знань є емоційні переживання?
2. Доведіть, що анімістичне розуміння функцій душі було необхідним продуктом мислення первісно-общинних спільнот.
3. З чого складається і які функції виконує душа за Демокритом?
4. Охарактеризуйте основний зміст «ідей» та «Царства Ідей» за Платоном і доведіть їх абстрактність.
5. Що таке «поняття» і як «поняття про поняття» співвідноситься з «ідеєю» за Платоном?
6. Охарактеризуйте основний функціональний зміст людської свідомості та її базових складових: понятійних знань, цілепокладання, самосвідомості, системи ставлень.
7. Охарактеризуйте підсвідомі й несвідомі феномени у психіці людини.
8. Доведіть, що Арістотель некоректно тлумачив функції психіки.
9. Що таке асоціативні зв'язки за Арістотелем?
10. В чому полягає вагомий внесок Галена у становлення науково-психологічних знань?
11. Як, за Р. Декартом, влаштовані і функціонують «нервова машина» і душа людини?
12. Розкрийте зміст відомої тези Р. Декарта: “*Cogito ergo sum*”.
13. Що таке “*Tabula rasa*”, «асоціювання» та «рефлексування» за Дж. Локком?

14. Доведіть, що Б. Спіноза заклав теоретичний фундамент науково-психологічного принципу детермінізму.

15. Розкрийте основний зміст тези Дж. Берклі: "*Esse est percipio*".

16. Що таке «композиція сенсоріуму», «компас життя», «анімальні рухи» за І. Прохазкою?

17. Чим відрізняється відображення в неживій і в живій природі?

18. Що таке «подразливість», «подразнення», «подразник біотичний», «подразник абіотичний», «чутливість»?

19. Доведіть, що в теорії еволюції шляхом природного добору Ч. Р. Дарвіна виразно постали основні функції психіки та нервової системи.

20. Визначіть основні функції психіки на всіх рівнях її функціонування за допомогою базових положень вчень І. Прохазки і Ч. Р. Дарвіна.

21. Що таке третя ланка рефлексу за І. М. Сеченовим і чому цей феномен покладено в основу одного з основних положень теорії інформації – «зворотного зв'язку»?

22. Як, згідно з І. М. Сеченовим, функціонує «центральне гальмування»?

23. Що таке умовний рефлекс, за І. П. Павловим, і чому він назвав цей рефлекс сигнальним зв'язком?

24. Охарактеризуйте «підкріплення» у функціональній структурі сигнального зв'язку.

25. Розкрийте зміст головних видів центрального гальмування, за І. П. Павловим, з позицій основних функцій психіки – відображення з метою адаптації.

26. Доведіть, що умовний рефлекс, згідно з І. П. Павловим, є асоціюванням, аналізом і синтетизмом.

27. Порівняйте основний психологічний зміст «сполучних рефлексів» за В. М. Бехтеревим та «умовних рефлексів» за І. П. Павловим, знайдіть в них однакове, подібне та відмінне, різне.

## Розділ 3.

# ПРЕДМЕТ І МЕТОДИ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Науково обґрунтоване розуміння основних, найбільш істотних, сутнісних, системно-функціональних властивостей психіки дозволяє достатньо компетентно підійти до вивчення комплексу (лат. *complexus* – зв'язок, поєднання) положень, котрі висвітлюють предмет загальної психології як галузі психологічної науки і навчальної дисципліни, який визначає її місце в структурі всіх галузей науково-психологічних знань співвідносно з місцем психології в системі наук, та методи загально-психологічних досліджень.

### 3.1. Предмет загальної психології

Назва «загальна психологія» вказує, що її предметом є найбільш загальні, тобто, основні, фундаментальні психічні феномени, з яких складається і посередництвом яких формується та функціонує психіка людини. Ці феномени узагальнено в базових загально-психологічних поняттях: психічні процеси; психічні стани; психічні властивості особистості.

Таке трактування предмета загальної психології вказує, що її основні положення слугують теоретично-понятійною базою усіх галузей психологічної науки. Своєю чергою, система загально-психологічних знань включає ті здобутки галузей психології, які є загально-значущими.

**Психічні процеси** – це функціональна динаміка психічних феноменів (на цій підставі деякі дослідники називають їх психічними функціями). Психічні процеси поділяють на пізнавальні, емоційні, мотиваційні, вольові. Пізнавальними є процеси уваги, відчуттів, сприймання, уяви, пам'яті, мислення. Емоційними – процеси емоцій, афектів, емоційних переживань, пов'язаних з настроями, почуттями, емоційною складовою стресу. Мотиваційними – потреби, потяги, бажання/небажання, мотиви тощо, котрі безпосередньо спонукають суб'єкта до дій, вчинків, діяльності, поведінки. Вольовими – свідомі зусилля,



спрямовані на спонукання суб'єктом самого себе до вчинення того, що йому або не хочеться, або важко, але потрібно робити. Отже, можна сказати, що психічні процеси – це спосіб існування, функціонування психіки, усіх її структур, складових.

**Психічні стани** – відносно сталі й тривалі психічні утворення: пізнавальні – настороженість, пильність, зосередженість, уважність, неуважність, замріяність, замисленість і т. ін.; емоційні – будь-який настрій, роздратованість, благодущність, замилювання, апатія (грец. *apathia* – байдужість, емоційна нечутливість), депресія, фрустрація тощо; мотиваційні – цілеспрямоване налаштування, пристрасне прагнення, мрія і т. ін.; вольові – змобілізованість і зібраність, рішучість, психічна млявість як тимчасова неспроможність спонукати себе до якихось дій тощо.

Психічні процеси і стани нерозривно взаємопов'язані системно-функціональним чином, тобто, протягом якогось періоду часу один з них домінує, а інші забезпечують його перебіг. Скажімо, не може бути мотиваційного процесу чи стану без відповідних йому емоційних переживань, без осмисленого оперування необхідною інформацією, зокрема й тією, що міститься у пам'яті суб'єкта, без його вольових зусиль.

**Психічні властивості** – це сталі індивідуальні психічні утворення особистості: задатки і здібності, темперамент, характер, спрямованість (ціннісні орієнтації, переконання, віра, світогляд), комплекси, психопатологічні й невротичні розлади тощо. Психічні властивості формуються, розвиваються, виявляються, реалізуються у процесі діяльності та поведінки суб'єкта.

Зауважимо, що на процеси, стани та властивості поділяються і психічні феномени колективних суб'єктів – соціальних груп (сім'ї, виробничого та навчального колективу, натовпу, нації і т. ін.), але вони мають суттєві відмінності від індивідуально-особистісних і є предметом вивчення соціальної психології.

**Особистість** – це психічна система, у якій нерозривно взаємопов'язані всі психічні процеси, стани і властивості; суб'єкт діяльності та поведінки. (Більш розлоге загально-психологічне визначення особистості див.: 12.2.; Термінологічний словник до Частини III.).

### 3.2. Місце психології в системі наук та місце загальної психології в структурі галузей психологічної науки

Здатність людини осмислювати й розуміти навколишній світ, усвідомлювати себе і своє місце в ньому, виявляти його та свої істотні, сутнісні властивості і на цій основі перетворювати та вдосконалювати оточуючу дійсність і себе, поставила її в умовний центр земних реалій. Цю здатність людини забезпечує її душа, психіка – унікальний феномен серед земних істот. Отже, наука про душу – головну й найдужчу потугу людини, вирішально-визначальну основу її сутнісних властивостей – має розміщуватись у центрі графічно структурованої моделі системи всіх тих наук, якими володіє людство.

На основі вагомо аргументованих міркувань такого змісту радянський філософ та історик науки Боніфатій Михайлович Кедров слушно визначив місце психології у центрі чотирикутника, в кожному куті якого він розмістив один з комплексів наук: природничих, технічних, суспільних, філософських. Всі вони, згідно з Б. М. Кедровим, об'єднуються навколо психології тому, що головною рушійною потугою розвитку й функціонування та істотною складовою об'єктів досліджень їх усіх є психіка людини.

У природничих – це творче мислення, як основний фактор їх існування й розвитку, та особистісна відповідальність вчених за наслідки їхніх досліджень, розробок і відкриттів для природи, суспільства, людей. (Див.: 12.1.). Тут достатньо трьох зрозумілих, красномовних прикладів: розщеплення атомів, генетичні модифікації та клонування, створення нових хімічних та біохімічних сполук.

У технічних – та сама відповідальність за наслідки запровадження технічних винаходів, нових надпотужних технологій. Технікою керують люди. Отож, для забезпечення ефективного функціонування технічних засобів необхідно оптимально припасувати їх до можливостей людських відчуттів, сприймання, пам'яті, уяви, інтелекту, уваги, рухових реакцій, з врахуванням певних темпераментальних і конституційно-антропометричних властивостей (див.: 13.1.; 13.2.; 14.2.; 15.2.; 15.3.; 15.4.) тощо.

Базовою рушійною силою усіх суспільних процесів є мотивація (потреби, бажання/небажання, мотиви прагнення, мрії

тощо) їх суб'єктів – спонукальна й керуюча основа так званого «людського фактора». Змістова матриця мотивації – сфера спрямованості особистості (ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра). (Див.: 12.2.). Відтак, коректні й ефективні дослідження усіх без виключення суспільних феноменів унеможливлуються поза вивченням їхнього «людського фактора» – мотивації, що зумовлює і скеровує їх, та змістової матриці цієї мотивації – утворень сфери спрямованості.

Філософські науки: етика та естетика, теорія пізнання або гносеологія, логіка, – вивчають психологічні у своїй основі феномени, відповідно: морально-етичні та художньо-естетичні духовно-ціннісні орієнтації та переживання; пізнання людиною світу і себе в ньому; форм, способів та законів мислення.

Видатний швейцарський психолог Жан Піаже (1896–1980) неодноразово говорив і писав, що він пишається ключовою позицією психології в системі наук. Ця позиція визначається, насамперед, тим, що кожна науку рухає й розвиває інтелект, який є психічним феноменом, а отже, предметом психологічного пізнання, незалежно від специфіки його проявів у кожній з наук. Відтак, спираючись на той очевидний факт, що головною і найдужчою потугою, основною рушійною силою сучасного науково-технічного прогресу, який від початку ХХ ст. виразно «набирає обертів», є творчий інтелект вчених, Ж. Піаже пророкував психології бурхливий розвиток, провідну роль, а тому й пріоритетну значущість в усіх наукоємних сферах і галузях буття людства у ХХІ столітті. (Див.: 9.6.; 12.1.).

Він також зауважував, що й здобутки психології – психологічні положення, концепти – є необхідним пізнавальним засобом інших наук, і психологія збагачується їхніми здобутками, плідними для неї. До прикладу, моделювання засобами інформатики процесів упорядкування, опрацювання та використання інформації виразно показало, що сучасні комп'ютери в принципі нездатні до творчого мислення. Цей факт став додатковим потужним стимулом психолого-педагогічних досліджень розвитку усіх форм і проявів креативності, творчого інтелекту й мислення у дітей та студентської молоді в усіх розвинених країнах світу. Значущі результати цих досліджень активно використовуються в державній політиці у сфері освіти цих країн.

Місце загальної психології в структурі галузей психологічної науки визначається її предметом. Нагадаємо, що це – найбільш

загальні, тобто, базові, основні, фундаментальні психічні феномени, з яких складається і посередництвом яких формується, розвивається та функціонує психіка людини. Загально-психологічні знання про ці феномени слугують понятійною базою усіх без виключення психологічних досліджень, використовуються в усіх напрямках і галузях психологічних наук. Своєю чергою, ті здобутки цих напрямів і галузей, які набувають загально-психологічної значущості, включаються у відкриту систему наукових загально-психологічних знань. Тому цілком логічно, що загальна психологія посідає у структурі галузей психологічної науки те місце, яке забезпечує їй безпосередні взаємодії з кожною з них – центральне, у центрі умовного кола, утвореного цими галузями.

Вони розміщуються на цьому колі відповідно до змістової спорідненості їх предмету, що поєднує їх у відкриті блоки. Майже кожна з галузей має розділи. До прикладу: відносно самостійними розділами вікової психології є дитяча психологія і геронтопсихологія (*грец. geron – людина похилого віку*).

Інтенсивний розвиток психології, передбачений Ж. Піаже, виявляється і у виокремленні час від часу нових психологічних напрямів та дисциплін. Оскільки статус принаймні багатьох з них жодним чином офіційно не визнаний і не утверджений, то навіть простий перелік їх усіх унеможлиблюється.

На сьогоднішній день можна умовно виокремити такі блоки психологічних галузей і дисциплін: 1) загальна, експериментальна, особистості (персонологія), екзистенційна, вершинна, релігії, мистецтва, екологічна, творчості, емпірична, когнітивна, функціональна; 2) вікова, педагогічна, основні розділи якої – навчання, виховання, розвитку; 3) соціальна, організації та управління, етнічна, історична, політична, пропаганди; 4) клінічна, медична, реабілітаційна, кризова, патопсихологія, психосоматика, соматопсихологія, танатологія, сексуальності, спеціальна, тифлопсихологія, сурдопсихологія, глибинна (психоаналіз), індивідуальна, психогігієна і психопрофілактика, психокорекція, психотерапія, психофармакологія, психотоксикологія; 5) праці, діяльності в спеціальних умовах (розділи – військова, цивільного захисту, правоохоронна, пенітенціарна, кримінальна, юридична, судова), інженерна, психотехніка, екстремальна, авіаційна, космічна, науки, спорту, комп'ютерного програмування і т. ін.; 6) диференційна (індивідуальних відмінностей), гендерна,

характерологія, психодіагностика, психометрія; 7) зоопсихологія, порівняльна, гормічна, еволюційна; 8) психофізіологія, фізіологічна, нейропсихологія, психофізика, психогенетика; 9) психолінгвістика, психосемантика. Чимало галузей у кожному з цих блоків поєднані, злиті настільки щільно, що неможливо встановити, де закінчуються «компетенції» однієї і починаються іншої.

### **3.3. Методи загальної психології**

**Науковий метод** (грец. *methodos* – спосіб пізнання, дослідження) – це спосіб здобування науково значущої інформації та відповідні йому засоби, прийоми, методики досліджень.

**Методика** – це процедура (послідовність, взаємопов'язаність, взаємозалежність тощо) розгортання певного комплексу дослідницьких дій, прийомів, операцій, спрямованих на виконання поставлених завдань.

До прикладу, експериментальному формуванню сигнальних зв'язків (умовних рефлексів), як методу дослідження психофізіологічних механізмів поведінки тварин, відповідають його засоби – абіотичні подразники, котрі виконують функцію сигналів, що відображаються різними органами чуття у близькому часово-просторовому сполученні з біотичними подразниками. Таке сполучення – прийом. Процедура розгортання цих засобів і прийомів – методика.

Теоретичною основою наукового методу є **методологія** – положення щодо природи, сутності, істотних властивостей об'єкта вивчення, на основі яких визначають методологічні принципи, а відтак, розробляють методи, методики, засоби, прийоми дослідження цього об'єкта.

До прикладу, основне методологічне положення методу інтроспекції – трактування змісту психічних процесів і станів суб'єкта як безпосередньо представлених (відкритих) тільки йому, його усвідомленню, осмисленню, розумінню й трактуванню цього змісту. З цього випливає, що психічні феномени можна вивчати виключно методом інтроспекції – свідомо-цілеспрямованого самоспоглядання й самоосмислення суб'єктом змісту цих феноменів. (Див.: 2.8.1.; 2.8.2; 2.8.4.; 3.3.2.).

### 3.3.1. Методологічні принципи в психології

**Методологічні принципи** (лат. *principium* – основоположне, першопочаток) – фундаментальні, стратегічно-визначальні, основні положення, вихідні позиції методології, базові постулати теорії, концепції.

Переважає більшість українських вчених-психологів дотримуються методологічних принципів:

– **детермінізму** (лат. *determino* – зумовлювати, визначати) й **відображення**, основний зміст яких співпадає і полягає в тому, що психічні стани і процеси суб'єкта (індивідуального та колективного – соціальної групи) сповнюються і оперують змістом відображеної ним об'єктивної реальності, в умовах якої він існує, функціонує, діє, яку вивчає. Іншими словами, принципи детермінізму й відображення стверджують системно-функціональну єдність психіки та життєдіяльності її носія, суть якої полягає в тому, що психіка – невід'ємна структурно-функціональна складова системи, у якій цей носій існує, а її змістом є відображена й зафіксована нею інформація про об'єкти (предмети, явища, їх властивості) цієї системи. Психіка використовує цю інформацію в процесі функціонування її носія в цій системі (див.: 2.8.2.; 2.8.3.; 2.8.5; 2.8.6.);

– **єдності свідомості та діяльності**, згідно з яким, психіка формується, розвивається і функціонує у процесі діяльності суб'єкта (праці, пізнання, спілкування, гри), тобто, являє собою її (діяльності) продукт, системний елемент (невід'ємну структурно-функціональну складову) і необхідну умову;

– **генетичного** (грец. *genos* – рід, походження), який вимагає досліджувати психічні феномени з позицій процесу їх формування й розвитку;

– **системності**, сутність якого полягає в тому, що: по-перше, психіка функціонує як системна взаємодія психічних властивостей, процесів і станів особистості та особини (окремої тварини); по-друге, психіка функціонує у системних взаємозв'язках з середовищем існування її суб'єкта (особистості, соціальної групи), носія (особини).

Кожен методологічний принцип психологічної науки засновується на певному філософсько-онтологічному (грец. *Onthos* – те, що існує, суще) підґрунті. Онтологія – це галузь філософії, предмет якої – фундаментальні основи буття світу й

людини в ньому, його витoki, причини, фактори. Ключова проблема онтології – генетичне співвідношення матеріального та ідеального, що є критерієм методологічного поділу філософії на ідеалізм та матеріалізм.

*Ідеалізм* (франц. *idealisme* від грец. *idea* – ідея) – сукупність філософських вчень, які стоять на тому, що ідеальне є генетично первинним, а матеріальне, нежива й жива природа, вторинним, похідним від ідеального, його творінням тощо. Мовляв, Дух-креатор (лат. *creatio* – творення, створення) створив і творить матерію, матеріальний світ. Філософський ідеалізм поділяють на об'єктивний і суб'єктивний.

Ключовий зміст об'єктивного ідеалізму полягає в тому, що ідеальний (і нематеріальний, і абсолютно досконалий) Дух створив матеріальний світ і людину в ньому як суб'єкта свідомості – нижчої, обмеженої ідеальної субстанції. Органи чуття людини відображають цей світ таким, яким він існує насправді та незалежно щодо відображення його у людській психіці – у відчуттях, сприйманні, осмисленні, розумінні тощо. Виразні приклади об'єктивного ідеалізму: космологічна догматика іудаїзму (національної релігії євреїв), християнства, мусульманства; філософські вчення Платона, Б. Спінози, Г. В. Ф. Гегеля.

Ключовий зміст суб'єктивного ідеалізму містять висвітлені вище положення Дж. Берклі ("*Esse est percipio*" – «буття є відчуттям/сприйманням») та Р. Декарта ("*Cogito ergo sum*" – «Я мислю, отже я існую»). (Див.: 2.8.1.; 2.8.4.). Суб'єктивний ідеалізм представлений доволі широким спектром різновидів, на полюсах якого – соліпсизм і символізм.

Нагадаємо, що соліпсизм (лат. *solus* – один, єдиний та *ipse* – сам) – це філософська позиція, яка визнає єдиною незаперечно існуючою реальністю лиш суб'єкта, котрий усвідомлює себе. Мовляв, усе інше, що здається матеріальною та ідеальною реальністю, існує тільки в його свідомості. Послідовний соліпсизм зустрічається дуже рідко, оскільки нашітовхується на нездоланні суперечності.

Послідовники символізму (грец. *symbolon* – знак) стоять на тому, що матеріальний світ існує реально й незалежно від людської психіки (якщо її не буде, він буде), але відображається у ній не таким, яким він є насправді, а у зміненому вигляді. Тобто, постає у психічних образах не як ідеальні копії матеріальних об'єктів, а як їх символи, котрим притаманна тільки якась схожість

з реальними феноменами, якась вказівка на них, щось на кшталт назв та імен об'єктів тощо. Найбільш виразний приклад символізму в психології містить доробок видатного німецького вченого Германа Гельмгольца.

*Матеріалізм* (лат. *materia* – речовина) виходить з того, що матерія – первинна субстанція, котра на певному, доволі високому етапі свого саморозвитку породила ідеальне – психіку, яка також шляхом саморозвитку досягла рівня людської свідомості. Сама ж матерія ніким не створена, а існувала та існуватиме завжди у просторі й часі без меж. Однак, по-перше, така «дурна нескінченність», як її назвав Г. В. Ф. Гегель, просто «не вкладається в голову» – людський розум не може не те щоб науково пояснити її природу, а підступитись до неї з позицій здорового глузду. По-друге, якщо навіть визнати як аксіому, що матерія все ж існує у незбагнених безмежних вимірах такої примітивної («дурної») нескінченності, то здоровий глузд підказує, що постановка питання про її первинність щодо продукту її спонтанного саморозвитку – ідеального – безглузда у вимірі Всесвіту без початку і кінця у часовому вимірі...

Зміст методологічних принципів вирішально-визначальним чином впливає на особливості наукових підходів до об'єктів досліджень.

Але, всілякий власне науковий підхід складається з чотирьох етапів: 1) визначення проблеми дослідження; 2) формулювання гіпотез (*грец. hypothesis – припущення*) – теоретично обгрунтованого передбачення найбільш вірогідних відповідей на питання, які містить проблема дослідження; гіпотези ґрунтуються на вже відомих, доведених положеннях щодо об'єкта дослідження, якщо такі є; 3) перевірка гіпотез – вибір з існуючих або розробка нових методів, необхідних для проведення дослідження проблеми на коректному науковому рівні, результати якого підтверджують або спростовують висунуті гіпотези; 4) інтерпретація одержаних даних з метою обґрунтування положень, концепцій, теорій, яким притаманна наукова новизна. Положення, обґрунтовані на четвертому етапі, можуть і мають скерувати до нових конструктивних гіпотез, що, своєю чергою, веде до продовження й поглиблення досліджень даної проблеми, зокрема, спонукає до вдосконалення наявних методів і методик досліджень та до створення нових.

Основний поділ методів психології – на універсальні й спеціальні, тобто, власне психологічні. Універсальні застосову-



ються не лише в психології, а й в інших науках (спостереження, експеримент, моделювання, бесіда, анкетування та ін.). Водночас, і деякі спеціальні психологічні методи використовуються у дослідженнях інших, близьких щодо психології наук: тестування – в педагогіці, соціометрія – в соціології тощо.

Як зазначалось в попередньому розділі, першим і протягом тривалого часу єдиним методом психологічного пізнання була інтроспекція. (Див.: 2.8.1.; 2.8.2.; 2.8.4.).

### 3.3.2. Інтроспекція

Нагадаємо, що **інтроспекція** (лат. *introspectare* – дивитись всередину) – це метод пізнання психіки людини, який базується на двох постулатах: 1) всі процеси і стани своєї психіки людина усвідомлює; 2) пізнавати зміст відкритого лиш свідомості людини (її думок, переживань, бажань, образів, спогадів тощо) може тільки свідомість цієї людини за допомогою інтроспекції як самоосмислення на основі самоспоглядання.

Тривале визнання інтроспекції єдиним методом психологічного пізнання зумовлювалось вагомими причинами. Насамперед і головню, безсумнівною здатністю людини усвідомлювати, осмислювати, розуміти зміст своїх психічних процесів і станів (чого і чому вона хоче чи не хоче, що й чому відчуває, почуває, сприймає, уявляє, думає, приймає чи не приймає і т. ін. і т. п.) та усно чи письмово розповідати про це. Притім, зміст психічних феноменів суб'єкта відкритий тільки йому і більше нікому, ніхто з людей не може *безпосередньо* проникнути у цей зміст, якщо не брати до уваги дуже рідкісний феномен телепатії (грец. *tēle* – далеко, вдалину і *pathos* – страждання) – здатність телепата-реципієнта (лат. *recipientis* – той, що одержує, сприймає) «читати» думки, «бачити» образи сприймання і уяви тощо індуктора (лат. *inductor* – збудник) – суб'єкта, у психічні процеси і стани якого проникає телепат.

Якісна інтроспекція – нелегка справа, тому що насправді людському розуму важко спостерігати за змістовим сповненням свого функціонування. Робити це спроможні далеко не всі; діти – взагалі неспроможні. Розвиток здібності до інтроспекції у тих дорослих, які мають задатки до неї – доволі складний процес. Однак, у часи розквіту цього методу психологічного пізнання було чимало справжніх майстрів використання його, здатних до

філігранно-витонченого самоспоглядання перебігу своїх психічних процесів і станів. Інтроспекціоністи-фахівці розлого, з тонкими деталями та подробицями описували власні відчуття, образи сприймання і уяви, емоційні переживання, ставлення, оцінки, бажання й небажання, асоціації, думки тощо.

Дослідники-інтроспекціоністи намагались створити суворо контрольовані умови, щоб одержувати схожі результати, які можна було б порівнювати й узагальнювати з метою виявлення науково значущих психологічних закономірностей. Задля цього різним досліджуваним давали однакові стимули однаковим способом. Зумовлені цими стимулами психічні процеси необхідно було розкласти на так звані «елементи свідомості» – прості відчуття та емоції, які вважались «психічними атомами», неподільними «цеглинками», «першоелементами», з різних поєднань яких, мовляв, утворюється все розмаїття психічних феноменів. До прикладу, не можна було говорити на кшталт: «Бачу й відчуваю дотично, що на мою праву долоню поклали листок дуба», тощо. Слід було висловлюватись приблизно так: «Я відчуваю плоске, тонке, гладке, з прожилками, невелике й майже невагоме, нерівномірно закруглене по краях, прохолодне, насиченого темно-зеленого кольору, яке не викликає виразних емоцій, окрім легкої приємності дотику», і т. ін. Вживання назв цілісних образів об'єктів (листок дуба тощо) називали «помилкою стимула».

Було накопичено величезну кількість, цілі «гори» таких матеріалів, які не знаходили жодного плідного застосування, а відтак, на них не було попиту, вони не набували розвитку. Поставали питання: Навіщо це все? Яка з нього користь і які воно має перспективи? Тобто, утворилась кризова ситуація перевиробництва непотрібного товару. Цю кризу посилювали різючі суперечності у інтроспекціоністських матеріалах, зокрема, значними були відмінності у змісті реакцій різних досліджуваних на той самий стимул.

Врешті-решт збагнули, що «елементи свідомості» – безглузда фікція. Абсолютну більшість психічних феноменів неможливо розкласти на жодні «психічні атоми». До прикладу, почуття справжньої любові в своїй істотній відрізняльній сутності (*differentia specific*) є діяльним самозреченням суб'єкта цього почуття на користь його об'єкта, що виявляється у щирій альтруїстичній (безкорисливій і самовідданій) турботі, піклуванні

про нього, ніжності тощо (див.: 11.4.; 17.2.2.). Вочевидь, що цю інтегрально цілісну сутність неможливо розкласти не те, що на «елементи свідомості», а й на будь-які «першоелементи».

Відтак, переконались, що інтроспективне спостереження за психічними процесами перешкоджає їх нормальному перебігу, руйнує їх. Відчуття, емоційні переживання, образи, думки суб'єкта під «променем» інтроспекції «випаровуються» – дестабілізуються, розпливаються, спотворюються, зникають частинами й цілком. Скажімо, дуже важко водночас переживати емоційні реакції у їх динаміці та слідкувати за перебігом їх змісту. Щоб самому переконатись у цьому, можна спробувати інтроспективним чином відслідковувати естетичну насолоду від перегляду, читання чи прослуховування творів мистецтва.

Згодом було встановлено, що одночасний перебіг двох психічних процесів суб'єкта уможливорюється лише шляхом чисельних швидких переключень його уваги з одного процесу на інший або тоді, коли один з них є автоматичним, неусвідомлюваним, але, останнє виключається, тому що психічний процес, за яким ведеться інтроспективне спостереження, мусить бути виразно усвідомлюваним. Отже, здійснювати це спостереження можна лише шляхом постійних переключень – переривань того психічного процесу, який є його об'єктом. Відтак, інтроспекціоністу доводиться спостерігати не так самі феномени своєї психіки, як їх згасаючі сліди.

Врешті-решт, психологічна наука відмовилась від усіх недоліків інтроспекції разом з назвою цього методу. Натомість утвердився метод самоспостереження, без якого психологія не може обійтись внаслідок зазначеної вище специфіки психічних феноменів.

### 3.3.3. Самоспостереження

*Самоспостереження – це цілеспрямоване усвідомлення суб'єктом змісту своїх психічних процесів, станів, властивостей власної психіки. Воно є унікальним методом проникнення «всередину» психічних феноменів, без якого жодна галузь психологічної науки не може обійтись.*

Описи самоспостережень досліджуваного за своїми відчуттями, сприйманням, почуванням, переживаннями, бажаннями, уявленнями, думками, оцінками, спогадами,

асоціаціями тощо подаються ним в усному чи письмовому звіті. Ці звіти є емпіричним (*грец. empeiria – досвід*) матеріалом (фактами), який дослідники тлумачать та узагальнюють.

Застосування методу самоспостереження обумовлюється обов'язковими вимогами: 1) звіт досліджуваного має даватись ним у констатуючій формі, без його власних інтерпретацій та корегувань, бути максимально спонтанним (невимушеним) та виразним (однак, за певних умов, звіт самоспостереження може включати міркування самого суб'єкта щодо його змісту та результатів); 2) розповідь про зміст психічних явищ, що піддаються самоспостереженню, має вестись у тій послідовності, в якій вони виникають.

Американські дослідники назвали групу методів, котрі являють собою різні види та модифікації самоспостереження, «стратегія оцінки та самозвіту». Ця стратегія включає: *інтерв'ю, опитувальники самозвіту, проєктивні методи*.

Методи стратегії оцінки та самозвіту обов'язково проходять перевірку за чотирма критеріями якості: *стандартизації, норми, надійності, валідності*.

**Стандартизація** (англ. *standard – типовий, нормальний*) – це однаковість дослідницьких процедур, включно з опрацюванням одержаних даних, в процесі усіх без виключення застосувань того самого методу, його модифікацій, методик. Без цього унеможливується співставлення, порівняння та узагальнення цих даних.

**Норми** – це стандартизовані кількісні показники нормального рівня тих феноменів, які вимірюються.

Кількісні показники одержаних даних зіставляють з відповідними нормами (стандартизованими кількісними показниками), що є визначенням рівня їх розвиненості: низький, середній, високий. До прикладу, припустимо, що норма рівня розвитку інтелекту за якоюсь із тестових методик для дітей певного віку – 80 балів. Дитина цього віку, яка досліджувалась за допомогою цієї методики, набрала 110 балів. Співставляємо цей показник і норму:  $110 - 80 = 30$ . Бачимо, що рівень інтелекту цієї дитини вельми високий.

*Нормативні обчислення – доволі складні. Немає ні можливості, ні необхідності висвітлювати їх у цьому підручнику – вони вивчаються в навчальних курсах «Психодіагностика», «Експериментальна психологія» та ін..*

**Надійність** методу означає, що всі без виключення застосування його самого і його модифікацій в роботі з різними чи з тими самими досліджуваними дають прийнятно подібні між собою результати.

**Валідність** (англ. *valid* – придатний, дійсний, справжній, переконливий, ефективний) показує, чи методика виявляє і вимірює саме ті властивості, для виявлення і вимірювання яких вона створена, і чи дозволяє вона передбачати саме ті прояви, передбачення яких мала б забезпечувати.

На сьогоднішній день різні дослідники вивели цілу низку характеристик валідності і на цій основі – її різновидів. Немає можливості, як і необхідності, розглядати їх тут.

**Інтерв'ю** – один з найстаріших і найбільш поширених методів одержання інформації від особи. В процесі інтерв'ю дослідник задає питання, які його цікавлять, респонденту і вислуховує його відповіді на них.

**Респондент** (англ. *respondent*) – той, кого опитують, у кого беруть інтерв'ю, кого анкетують тощо.

Інтерв'ю поділяють на *стандартизовані* і *нестандартизовані*. Американські психологи називають їх, відповідно, *структуровані* і *неструктуровані*.

Питання *стандартизованих* (*структурованих*) *інтерв'ю* формуються так, щоб респондент давав на них однозначні відповіді, в яких виразно постають ствердження чи заперечення, згода чи незгода, «так» чи «ні». До прикладу: «Ваша професійна діяльність обтяжує і виснажує Вас?» Інтерв'юер (той, хто проводить інтерв'ю) намагається не відступати від стандартизованих питань в процесі спілкування з респондентами.

Питання *нестандартизованих* (*неструктурованих*) *інтерв'ю* побудовані так, що респонденти можуть давати довільні й розгорнуті відповіді, аргументувати й обґрунтовувати їх тощо. До прикладу: «Чому Ви потребуєте відносно тривалого усамітнення?»

Ефективність інтерв'ю, як і більшості методів психологічних досліджень, залежить не лише від відповідності їх вказаним вище критеріям якості та професійної компетентності дослідника, а й від його фасцинативності та харизматичності.

**Фасцинативність** (англ. *fascination* – чари, чарівність, зачарування) – *приємність, привабливість, чарівність суб'єкта, що виявляється і справляє відповідне враження на оточуючих в процесі спілкування з ним.*

**Харизматичність** (грец. *charisma* – подарунок) – здатність суб'єкта викликати у оточуючих довіру до себе, віру у його можливості, здібності тощо.

Якщо психолог-дослідник справляє фасцинативно-харизматичне враження на досліджуваних, то це відчутно стимулює їх до активної та ефективної співпраці з ним, спонукає до відвертості, щирості відповідей, особливо у інтерв'ю. Відсутність такого враження, а тим паче неприємні, відштовхуючі впливи дослідника спричиняють протилежне за змістом налаштування досліджуваних.

Основна перевага інтерв'ю полягає в тому, що професійно компетентний дослідник з фасцинативно-харизматичними властивостями може одержувати за його допомогою значущу, вагому інформацію завдяки налаштованості на ефективну співпрацю, а відтак, щирій відвертості респондентів.

Недоліком є відносно висока вірогідність суб'єктивної інтерпретації інтерв'юером відповідей респондентів, що може зумовлюватись його поглядами, налаштуваннями, установками, стереотипами. Запобігають цьому шляхом обговорення та тлумачення відповідей респондентів групою професійно компетентних фахівців.

Американські психологи встановили, що *опитувальники самозвіту* – найбільш уживаний метод збирання емпіричного психологічного матеріалу. Кожен такий опитувальник містить комплекс питань та варіанти відповідей на них. Респондентам пропонується письмово обрати той варіант відповіді на кожне з питань, котрий відповідає їхній позиції. До прикладу:

Я завжди стримую невдоволення, яке викликає у мене критика на мою адресу і намагаюсь неупереджено визначити, наскільки вона справедлива	<i>Так.</i> <i>Ні.</i> <i>Важко сказати.</i>	Обведіть кружечком свій варіант відповіді.
<b>Або:</b>		
Для мене дуже важливо, щоб люди, з якими я працюю, добре ставились до мене	2. <i>Децо схоже на мене.</i> 3. <i>Іноді це схоже на мене.</i> 4. <i>Не схоже на мене.</i> 5. <i>Зовсім не схоже на мене.</i>	Обведіть кружечком свій варіант відповіді.

Або:								
Я почуваюсь жакливо, коли не виконую належним чином поставлені собі важливі завдання	3	2	1	0	-1	-2	-3	Обведіть кружечком цифру, яка відповідає степені Вашої згоди чи незгоди.
<i>Цілком згоден</i>				<i>Цілком не згоден</i>				

Опитувальники самозвіту відрізняються між собою за кількістю психічних властивостей, особливостей, рис, що виявляються та вимірюються водночас. Призначені для виявлення і вимірювання однієї, двох і трьох з них, називають *одновимірними тестами*.

Найбільш відомі та поширені *одновимірні тести*: *Опитувальник особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера*; *Шкала локус-контролю Роттера*; *Шкала самоконтролю Снайдера*; *Опитувальник для вимірювання результатної тенденції мотивації досягнення (RAM) А. Мехрабіан*.

*Багатовимірні опитувальники самозвіту* дозволяють одержувати кількісні показники доволі розлогих комплексів різних психічних властивостей особистості. Вони інтенсивно використовуються у клінічно-психологічних дослідженнях, у психологічному консультуванні, для визначення професійної придатності, професійної компетентності тощо.

Візьмемо, до прикладу, *16-факторний особистісний опитувальник Кеттела*, який широко використовується в багатьох країнах світу, зокрема, в Україні. Він містить 187 питань, за допомогою яких виявляються і вимірюються 16 факторів (властивостей) психічно здорової особи: 1) стриманий – комунікабельний (А); 2) мислення обмежене – інтелектуальне, абстрактне (В); 3) емоційно нестійкий – емоційно стійкий, сильне Я (С); 4) домінуючий – підкорений (Е); 5) стурбований – безгурботний (F); 6) принциповий – безпринципний (G); 7) боязкий – сміливий (H); 8) поступливий – твердий, непоступливий (I); 9) довірливий – підозріливий (L); 10) практичний – непрактичний, мрійливий (M); 11) гнучкий (дипломатичний) – негнучкий (прямолінійний) (N); 12) спокійний – тривожний (O); 13) радикальний – консервативний (Q1); 14) самостійний – сугестивний (піддатливий щодо навіювання)

(Q2); 15) дисциплінований – спонтанний (Q3); 16) спокійний – напружений (Q4).

Отримані дані за кожним фактором переводять у стени (стандартні одиниці) за допомогою спеціальних таблиць. З отриманих показників виводять профіль (комплекс конкретних властивостей) особистості, який утворюють такі блоки: інтелектуальний потенціал (В, М, Q1); емоційно-вольові властивості (С, G, I, O, Q3, Q4); комунікативні спроможності (А, Н, F, E, Q2, N, L).

У розвинених демократичних країнах обов'язково виводять профілі особистості кандидатів на відповідальні, керівні, особливо, на державницькі посади, для роботи в особливих, у екстремальних умовах і т. ін. Залежно від особливостей профілю кандидата, психологи визначають його професійну придатність.

Найбільш відомим і поширеним опитувальником самозвіту є *Міннесотський багатоаспектний персонологічний (особистісний) опитувальник – MMPI (The Minnesota Multi phasic Personality Inventory)*. Його створили американські персонологи С. Хатуей і Дж. Мак-Кінлі в 1940 р. для допомоги клінічним психологам у діагностиці психічних розладів пацієнтів та в оцінці ефективності проведеної психотерапії. Модернізована версія цього опитувальника була опублікована у 1989 р. Вона називається *MMPI-2*, містить таку саму кількість питань, що й *MMPI* – 567. Але в ній замість питань, «сформульованих з позицій чоловічого шовінізму» і тих, що «викликають неприємні емоції та почуття», включили інші, які «відповідають ментальності американців кінця ХХ ст.».

На сьогоднішній день *MMPI-2* широко використовується у вивченні: залежностей від психотропних речовин: алкоголю, наркотиків, тютюну та ін. (див.: 4.5.), суїцидальності (налаштованості на самогубство), готовності лікуватись у психіатричних, неврологічних, наркологічних клініках, проблемних сімейних взаємин та ін.

Питання з *MMPI* та *MMPI-2* використовують при створенні інших опитувальників самозвіту. До прикладу, *Шкала проявів тривожності Тейлора*, *Особистісний опитувальник Джексона*, *Каліфорнійський психологічний опитувальник* містять чимало таких питань.

Той факт, що на сьогоднішній день *MMPI-2* перекладений понад 130 мовами свідчить про його високу надійність, валідність та ефективність.



*Перевагою опитувальників самозвіту є те, що вони дають доволі розлогу, однозначну та систематизовану психологічну інформацію про особу, яку досліджують, завдяки об'єктивності підрахунків результатів. Суб'єктивний вплив налаштованості дослідників виключається фактором стандартизації та норми. Це дозволяє активно залучати до опитувань фахівців з невисоким рівнем кваліфікації, насамперед, студентів-психологів, що є неабиякою зручністю, особливо в процесі широкомасштабних досліджень.*

Основний *недолік опитувальників самозвіту* полягає в тому, що вони не захищені від свідомо неправдивих, нещирих або від невиважених, «абияких» відповідей респондентів.

Респонденти свідомо відповідають неправдиво здебільшого тоді, коли вважають, що це буде корисним для них, що сказана ними правда про себе якимось чином зашкодить їм. До прикладу, злочинці, котрі намагаються уникнути або добитись якомога менш суворого покарання, нерідко «косять під психів» – обирають відповіді, які, на їхню думку, засвідчать наявність у них психічних розладів.

Для викриття свідомого обману використовуються так звані контрольні шкали (ті самі за змістом питання, сформульовані інакше), котрі здебільшого спрацьовують досить ефективно. Ще один доволі ефективний спосіб захисту від свідомого обману – введення питань, які зовсім не стосуються властивостей, що досліджуються, і цим збивають з пантелику респондентів, налаштованих на обман – вони не можуть збагнути, що ж власне виявляють. Врешті-решт, дані, одержані за допомогою опитувальників самозвіту, можна перевірити іншими методами виявлення та вимірювання таких даних.

Респондент може несвідомо давати неправдиві відповіді внаслідок дії механізмів психічного захисту. (*Див.: 2.5.; 10.3.4; 16.1.1.; 18.3.*)

Деякі особи через певні особливості свого інтелекту відповідають якимось одним чином на всі питання, незалежно від їх змісту. До прикладу, ствердно на ті, у яких пропонуються альтернативні відповіді на кшталт: вірно – невірно; так – ні; згоден – не згоден. Цю тенденцію виявляють за допомогою такого формулювання двох питань про ту саму властивість, коли в одному з них ствердною відповіддю є «так», а в іншому – «ні».

Перші *проективні методи*, називались «персоналогічні тести». Їх створили для діагностики характеру та степені складності емоційно-невротичних розладів пацієнтів.

**Тест** (англ. *test* – перевірка, проба, дослід) у психології – комплексні завдання, які дозволяють виявити наявність тих чи інших психічних властивостей та/або виміряти рівень їх розвиненості.

Дослідники, котрі створювали ті тести, виходили з фундаментального положення психоаналізу (вчення З. Фрейда), згідно з яким, головним чинником невротичних розладів особистості (патологічних тривог, страхів, почуття провини та ін.) є її проблеми, витіснені механізмами психічного захисту у власне несвідоме. (Див.: 2.5.; 10.3.4; 18.3.). Основним фактором ефективного лікування невротичних розладів є вирішення проблем, які їх спричинили. А щоб вирішувати проблему, необхідно, насамперед, адекватно розуміти її зміст. Пацієнт не може розповісти про зміст своїх витіснених неврозогенних проблем, тому що людина не знає змісту свого несвідомого. Отож, треба якось «витягнути» його звідти «під промені світла свідомості».

Виявилось, що проблемний для суб'єкта зміст його несвідомого може показувати себе у баченні ним у беззмістовно-безформних плямах образів, так чи інакше відповідних цьому змісту, якось схожих на нього. Тобто, цей зміст несвідомо проектується суб'єктом у такому вигляді в такі плями. Компетентний психолог може розгледіти у цих спроектованих образах неусвідомлювані неврозогенні проблеми того, хто їх спроектував.

Відтак, творці проєктивного методу показували пацієнту безформні плями і просили сказати, що той бачить. При цьому, психолог за жодних обставин не повідомляє пацієнту справжньої мети тестування його. Він наголошує і підкреслює, що правильних і неправильних, позитивних і негативних відповідей немає і бути не може, і що будь-яка відповідь не містить жодної загрози для нього.

Найбільш відомою і уживаною в більшості країн світу проєктивною методикою є *Тест чорнильних плям Роршаха*, яку створив відомий швейцарський психолог і психіатр Герман Роршах у 1921 р. Поступово цей методіку дещо змінювали і вдосконалювали. На сьогоднішній день вона складається з 10 карт, на кожній з яких міститься білатерально-симетрична пляма. Щоб створити таку симетричність, треба капнути чорнило або туш на середину аркуша а потім зігнути його пополам і ретельно розгладити. Половина із цих 10 карт – чорно-білі, половина – забарвлені в різні хроматичні кольори.

Тестування проводить один дослідник з одним досліджуваним в два етапи. Перший етап дослідник починає зі звернення: «Я збираюсь показати Вам набір плям і прошу Вас без жодних роздумів та вагань розповідати про те, що Ви побачите у кожній з них». Він ретельно записує все, що каже досліджуваний, звертаючи пильну увагу на особливості його поведінки, міміки, жестикуляції, поз. На другому етапі дослідник намагається з'ясувати, чому досліджуваний побачив у плямах певні об'єкти, тобто, з'ясувати, які особистісні проблеми цього досліджуваного зумовили це бачення.

Існує декілька способів інтерпретації даних, отриманих за допомогою Тесту чорнильних плям Роршаха. Усі вони – вельми складні. Отож ефективно використання їх вимагає досить високої професійної компетентності.

Аналогічний алгоритм покладено в основу *проективних методів словесних асоціацій*. Дослідник виголошує певні слова, а досліджуваний реагує на кожне з них тим словом, яке першим постало в його свідомості після почутого. Найбільш відомим і поширеним серед таких методів є *Тест словесних асоціацій Менінгера*.

На припущенні, що людина *проектує* на інших осіб ті неврозогненні емоційні переживання й бажання, які приховані від неї самої у її несвідомому, ґрунтуються *конструктивні методи*. До прикладу, *Тест тематичної аперцепції* містить серію картинок із зображеннями простих сцен переважно з двома учасниками. Досліджуваним пропонується розповісти про те, що, на їхню думку, відбувається в кожній із цих сцен, чого бажає і що переживає кожен їх учасник.

Це ж припущення лежить в основі *методів завершення* – дослідник зачитує досліджуваному початок висловлювання, меседжу, міркування або показує незакінчений малюнок і пропонує завершити їх на свій розсуд. До прикладу: «Найбільше я боюсь...». Надійні і валідні методи завершення: *Тест малюнкової фрустрації Розенцвейга* і *Тест незакінчених речень Роттера*.

Проективними є також *експресивні методи*.

**Експресія** (лат. *expressio* – прояв, вияв) – зовнішній прояв суб'єктом своїх емоційно забарвлених психічних станів та процесів.

В процесі їх застосування досліджуваним пропонується виразити свої емоційні переживання в такі способи: 1) намалювати щось таке, у чому ці переживання знайшли б вияв, до прикладу, у

*Тесті К. Маховера «Намалюй людину»* – чоловіка і жінку;  
2) виступити спочатку у ролі актора, а потім глядача у психодрамі.

*Проективні методи вибору або розподілу за порядком* пропонують досліджуваним вибирати чи складати певні стимули відповідно до надання їм переваги. До прикладу, в *Тесті Сонді* треба за таким порядком розподіляти зображення різних людей: першим класти те, яке найбільше сподобалось, потім – наступне за привабливістю і т. д., останнім те, котре подобається найменше.

Проективні методи мають дві *унікальні переваги*. Перша полягає в тому, що завдання в них неоднорідні й неоднозначні. Завдяки цьому досліджувані достеменно не знають, що ж виявляється і вимірюється за їх допомогою, як будуть інтерпретуватися одержані дані. Це відчутно знижує кількість свідомих фальсифікацій. Друга – непрямий спосіб подачі тестового матеріалу, що запобігає вмиканню механізмів психічного захисту досліджуваних, відтак, у формі непрямой відповіді вони нерідко кажуть таке, що прямо вказує компетентному фахівцю на приховане у їхньому несвідомому.

*Недоліки проективних методів* випливають з того, що в них немає стандартів процедури і норм оцінки та інтерпретації. Відтак, кожен спеціаліст трактує одержані за їх допомогою дані відповідно до своїх знань, компетентності, професійного досвіду, інтуїтивних здогадок тощо. Тобто, цим методам значною мірою притаманна суб'єктивність, а отже, вони – недостатньо надійні й валідні. Отож психологи не роблять остаточних, вирішально-визначальних висновків лиш на основі тлумачення даних, одержаних за допомогою проективних методів, а порівнюють їх з результатами вивчення тих самих респондентів іншими методами, зокрема, посередництвом спостереження за ними.

### *3.3.4. Спостереження*

*Спостереження як метод психологічного дослідження* не проникає «всередину» психічних феноменів, безпосередньо у їх перебіг. Пізнавальне поле цього методу обмежене зовнішніми проявами психічних процесів, станів, властивостей у діях, вчинках, поведінці, діяльності, спілкуванні, висловлюваннях тих, за ким спостерігають.

*Психологічне спостереження* являє собою умисне, систематичне, цілеспрямоване сприймання діяльності та/або

*поведінки осіб, які вивчаються, в умовах безпосереднього зорового та слухового контакту між спостерігачами і тими, за ким вони спостерігають.*

Наукове спостереження є поетапним процесом: На першому етапі визначаються його цілі й завдання, висувуються гіпотези щодо очікуваних результатів і окреслюється загальна схема процедури.

Другий етап охоплює вибір об'єкта спостереження, структурування його на одиниці з орієнтованим переліком проявів, на які необхідно звертати пильну увагу, та визначенням форм їх фіксації: відео, фото, аудіо записи, письмова реєстрація у щоденнику чи якийсь інший спосіб.

На третьому етапі збирається та фіксується емпіричний матеріал (факти) згідно з визначеними гіпотезами, цілями, об'єктами пильної уваги.

Четвертий етап – це опрацювання одержаних даних, їх систематизація та інтерпретація, що засвідчує підтвердження або не підтвердження гіпотез.

Чітко визначені гіпотези, цілі, завдання наукового спостереження та сувора відповідність їм тих ситуацій, подій, фактів, що фіксуються, професійно-компетентне опрацювання одержаного емпіричного матеріалу – необхідні умови його успішності, ефективності.

Науково-психологічні спостереження поділяють на *польові та лабораторні*, на *включені і невключені*, на *систематичні і несистематичні*.

*Польові спостереження* проводяться в так званих природних умовах – там, де діють, працюють, спілкуються ті особи та/або групи, за якими спостерігають: у навчально-виховних, пенітенціарних, виробничих, офісно-представницьких тощо закладах, установах.

Польове спостереження може бути *включеним* або *невключеним*. У першому випадку дослідник включений у групу, за якою він спостерігає, як її член, посідає у ній якийсь статус. Такий спостерігач зберігає інкогніто і намагається бути непомітним. Група не має знати, навіть здогадуватись, що він спостерігає за нею. В умовах невключеного спостереження дослідник працює відкрито, але також намагається не привертати до себе зайвої уваги. Він ніколи не втручається у функціонування групи, особливо, в перебіг тих явищ, проявів, котрі його цікавлять, за якими він спостерігає.

В кожному випадку дослідник має описувати прояви, за якими ведеться спостереження, якомога більш об'єктивно, прагнути помічати все, що так чи інакше стосується цих проявів. Однак, завжди існує ризик похибки, котрий зумовлюється тим, що, поперше, спостерігач може сплутати істотні прояви з другорядними, незначущими, не помітити перші, зосередившись, натомість, на других. По-друге, фіксувати не те, що відбувається насправді, та інтерпретувати факти не об'єктивно, а суб'єктивно, відповідно до своїх професійних знань, досвіду, очікувань, налаштувань, установок тощо. Надійний спосіб зменшення цього ризику – відео, фото, аудіо записи, які ретельно переглядаються і прослуховуються колегіально, групою компетентних дослідників, незалежними експертами.

*Лабораторні спостереження* проводяться у спеціально створених умовах. Вплив факторів, котрі мають спричинити очікувані прояви, організовується цілеспрямовано. Це щільно зближує лабораторне спостереження з експериментом.

*Систематичні спостереження* проводяться регулярно, в певний час або протягом визначеного проміжку часу (до прикладу, кожного понеділка, зранку, в кінці кварталу, восени, цілий рік і т. ін.).

*Несистематичні спостереження* ведуться постійно або епізодично без чітко визначеного плану і жорстких обмежень, з фіксацією та описанням і гіпотетично передбачуваних, і непередбачених проявів, неочікуваних ситуацій, які, на думку спостерігача, є значущими.

### 3.3.5. Експеримент

*Експеримент* (лат. *experimentum* – проба, дослід) – це штучне створення умов, за яких феномени, що вивчаються, можуть виразно виявитись, продемонструвати свої істотні властивості, змінюватись у бажаному для дослідників напрямку.

Якщо якісь прояви об'єкта, котрий експериментально вивчається, щоразу з'являються під умисно організованим експериментаторами впливом на нього певних чинників, то це вказує на закономірний каузальний (причинно-наслідковий) зв'язок між такими чинниками та проявами. До прикладу, прямо пропорційна залежність між кількістю та періодичністю повторення матеріалу з метою запам'ятати його та якісними й кількісними вимірами запам'ятовування й утримання цього

матеріалу у пам'яті суб'єкта. Або, між кількістю сполучень умовного подразника та підкріплення і формуванням та зміцненням сигнального зв'язку.

Все те, що зазнає експериментальних змін, називається *змінними*. Змінні, які вводить експериментатор, – це чинники, котрі мають впливати на об'єкти, що вивчаються, бажаним для нього чином. Він здійснює і дозує такі впливи на свій розсуд. Ці змінні називаються *незалежними*. Внаслідок впливів незалежних змінних відбуваються певні зміни у досліджуваних об'єктах, їх властивостях, котрі зазнають цих впливів. Ці об'єкти та властивості називаються *залежними змінними* на тій підставі, що певні зміни в них залежать від визначених експериментатором впливів незалежних змінних. З наведених вище прикладів: якість та кількість повторень матеріалу з метою запам'ятати його і утримувати в пам'яті – незалежна змінна; якість запам'ятовування та утримання в пам'яті – залежна; кількість сполучень умовного подразника та підкріплення – незалежна змінна; формування й зміцнення сигнального зв'язку – залежна. Все, що може позначитись на впливі незалежних змін на залежні, необхідно усунути, якщо це можливо, щоб наявність чи відсутність цього впливу і його характер не викликали сумнівів.

Умови проведення експерименту, інструкції щодо його процедури утворюють групу засобів, які називаються *контрольованими змінними*.

*Проміжні змінні* знаходяться між незалежними та залежними і тією чи іншою мірою опосередковують впливи перших на другі, позначаються, нерідко доволі відчутно, на результатах цих впливів. Це ті фактори, які неможливо або дуже важко усунути. У психологічних експериментах проміжними змінними здебільшого є: емоційні переживання досліджуваних, їхнє ставлення до своєї участі в експериментах, загальна і ситуативна налаштованість на експериментальну роботу, знання, уміння, навички, необхідні для неї, тощо.

Таким чином, *експеримент можна визначити і як вивчення впливів незалежних та проміжних змінних на залежні змінні з використанням контрольованих змінних, що дозволяє встановити наявність каузальних зв'язків між ними*.

До психологічного експерименту висуваються такі *вимоги*:

1. Досліджувані беруть участь в експерименті *виключно добровільно*. Вони обов'язково мають бути наперед поінформовані

про ті його аспекти, від яких, гіпотетично, може залежати їхнє бажання брати в ньому участь, і про можливість відмовитись від участі в ньому у будь-який момент на їх розсуд.

2. Не можна залучати людей до експериментів, небезпечних для їхнього життя та здоров'я. Але, помірний психологічний чи фізичний дискомфорт припустимий, якщо досліджувані знають про нього і згодні його зазнати.

3. Неправдива інформація про цілі та завдання дослідження дозволяється, якщо це не створює загрози для здоров'я досліджуваних. Але відразу після завершення експерименту дослідники мають сказати досліджуваним правду.

4. Інформація про досліджуваних, одержана в процесі експерименту, має бути абсолютно конфіденційною. Ніхто не має права повідомляти її нікому без їхньої згоди.

У розглянутих властивостях експерименту виразно постають його *переваги*:

1) експериментатор не чекає феноменів, що досліджуються, котрі можуть проявитись внаслідок сприятливого для цього збігу обставин, як спостерігач у процесі спостереження, а сам викликає їх за допомогою цілеспрямованого застосування незалежних та контрольованих змінних;

2) довільні варіації впливу незалежних та контрольованих змінних дають можливість виявляти закономірності динаміки феноменів, що досліджуються, у конкретно визначених умовах та ситуаціях;

3) експеримент уможливує встановлення кількісних закономірних співвідношень між незалежними, контрольованими, проміжними і залежними змінними, що дозволяє формалізувати їх – виражати математично, тобто, суворо науково.

Основним *недоліком психологічних експериментів* є відносно висока вірогідність спотворень, здебільшого, у проявах *ефекту Розенталя*, названого на честь американського психолога, котрий відкрив і дослідив його. Цей ефект зумовлюється сподіваннями, еспектаціями (очікуваннями) експериментатора. Якщо експериментатор так чи інакше виявляє своє бажання, прагнення, щоб незалежні змінні, котрі він використовує, якимось певним чином вплинули на досліджуваних, викликали у них якісь певні реакції, дії тощо, то це, навіть всупереч його свідомому і щирому старанню зберегти об'єктивність, і за обов'язкової умови їх толерантного ставлення до нього самого та до експерименту, який він проводить, відповідним



чином налаштовує їх, формує установку (неусвідомлювану готовність) саме до таких реакцій, дій. Коротко кажучи, досліджувані в такій ситуації несвідомо «підіграють» досліднику.

Якщо ж досліджуваним ще й відома гіпотеза експерименту, у якому вони беруть участь, то вони можуть не лише несвідомо, а й свідомо поводитись так, щоб догодити експериментаторам, якщо ті їм до вподоби. Це явище називається *ефектом Хоторна* – за назвою американського міста, у якому проводились широкомасштабні соціально-психологічні експерименти, в процесі яких було виявлено цей ефект.

Уникнути цих ефектів або, принаймні, суттєво зменшити їх допомагає так званий сліпий метод, в основі якого лежить подавання інструкцій досліджуваним рівним, байдужим тоном, без найменших акцентів на тих моментах у їхній поведінці, діях, висловлюваннях, які досліджуються, щоб вони, бажано, не знали і не здогадувались, що саме досліджується.

Учасників багатьох психологічних експериментів поділяють на експериментальні та контрольні групи. Спочатку діагностують прояви феноменів, котрі мають зазнавати експериментальних впливів, у всіх досліджуваних, потім завдають цих впливів тільки членам експериментальної групи. Після цього знову діагностують прояви, що досліджуються, в усіх і виявляють, чи змінилися вони у експериментальній групі, порівняно з контрольною, і якщо змінилися, то яким чином і наскільки.

Як і спостереження, експерименти поділяють на *природні* та *лабораторні*.

*Лабораторні* проводяться у спеціально, штучно створених дослідниками умовах. Лабораторний експеримент дозволяє точно дозувати та обчислювати впливи незалежних змінних – їх інтенсивність, тривалість, послідовність, комбінації – та прояви залежних змінних – їх зміст, характер, інтенсивність, часові параметри, співвідношення тощо. До прикладу, у експериментальних дослідженнях запам'ятовування точно вираховується і враховується кількість та якість матеріалу, котрий пропонується запам'ятати, фіксується та обчислюється співвідношення тривалості і способів запам'ятовування (цілком, блоками, утвореними поєднаннями частин матеріалу за тими чи іншими ознаками, уголос, пошепки, мовчки, повторюванням, з використанням так званих мнемічних прийомів, мнемотехнік і порівняння ефективності без їх використання і т. ін.). Шляхом співставлення одержаних даних, встановлення причинно-

наслідкових, асоціативних та інших зв'язків між експериментальними змінними виявляються механізми і закономірності ефективного запам'ятовування матеріалу певного змісту.

*Природний психологічний експеримент* у вітчизняній науці був уперше здійснений відомим українським психологом Олександром Федоровичем Лазурським (1874–1917). Це були дослідження психологічних наслідків (результатів) певних впливів на людей безпосередньо у процесі їхньої діяльності (навчання й праці). Тобто, суть природного психологічного експерименту полягає в тому, що досліджувані зазнають впливів незалежних змінних в умовах своєї навчальної, ігрової, трудової діяльності. Найбільш поширеними природними психологічними експериментами є психолого-педагогічні, зокрема, пенітенціарні, які мають на меті сформувані, виховати, розвинути у досліджуваних певні позитивні властивості, здатності, спроможності чи допомогти їм позбутися якихось негативних особистісних рис тощо. Такі експерименти називаються *формульвальними та розвивальними*.

### 3.3.6. Психологічне моделювання

На застосуванні незалежних змінних базується також *моделювання* (франц. *modele* – зразок) – метод наукового дослідження, який впевнено утверджується в психології, зокрема, у загальній, і являє собою вивчення психічних феноменів посередництвом створення предметно-технічних або знакових аналогів-моделей цих феноменів. Тобто, модель об'єкта наукового дослідження – це комплекси предметів або знаків (формул та їх співвідношень, записаних цифрами, літерами тощо), котрі відтворюють ті властивості цього об'єкта, які досліджуються. Така відповідність моделі оригіналу називається гомоморфізмом (лат. *homo* – той самий і грец. *morfe* – форма). Гомоморфізм об'єкта наукового дослідження та його моделі дає змогу використовувати її як відносно повноцінний замітник цього об'єкта, котрий є більш простим, порівняно з оригіналом, а відтак, його, здебільшого, значно легше вивчати. Психологічне моделювання розвивається у двох основних напрямках: 1) знакова або предметно-технічна імітація процесів, механізмів і результатів функціонування психіки; 2) конструювання умов діяльності.

Перші вдалі спроби загально-психологічного моделювання пов'язані з вивченням психофізичних залежностей (між певними

фізичними умовами і тими психічними процесами, станами, поведінкою суб'єкта, які спричинюються цими умовами) і процесів пам'яті (запам'ятовування, збереження та відтворення інформації). У 50-і роки ХХ ст. було успішно змодельовано декілька поведінкових актів тварин інформаційно-кібернетичними засобами. Цьому успіху передували ті моделі фізіологічних систем, які містили засадові ідеї методології власне інформаційно-кібернетичного моделювання (радянські фізіологи П. К. Анохін і М. О. Бернштейн, котрі спирались на концепцію зворотного зв'язку І. М. Сеченова – *див.: 2.8.1.*).

Відтак, шляхом інформаційно-кібернетичного моделювання були створені: модель розвитку пізнавальних спроможностей у процесі навчання; інформаційні моделі пам'яті, сприймання та уваги. Невдовзі змодельовали деякі функціональні структури ігрової діяльності та інтелектуальних операцій, зокрема, розв'язування навчальних задач. На основі узагальнення цих досягнень було висунуто гіпотезу щодо певної подібності алгоритмів (системи операцій, що здійснюються за певними суворими правилами) функціонування когнітивних (пізнавальних) процесів психіки людини та обчислювальних блоків комп'ютера. Ці блоки назвали «комп'ютерною метафорою» і довели, що вона може плідно використовуватись як модель у дослідженнях деяких операцій інтелекту, насамперед і головно, процесів прийняття рішень.

Окреслена техніка моделювання називається «за аналогією». У психології використовуються й інші техніки, зокрема: «відтворення змісту» та «відтворення логіки пізнання». «Відтворення змісту» загалом являє собою моделювання сутнісних властивостей предмета дослідження. В загальній психології – це, здебільшого, моделі суспільних (соціальних), духовних і суб'єктно-психологічних факторів мотивації, поведінки, діяльності особистості. «Відтворення логіки пізнання» – це моделювання процедури, способів та засобів дослідження, пізнання якогось об'єкта. Таке моделювання створено на основі і посередництвом методів вивчення літературних (наукових і навчально-методичних) та історичних джерел і продуктів діяльності. Ці методи та «відтворення логіки пізнання» залишаються нерозривно взаємопов'язаними і взаємодоповнюючими.

### 3.3.7. Методи вивчення літературних та історичних джерел і продуктів діяльності

У загально-психологічних дослідженнях логіки пізнання психічних феноменів використовується *метод вивчення літературних та історичних джерел*. Він дозволяє відслідковувати особливості інтелекту й творчого мислення, уяви, ерудиції тощо авторів цих джерел. Об'єктом застосування цього методу є тексти джерел, що вивчаються, у якому виокремлюють такі складові: 1) зміст історії та дискурсу (*лат. discursus* – міркування, аргументи, доводи, докази) дослідження проблем, яким присвячено текст; 2) трактування цих проблем самим автором тексту; 3) динаміку пізнавальних операцій автора; 4) творчі мисленнєві конструкції, що породили нові знання.

Загально-психологічному дослідженню не лише пізнавально-творчої, а й усіх видів діяльності особистості та групи слугує *метод вивчення продуктів діяльності*. Цей метод складається з комплексу дослідницьких процедур, спрямованих на збирання, систематизацію, аналіз і тлумачення особистісних властивостей суб'єкта, котрий створив продукти, що вивчаються, та чинників, які могли вплинути на якісні й кількісні виміри цих продуктів. Такі процедури охоплюють: 1) значущі щодо діяльності, яка вивчається, документи, листи, світлини, щоденники, біографії досліджуваних особистостей, важливих подій на їх творчому шляху, їхні вчинки, поведінку, емоційні переживання, вольові зусилля, екзистенційні (ціннісно-орієнтаційні) пошуки і т. ін.; 2) офіційні матеріали – записи ділових розмов, дискусій, нарад, наказів, правил, радіо і телевізійних передач, публікацій у пресі, в інтернеті тощо, які стосуються досліджуваної особистості чи групи людей як колективного суб'єкта діяльності; 3) власне продуктів діяльності.

### 3.3.8. Математично-статистичні методи в загально-психологічних дослідженнях

Застосування математично-статистичних методів суттєво посилює обґрунтованість висновків, зроблених на основі узагальнення результатів дослідження. Результати математично-статистичного опрацювання одержаних психологічних даних подаються у вигляді графіків, таблиць, узагальнених числових

груп. Своєю чергою, ці результати уможливають застосування кореляційного (*лат. correlatio – співвідношення*) аналізу, що загалом являє собою співставлення результатів за двома чи кількома показниками з метою встановлення наявності взаємозв'язків між ними. Степінь кореляційного взаємозв'язку чисельно виражається у коефіцієнті кореляції.

Зауважимо, що кореляційний аналіз дозволяє констатувати наявність зв'язку між тими чи іншими властивостями феноменів, які співставляються, але він не може виявити каузальних (причинно-наслідкових) залежностей між ними. До прикладу, американські психологи встановили, і це підтвердилось аналогічними дослідженнями у інших країнах, що існує кореляційний зв'язок між жорстокістю, агресивністю дітей і підлітків та частим переглядом ними, порівняно з іншими неповнолітніми, відеоматеріалів зі сценами жорстокості, насильства, інтенсивними проявами фізичної та вербальної агресії тощо. Але, залишилось питання, на яке кореляційний аналіз не може дати відповіді: який з цих корелюючих показників є причиною, а який наслідком? Вірогідно, що глибинним чинником їх обох є якісь особливості біохімічних процесів у головному мозку таких неповнолітніх суб'єктів.

### **Контрольні запитання та завдання**

1. Охарактеризуйте предмет загальної психології.
2. Що таке психічні процеси, психічні стани, психічні властивості?
3. Обґрунтуйте місце психології в системі наук та місце загальної психології в структурі галузей психологічної науки.
4. Спробуйте дати власні назви основних блоків психологічних дисциплін та назвіть дисципліни загально-психологічного блоку.
5. Що таке науковий метод, методика, методологія, методологічний принцип?
6. Розкрийте основний зміст тих методологічних принципів, на які спирається українська психологічна наука та знайдіть їх філософсько-онтологічну основу.
7. Охарактеризуйте інтроспекцію як перший метод психологічного пізнання, поясніть причини інтроспективної кризи в психології.
8. Розкрийте основний зміст самоспостереження як необхідного і базового методу психологічного пізнання.

9. Що таке харизматичність і фасцинативність дослідників-психологів і як ці властивості впливають на ефективність психологічних досліджень?

10. Розкрийте сутнісний зміст психологічного спостереження, його основних видів, переваг та недоліків.

11. Охарактеризуйте сутність психологічного експерименту, його видів, переваг та недоліків.

12. Що таке експериментальні змінні: незалежна, залежна, контрольована, проміжна?

13. Опишіть моделювання як метод психологічних досліджень.

14. Доведіть, що вивчення літературних та історичних джерел і продуктів діяльності є необхідними й продуктивними методами загально-психологічних досліджень.

15. Як математично-статистичні методи використовуються у загально-психологічних дослідженнях?

## ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА. МОЗОК І ПСИХІКА

### 4.1. З історії становлення наукового підходу до психофізіологічної проблеми

Психофізіологічна проблема – це комплекс питань щодо співвідношення, взаємозв'язку, взаємодії психічних явищ і нейрофізіологічних процесів у головному мозку. Ці питання – дуже складні і дуже мало вивчені.

Історія досліджень психофізіологічної проблеми являє собою довгий і складний шлях наукових пошуків. Вона постала у контексті трактування психічних феноменів як *здатностей*, що тривало доволі довго. Мовляв, людина сприймає навколишній світ у вигляді образів сприймання – це *здатність сприймання*. Ці образи вона впізнає, розрізняє, інтерпретує на основі наявних у неї знань, виокремлює в них значуще для неї, потрібне їй і небажане для неї тощо – *здатність розуміння*. Карбування, утримання та згадування образів і суджень – *здатність пам'яті*.

Вже античні філософи й лікарі замислювались над тим, які органи людського тіла можуть бути безпосередньо пов'язані з психічними здатностями. І «оселяли» їх у серці та в інших внутрішніх тілесних органах (у «нутроцах»).

Тільки наприкінці середньовіччя – на початку Ренесансу психічні здатності остаточно пов'язали з головним мозком, «розмістили» їх у ньому. Тоді ще нічого не знали про структурно-функціональну основу живої матерії – клітини. Тому щільні шари мозку здавались непридатними для цього «розміщення». Але, у головному мозку людини є якраз 3 невеликі порожнини, котрі назвали шлуночками. Отож в кожен з них «поселили» по одній психічній здатності. Хоча, згадаємо, що Р. Декарт вважав осередком душі щільну мозкову структуру – шишковидну залозу (епіфіз).

Значним досягненням у вивченні психофізіологічної проблеми стала концепція знаменитого австрійського лікаря Франца Йозефа Галля (1758–1828), яке він назвав *френологія* (лат. *frenos* – розум і грец. *logos* – вчення). Ф. Й. Галль ретельно описав білу й сіру

речовини головного мозку і поділив його на 3 частини у вертикальному вимірі знизу вгору: 1) нижні відділи і продовгуватий мозок – «орган життєвих процесів», тобто, центри управління функціонуванням організму, усіх його органів; 2) середня, підкіркова частина – «орган схильностей і потягів»; 3) верхні відділи, кора – «орган інтелектуальних властивостей душі».

Сучасна наука також поділяє головний мозок людини на 3 частини у вертикальному вимірі, але, локалізація психічних феноменів у кожній з них суттєво відрізняється від поділу Ф. Й. Галля. Підним виявився сам підхід.

Якимось чином Ф. Й. Галль з'ясував, виявив, що у двох віденських чиновників, відомих своєю надзвичайною обачливістю, були помітні опуклості на задньо-бокових ділянках тім'яної частини черепа. Переповідають, що саме цей факт скерував його думку до гіпотези, що центри більшості психічних властивостей людини розміщуються ближче до поверхні великих півкуль головного мозку. Притім, чим більш розвинена, потенційно чи актуально потужна та чи інша властивість, тим більші її розміри, що виявляється в розмірах опуклості на поверхні мозку у місці локалізації цієї властивості, тому що череп – це «сорочка мозку» – його поверхня відтворює рельєф таких опуклостей, немов сорочка – рельєф м'язів. Опуклості на головах тих чиновників він згодом назвав «гуля № 11» – центр обережності, обачливості, поміркованості, розважливості та інших подібних властивостей характеру.

Невдовзі Ф. Й. Галль виявив, що у храмі особливо заповзято й старанно молились, брали участь у богослужіннях особи, у яких були добре помітні на дотик опуклості у середній частині тім'я. Висновок: в цьому місці – центр поштивості, моральних почуттів і теософії (богомудрості) – «гуля № 15». У М. Сервантеса, Ф. Рабле, Д. Свіфта, Ф. М. Вольтера та інших осіб зі жваво-дотепним, гумористично-сатиричним розумом у верхньо-передніх частинах обох сторін голови були помітні опуклості – маємо центр дотепності – «гуля № 23».

Через декілька років Ф. Й. Галль накреслив докладну карту людського черепа, на якій кружечками й цифрами було позначено центри багатьох психічних властивостей – від кровожерлисті й жорстокості до математичних здібностей.

Сам Ф. Й. Галль демонстрував неабияку, неймовірну психодіагностичну спроможність – обмацуючи навіть із



зав'язаними очима череп людини він *безпомилково* визначав її задатки, здібності, обдарованість, схильність до добродійності чи до зла, вади, передрікав долю і т. ін. До прикладу, торкнувшись черепа 16-річного Шампольона, якого бачив уперше, Ф. Й. Галль захоплено вигукнув: «Який геніальний лінгвіст!» Справді, цей вундеркінд-поліглот на той час вже вільно володів декількома мовами, а через 20 років спромігся розшифрувати єгипетські ієрогліфи, що до нього ніхто не зміг зробити, попри значні зусилля.

Жоден з учнів та послідовників Ф. Й. Галля навіть не наблизився до рівня його френологічно-діагностичної майстерності, яка вражає тасмничною дивовижністю, тому що френологічне тлумачення принципу взаємозв'язків психічних властивостей з мозковими структурами неправильне, некоректне. По-перше, психічні властивості не локалізуються ближче до поверхні мозку, немов автомобілі на стоянці. По-друге, ні потенційна, ні актуальна потужність їх не виявляється у кількісному вимірі об'єму мозкової речовини у центрі своєї локалізації, а відтак, у розмірах відповідної їй опуклості на «сорочці» мозку – черепі.

Френологія була останнім спекулятивним (*лат. speculor – споглядаю, спостерігаю*) тлумаченням психофізіологічної проблеми. Наприкінці XIX – на початку XX століть у вивченні мозку, зокрема, його взаємозв'язків з психікою, остаточно утвердились природничі науково-експериментальні методи: медичні, анатомічні, фізіологічні, біохімічні.

Розвиток техніки, зокрема, військової, війни із застосуванням її, інші бурхливі події початку науково-технічної революції спричинили значне збільшення кількості та складності екстирпацій (*англ. extirpation – знищення, видалення, руйнування*) різних ділянок мозку внаслідок поранень, травмувань. Розвиток медичних технічних засобів сприяв більш глибокому й ефективному вивченню крововиливів і пухлин у мозку. Такі руйнації мозкових структур викликають різноманітні порушення функціонування психіки, що дозволяє встановлювати й вивчати локалізацію психічних феноменів у певних ділянках головного мозку – їх мозкові центри. Каузальна (причинно-наслідкова) логічна основа цих досліджень – «залізна»: Якщо разом з екстирпацією якоїсь певної ділянки головного мозку закономірно, обов'язково, неминуче руйнуються якісь певні психічні

спроможності, то ця ділянка є мозковим центром цих спроможностей.

Водночас було виявлено електричну активність головного мозку, певні особливості якої однозначно пов'язані з певними психічними процесами і станами суб'єкта.

Відтак, винайшли метод подразнення різних ділянок мозку слабким електричним струмом посередництвом вживлених у ці ділянки електродів, що прямо й однозначно впливало на перебіг тих психічних феноменів, які пов'язані з цими ділянками.

Інтенсивного розвитку набуло вивчення впливу тих природних та синтезованих речовин, вживання яких спричиняє різноманітні відчутні зміни у біохімічних реакціях та фізіологічних процесах у мозку, а відтак, у перебігу психічних процесів суб'єкта. Ці речовини називаються психотропними.

Зауважимо, що зазначені досягнення породили нейрофізіологічний редуціонізм (*лат. reduction – повернення, відсування назад*) у психології. Це – спроби *вичерпно* трактувати психічні феномени за допомогою знань у галузях фізіології центральної нервової системи та вищої нервової діяльності, цілком коректно пояснювати їх функціонування в такий спосіб тощо.

#### **4.2. Психологічна функціональна структура головного мозку людини, виявлена внаслідок екстирпацій його ділянок**

Головний мозок людини – надзвичайно складне утворення, у якому значно більше «білих плям», ніж науково вивченого. Матеріалом, з якого складається це утворення, є 15-20 мільярдів нервових клітин – нейронів – і 140 мільярдів клітин глії – протеїново-ліпідної (білково-жирової) речовини. Нейрони розміщуються в глії як у м'якій подушці, що вберігає їх від механічних руйнацій, зумовлених рухами й ударами. Є вагомі підстави для припущень, що окрім цього захисту, глія постачає їм поживні речовини і грає якусь роль у функціонуванні довготривалої пам'яті.

Нейрони головного мозку людини мають різноманітну форму – нагадують зірки, кошики, дерева, сороконіжок, піраміди та ін. В середньому, їх довжина – 0,022 см., об'єм – 0,001 мм<sup>3</sup>, вага –

0,00001 г. Кожен з них складається з, приблизно, 100000 різноманітних біохімічних речовин. В кожному з них постійно відбувається водночас 10000 складюючих біохімічних реакцій, які є біологічним субстратом нейрофізіологічних, а відтак, психічних процесів. Кожен нейрон має якусь кількість дендритів (*грец. dendrite – дерево*) – відростків, котрі зв'язують його з іншими нейронами.

Сучасна наука трактує головний мозок людини як дуже складну систему, що складається з 3 основних блоків. У 1-й, нижній блок входять: утворення верхніх відділів мозкового стовбуру, ретикулярна (*лат. reticula – сітка*) або сіткоподібна формація, структури стародавньої – базальної та медіальної – кори: гіпоталамус, таламус, мозочок. У 2-й, середній блок: задні відділи обох півкуль (лівої та правої), скроневі, тім'яні й потиличні ділянки кори. У 3-й, верхній: передні відділи кори і лобні долі.

Основна функція ретикулярної формації – збудження, активація, підтримка належного функціонального тону верхніх частин мозку – від неї до них постійно й ритмічно надходять стимулюючі імпульси. Мозочок управляє рухами тіла, координує та узгоджує їх. У гіпоталамусі та прилеглих до нього ділянках знаходяться основні центри регулювання метаболізму (обміну речовин) в організмі та емоційних реакцій, процесів і станів. Таламус – проміжна інстанція, яка забезпечує перебіг нервових імпульсів між спинним і головним мозком.

Екстирпації (руйнування) у 1-му блоці спричиняють помітне зниження тону кори, що виявляється в несталості уваги, патологічній виснажливості й сонливості, катастрофічному зниженні здатності утримувати, а отже й опрацювати інформацію, що надходить, та спроможності свідомо спрямовувати перебіг думок, суджень, висловлювань, у серйозних афективних (*лат. affectus – емоція, настрої, хвилювання*) порушеннях – або цілковита байдужість, апатія (*грец. apatheia – байдужість, нечутливість*), або стривоженість, неприємна ажитованість (*лат. agitation – збуджений стан*). Отже, основною функцією 1-го блоку є забезпечення енергетичного напруження, тону та емоційного стану, необхідних для нормальної життєдіяльності мозку і психіки, а відтак, всього організму.

Порушення, які спричиняються екстирпаціями 2-го блоку, виразно диференціюються за модальністю чутливості відповідно до зруйнованих ділянок. Якщо уражені тім'яні відділи,

порушуються: тактильна (дотикова) чутливість шкіри, відчуття напруження м'язів (пропріоцептивні) та ті, що надходять від внутрішніх органів (органічні). Суб'єкт з такими ураженнями не може впізнати знайомі йому предмети навпомацки, визначити положення свого тіла, ніг, рук, а відтак, втрачає адекватність і чіткість рухів тощо. Екстирпації потиличних та прилеглих ділянок зумовлюють різні розлади зорової чутливості, візуального сприймання. Від руйнацій у межах скроневих ділянок порушується слух.

В межових ділянках скронь, потилиці і тім'я відбувається поєднання сигналів, що надходять від об'єктів через органи чуття як розрізнені відчуття, у цілісні образи цих об'єктів. Тобто, ці межові ділянки забезпечують цілісність сприймання (*див.: 7.3.*). Таке поєднання називається *симультанним синтезом* (*лат. simul – водночас і грец. synthesis – з'єднання, поєднання*).

Руйнування центрів симультанного синтезу спричиняє неспроможність суб'єкта орієнтуватись у просторі, зокрема, на мапі й у положенні стрілок на циферблаті годинника, розрізнити праве й ліве тощо. Він пам'ятає значення більшості слів і вміє їх писати, розуміє короткі повідомлення про те, що відбувається чи відбулось, до прикладу: студенти 2-го курсу пишуть контрольну роботу, Павло Степанович захистив дисертацію, Галя вийшла заміж. Однак, не здатен збагнути навіть прості мовленнєві конструкції щодо співвідношень об'єктів, на кшталт: сестра матері, заступник декана, рівень інтелекту (коефіцієнт кмітливості), асоціація за подібністю і т. ін. Не може здійснювати математичні операції – додавати, віднімати, множити, ділити, навіть рахувати. Адже математичні операції розгортаються на матриці суворо однозначних кількісних *співвідношень*. Отже, 2-й блок забезпечує: 1) відображення посередництвом органів чуття; 2) структурування інформації, яка надходить через органи чуття, у цілісні образи відображених об'єктів; 3) розуміння співвідношень об'єктів та оперування понятійними знаннями, пов'язаними зі співвідношеннями.

Роландова борозда ділить головний мозок людини на передню й задню частини зверху, сільвієва – знизу. Руйнування ділянок, розташованих спереду цих борозд, спричиняє різноманітні порушення свідомої доцільності – планування та організацію цілеспрямованої діяльності й поведінки, розв'язування задач, програмування навіть відносно нескладних дій, вчинків тощо. Натомість з'являються

імпульсивні реакції та інертні стереотипи – повторення безглузких рухів, непідпорядкованих якійсь доцільній меті.

Екстирпації лобних ділянок спричиняють: катастрофічну загальмованість та інертність мислення й мовлення, аж до цілковитого руйнування спроможності суб'єкта висловити найпростіше судження, сформулювати якийсь намір та організувати свої дії щодо реалізації його, встановити відповідність розпочатих дій та їх результатів намірам – цілям, яких він прагнув досягти посередництвом цих дій; патологічну дезорганізованість і байдужість; різкі перепади настроїв; дурникуватість; брутальну нетактовність і безцеремонність; аморальність і т. ін. Отже, 3-й блок забезпечує функціонування інтелекту, мислення й мовлення, свідому, цілеспрямовану організацію дій, вчинків, діяльності й поведінки, підпорядкування поведінки суб'єкта суспільним нормам моралі й етикету, що ґрунтується на утвореннях його сфери спрямованості: світогляді, ціннісних орієнтаціях, переконаннях, вірі (див.: 2.4.; 9.1.; 9.4.; 9.5.; 12.2.).

Зауважимо, що висвітлена локалізація психічних феноменів у головному мозку людини – максимально узагальнена й дещо спрощена. Так, трапляється, що серйозні екстирпації мозку суб'єкта спричиняють своєрідні, індивідуально неповторні картини розладів його психіки, а деякі – не спричиняють жодних помітних психічних змін. Іноді така картина не відповідає встановленому розподілу психічних феноменів у анатомічних структурах головного мозку.

До прикладу, сильне руйнування головного мозку з дивовижними, неймовірними наслідками сталось у США в 1848 році. Залізничний майстер Фінеас Гейдж зазнав, здавалось би, смертельної виробничої травми – металевий прут довжиною 1 метр, діаметром 3 сантиметри, але, суттєво звужений на кінцях, пробив йому голову наскрізь – увійшов у ліву щоку біля вилиці і вийшов у правій верхньо-тім'яній ділянці. Однак, Гейдж не помер. Годину він пролежав непритомним, а потім встав і самотужки пішов додому, розмірковуючи вголос про цю свою травму. Функціонування його органів чуття, включно з симультанним синтезом, не зазнало жодних руйнацій. Дещо знизився інтелект. А от особистісні властивості та риси характеру цього чоловіка істотно змінились. До травми мозку він був урівноваженим, поміркованим, добропорядним, доброзичливим, тактовним, турботливим сім'янином та відповідальним і старанним

працівником. Після неї зробився «без царя в голові»: непоштивим, брутально-нетаковним, прикрим (чинив так, ніби спеціально шкодив і дошкуляв іншим, не рахувався ні з ким і ні з чим), впертим, але нерішучим, мінливим, наївним, дитинячим, часто зазнавав нестримних нападів гебефренічного (дурникуватого, дурного) сміху тощо. Пустився в мандри, став бездомним волоцюгою. Протягом 12 років блукав штатами, заробляючи на життя демонстрацією «дірки» у своїй голові та розповідями про її дивовижну появу. Помер від інфекції.

Інші наслідки подібної травми ретельно вивчав, лікував та описав у книжці «Втрачений і повернений світ» відомий радянський психолог і нейрофізіолог Олександр Романович Лурія (1902–1977). У 1943 році 19-річний молодший лейтенант Засецький був поранений у бою – куля увійшла в ліву скроню і вийшла у правій верхньо-тім'яній ділянці голови. Юнак якимось чудом вижив. Його інтелектуальні та особистісні властивості, зокрема спрямованість, характер (ставлення до інших і до себе та воля), а відтак, морально-етичні основи поведінки з людьми не змінились. Катастрофічних руйнацій зазнало сприймання, особливо, симультанний синтез. Його відчуття не поєднувались у цілісні образи об'єктів, а сприймались, за його власним образним порівнянням, як «метушня комашні». Своя голова нерідко здавалась йому великою, як стіл, а ноги маленькими, як лапки мухи тощо. Завдяки креативному, тривалому й ретельному лікуванню під керівництвом О. Р. Лурії, симультанний синтез і сприймання Засецького істотно покращились.

Голову американця Ездри Біаса прошив сталевий дрід діаметром 3 мм – увійшов у лівій скронево-лобній ділянці і вийшов у правій тім'яно-потиличній. Він залишився живим, але сильно кульгає, його ліва рука не рухається, помітно знизився інтелект та інтенсивність (енергійність, жвавість) усіх психічних процесів.

В голову американця Сімона Монтеза позаду правого вуха цілком увійшов цвях довжиною 200 мм. Лікарі витягали його 2 години. Увесь цей час Монтез був при свідомості. Жодних психічних і тілесних порушень у нього не виявлено.

Юрію N з Тамбова (Росія) «прибулець» наказав забити собі в голову цвях. Першій спробі виконати цей наказ перешкодила мати Юрія. З другої спроби від зробив це – вгатив цвях собі у тім'я, але не помер. Його забрали в лікарню і через тиждень виписали без

жодних соматичних і психічних порушень, порівняно з його станом перед виконанням наказу «прибульця».

Усю праву півкулю голови чотирнадцятирічного афроамериканця Ахада Ізрафіла знесла куля гангстера. Він вижив, навчився ходити, успішно закінчив школу і коледж, спромігся вести власний бізнес. Висновок лікарів і психологів: його врятувала й забезпечила дивовижні успіхи потужна мотивація – бажання жити і вдосконалюватись.

Жодна ділянка мозку, що забезпечує перебіг психічних процесів, не працює ізольовано, а у чисельних і складних взаємодіях з іншими мозковими ділянками й психічними функціями. Як приклад комплексно-системного забезпечення мозком функціонування психіки наводимо максимально узагальнений і спрощений опис добре відомої студентам і, здавалось би, відносно нескладної роботи – писання (за О. Р. Лурією).

На перший погляд, може здаватись дивним, але забезпечення мозком цієї роботи починається у так званих вторинних відділах звукової кори, що знаходяться у його скроневих ділянках – центрах опрацювання слухових подразників – вичленування, впізнавання, усвідомлення й розуміння їх. Вона складається з десятків мільйонів нейронів, кожен з яких реагує лиш на певний звук, що називається специфічною чутливістю сенсорних нейронів. У правій та лівій скроневих ділянках мозку ці відділи кори функціонують дещо по-різному. Так, *лівий вторинний відділ звукової кори у правій* є базовою функціональною структурою утворення, яке *регулює перебіг мовленнєвого процесу та дії правою рукою, зокрема, писання.*

Руйнації цих відділів спричиняють центральну фонематичну (*грец.  $\rho\eta\omicron\mu\acute{\alpha}$  – звук*) глухоту – хворий не чує або дуже погано чує фонемі – *сукупності розпізнавальних ознак звуків мовлення, впізнавання яких забезпечує виокремлення й розуміння слів у потоці звуків.* Слова втрачають виразність звучання, сприймаються як невиразні шуми, відтак, він не може вимовити ті слова, звучання яких не чує, та писати їх. Якщо дехто з таких хворих здатен написати якісь слова, то з великою кількістю помилок. Це зумовлюється тим, що написання будь-якого слова унеможлиблюється без актуалізації у психіці суб'єкта тих звуків та їх сполучень, з яких це слово складається, тобто, без редукованого вимовляння його – подумки, не вголос. Це – необхідна умова і вирішально-визначальна операція психічного перекодування

звуків у букви. Іншими словами, необхідною умовою написання букв та їх сполучень – слів – є нормальне збудження мозкових центрів відповідних їм звуків, що забезпечується нормальним функціонуванням фонематичного слуху. Але, у тих хворих з такими ураженнями, котрі пишуть ієрогліфами (китайців, корейців, японців та ін.), ця їхня здатність не зазнає жодних порушень, тому що ієрогліфи – це не букви (не графеми), а малюнки (див.: 9.4.3.). Зображення ієрогліфів, як і всіх малюнків, забезпечують інші мозкові ділянки й механізми.

На загал, у таких хворих не порушується оперування цифрами, яке, напевне, не вимагає називання кожної цифри подумки і регулюється якимись іншими мозковими центрами.

Отже, виокремлення та впізнавання звуків і їх сполучень унеможлиблюється без їх *артикуляції* – виголошення вголос або, здебільшого, подумки. А це означає, що писання забезпечує і звуко-кінестезичний (*грец. kinēsis – рух*) мозковий центр, що виразно виявляється у процесі навчання письму. Так, якщо створити перепону скороченням артикуляційних м'язів дітей, котрі вчать писати, запропонувавши їм широко відкрити при цьому ротик, то впізнавання й вибір (ідентифікація) звуків, а відтак, відповідних цим звукам букв, з яких складаються ті слова, які вони пишуть, значно погіршується, що виявляється у збільшенні кількості помилок приблизно в шість разів. Тобто, коли людина дійсно прагне почути й зрозуміти звернене до неї мовлення або подумки говорить, її мовленнєво-артикуляційні м'язи, які розміщуються в горлянці та біля язика, редуковано (зі значно зменшеними амплітудами) рухаються – вона подумки (не вголос) вимовляє, повторює те, що чує. Якщо суб'єкт не повторює в такий спосіб мовлення іншого суб'єкта, що можна зареєструвати спеціальними датчиками, прикладеними до його горла, то він не чує, тобто, не сприймає змісту, не розуміє цього мовлення.

Мозковим центром зв'язку мовленнєвої артикуляції з фонематичним слухом є задня третина верхньої скроневі звивини. Центр мовленнєвої артикуляції – артикулюючих рухів м'язів горлянки і язика розташовується нижче від сільвієвої борозди, у нижніх відділах пост-центральної ділянки кори великих півкуль, які називаються кінестезичними. Тому руйнування їх призводить, зокрема, до порушень фонематичного слуху та писання. Порушення писання в такому випадку є специфічним: внаслідок того, що хворі не можуть виразно артикулювати звуки, а



відтак, у процесі писання плутають різні, але подібні за артикуляцією звуки, до прикладу: т, д, л, – пишуть «кототидьник» замість «холодильник» тощо.

Слухо-мовленнево-артикуляційні конструкції слів, які треба написати, мають бути перекодовані у суворо однозначно відповідні їм конструкції з букв – графічні знаки цих слів. А це вимагає координуючої та контролюючої участі зорових центрів, котрі розташовуються у потиличному та тім'яно-потиличному відділах кори. Якщо ці відділи зазнають руйнацій, зникає чітка координація мовленневих звуків та відповідних їм букв, що називається оптичною аграфією (*грец. а – не, заперечення і grapho – писати*) – хворий безплідно згадує, як пишуться потрібні йому букви.

Нарешті, необхідно здійснити комплекс дуже складних і тонких рухів – власне акт писання. Ці рухи забезпечуються *мозковим апаратом послідовного артикуляційного синтезу*, який знаходиться у нижніх відділах премоторної (*та, що рухає*) зони кори.

При ураженні передніх відділів мовної зони, зберігається спроможність виокремлювати звуки та позначати їх буквами, але суттєво порушується здатність поєднувати їх у необхідній послідовності відповідно до тих слів і речень, які хворий пише, на кшталт: «тілець» замість «стілець».

Після масивного ураження лобних долей людина втрачає здатність порівнювати результат написаного нею з намірами щодо цього писання. О. Р. Лурія розповів про хвору з таким ураженням, котра написала листа відомому нейрохірургу Бурденку, у якому після звернення: «Дорогий професоре!», – на чотирьох сторінках повторювалась фраза: «Я хочу Вам сказати, що я хочу Вам сказати, що я хочу Вам сказати...».

Писання забезпечується також мозковими центрами гальмування тих рухів, які можуть зашкодити йому, і тривалого утримання скеровуючої вихідної програми (матриці) з відповідним корегуючим впливом.

На основі вивчення й узагальнення висвітленого вище та інших процесів забезпечення мозком суб'єкта його дій, О. Р. Лурія зауважив, що ретельний нейропсихологічний аналіз локальних руйнацій мозку показує глибокі відмінності у, здавалось би, дуже близьких процесах та інтимну близькість процесів, які, на перший погляд, не мають між собою нічого спільного. До прикладу, він розповів про наслідки крововиливу у лівій скроневій ділянці

відомого радянського композитора, котрий внаслідок цього втратив виразність фонематичного слуху, погано ідентифікував мовленнєві звуки, дуже важко розумів звернене до нього мовлення, мав великі труднощі з писанням. Однак, за три роки, протягом яких у нього були ці дефекти, успішно продовжував свою професійну діяльність – написав великий цикл видатних музичних творів. Цей факт, зокрема, показує, якою значною є відмінність на рівні нейро-фізіологічного субстрату головного мозку між фонематичним і музичним слухом. Водночас, фонематичний (мовленнєво-звуковий) слух, артикуляція звуків і писання на цьому рівні є споріднено-близькими, утворюють єдину функціональну структуру, системне поєднання.

Найбільш відомої серед науковців екстирпації зазнав головний мозок американця Генрі Малайсона. У 7-річному віці (у 1953 р.) Генрі вибіг на дорогу, на якій його збив велосипедист. Він упав і поранив голову. Струсу мозку не виявили, тому наклали на його розбиту голову декілька швів, і хлопчик самотужки пішов додому. Здавалось, з ним усе було гаразд. Але, невдовзі він почав усе частіше забувати, де й коли був. У віці 16 років Генрі сів за кермо автомобіля і поїхав у місто. По дорозі він зазнав епілептичного нападу (*див.: 15.4.1.*). Напади повторювались все частіше і ставали все більш інтенсивними і до 27-річного віку Малайсона їх частота стала такою, що лікарі вирішили діяти радикально.

У випадках серйозних епілептичних нападів мозок хворих, здебільшого, розтинають повздовж навпіл через так зване мозолисте тіло (*див.: 4.6.*). Але, щодо нападів Генрі, консилиум лікарів на чолі з професором медицини дійшов висновку, що їх причиною є серйозне ушкодження мозкової структури, яка називається гіпокамп, внаслідок травмування його голови в дитинстві. Відтак, вони вирішили видалити – відсмоктати – гіпокамп з мозку Генрі. Операцію проводили без наркозу. Після цієї операції Генрі Малайсон пам'ятав те, що було до неї, збереглась його особистість (самосвідомість), інтелект, але він нічого не пам'ятав і не міг запам'ятати з того, що було з ним після неї. Через якийсь час професор, який відсмоктав гіпокамп Генрі, визнав свою і консилиуму лікарів помилку: мовляв, насправді, не травма гіпокампу спричиняла епілептичні напади Генрі.

Але, завдяки цій прикрій помилці було встановлено, що гіпокамп і тканини навколо нього – це та мозкова структура, на матеріальному базисі якої формуються і функціонують спогади,

підкреслюємо, не пам'ять загалом, а спогади, як цілеспрямоване відтворення суб'єктом інформації, яку він запам'ятав (див.: 10.3.3.). Так, до прикладу, Генрі після операції вчився малювати, малював все краще й краще, тобто, *запам'ятовував* цю науку (знання, уміння й навички), але *не міг нічого згадати* з процесу цього навчання. Після смерті Генрі Малайсона, його мозок видалили, поділили на 2001 сегмент, а ті, своєю чергою на мільйони частинок. Всі ці частинки ретельно зберігаються в університеті міста Сан-Дієго, США. На основі всебічного вивчення їх розгорнуто глибокі й плідні дослідження функціонування пам'яті на нейронному рівні. На сьогоднішній день налічується понад 10000 солідних наукових публікацій, у яких висвітлено результати цих досліджень.

Варто також зауважити, що, згідно з результатами новітніх нейрофізіологічних досліджень, які ведуться у США, Данії та інших розвинених країнах, нервові клітини – *нейрони головного мозку людини* – *відновлюються!* У дорослих людей вони продукуються в *гіпокампі* – кілька тисяч кожної доби.

На завершення зауважимо, що екстирпації головного мозку людини показали, що в різних його частинах є чималі ділянки, які, ніби-то, взагалі нічого не роблять, тобто, не забезпечують жодних фізіологічних та психічних функцій. Що це означає? Якийсь резерв? Якщо так, то як і навіщо він утворився? Відповідей на ці та подібні питання немає... Припущення, що це всього лиш випадкове «перевиробництво», безглуздий надлишок, мабуть, є поверховим, спрощеним...

У зв'язку з такими питаннями і відсутністю відповідей на них, необхідно, все ж, згадати дуже рідкісний феномен, який називають так само, як водянку головного мозку – гідроцефалія (*грец. hydēr – вода і kefalē – голова*). Екстирпації мозку і засноване на них вивчення його за допомогою сучасних методів остаточно переконує, що психіка, душа людини і функціонально, і структурно нерозривно пов'язана з її головним мозком – кожен психічний феномен локалізований у певній ділянці його. Але, дуже-дуже рідко зустрічаються люди-гідроцефали, у яких немає жодних психічних і анатомо-фізіологічних аномалій, крім однієї – замість головного мозку у них рідина на кшталт спинномозкової... Справді: «Багато в світі дивних див, та найдивніше з них – людина» (Софокл).

### **4.3. Електричні подразнення головного мозку як метод вивчення локалізації у ньому психічних явищ**

Метод вживлення у мозок електродів винайшов у 1924 році професор Цюріхського університету (Швейцарія) Герман Гесс. Спочатку він вводив тоненькі трубочки у різні точки гіпоталамусу та прилеглих до нього ділянок мозку котів. Нагадаємо, що в гіпоталамусі людського мозку локалізуються центри регулювання більшості фізіологічних та емоційних процесів. Аналогічно – у мізках усіх ссавців, зокрема, котів. Г. Гесс вливав через ці трубочки фізіологічний розчин – подразнював у такий спосіб ці центри, що викликало реакції: голоду або ситості, люті або умиротворення, дефекації, сечопуску, сну або бадьорості, сексуального збудження, страху, заціпеніння і т. ін. Невдовзі він замінив трубочки тоненькими електродами, через які посилав слабенькі електричні імпульси.

Американський вчений Джеймс Олдс використовував цю методику Гесса в університеті Мак-Гілла, США. Одного разу у 1953 році він проводив за її допомогою відносно прості досліди зі щурами (сірими пацюками) і випадково не попав у наперед визначену точку – електрод пройшов мимо неї і увійшов трохи глибше. Після декількох подразнень цієї випадково знайденої точки, Дж. Олдс помітив, що тварина не прагне втекти, як це було зазвичай у процесі таких подразнень. Навпаки, навіть коли її відносили від того місця, де подразнювалась саме ця точка, вона вперто намагалась повернутись туди.

Дж. Олдс посадив цього щура в камеру, у якій було вмонтовано важіль. Натискання на нього посилало електричні імпульси в ту цікаву точку. Щур знайшов цей встановлений зв'язок шляхом «спроб і помилок» – випадково, внаслідок одного з хаотичних рухів нецілеспрямованого пошукового характеру. Після тієї знахідки його можна було відтягнути від того важеля тільки силою, як і всіх інших тварин, з якими згодом проводився такий експеримент. Ритмічно, з інтервалом 1-2 секунди вони заповзято й безперервно подразнювали свій мозок в середньому 24 (!) години поспіль, аж до цілковитої знемоги, коли називали судомного нападу або знесилоно падали й засинали. Після відносно нетривалого сну продовжували це самоподразнення так само інтенсивно й безперервно.

Дж. Олдс назвав тварин, яких «підсадив» на цей важель, електроманами. Електроманія виробляється за 1-2 хвилини.

Неважко було збагнути, що її спричиняє інтенсивна насолода, яку викликає подразнення тієї звабливої точки. Тому Дж. Олдс назвав її *“Paradise”* (англ. – «Рай»). Відключення струму в процесі подразнення її виглядає як «вигнання з Раю». Тварина-електроман декілька разів люто тисне на важіль, переконавшись, що він-таки не діє, відвертається і чухається або ненадовго засинає. Прокінувшись, раз-по-раз підходить до важеля і тисне на нього – перевіряє, чи, бува, не повернувся «Рай».

Ті тварини-електромани, котрі на короткий час припиняли самоподразнення, щоб поїсти, виглядали помітно здоровішими, міцнішими й енергійнішими, ніж навіть ті здорові не електромани, яким було створено всі необхідні умови для оптимального функціонування організму. Дж. Олдс зробив висновок, що *насолода – потужний стимулятор вітальних (лат. vitalis – життєвий), тобто, життєдайних сил та енергій організму.* Воднораз виявилось, що цілком здорові й благополучні тварини, які не є електроманами, зазвичай, поводяться зі всіма електроманами вочевидь вороже. Цей факт так і не знайшов прийняттого пояснення.

Ретельно дослідивши мізки сотень щурів, Дж. Олдс встановив, що «Рай» займає майже 30% об'єму головного мозку цих тварин і розміщується ближче до внутрішньо-мозкової порожнини. Найбільше скупчення «райських» нейронів – біля основи головного мозку в ділянці півгорба, де стовбур (невелике продовження спинного мозку всередині черепа) переходить у півкулі. Це скупчення має хрестоподібну форму. Невеликі «райські» ділянки різної форми є в інших частинах головного мозку щура. Зовні нейрони «Раю» та їх скупчення не відрізняються від інших. Виявити їх можна виключно подразненням.

В процесі цих експериментів Дж. Олдс виявив, що під тими точками «Раю», які щурі подразнюють найбільш інтенсивно, у безпосередній, майже дотичній близькості з ними знаходиться «Пекло». Воно має клиноподібну форму і займає приблизно 5% об'єму головного мозку щура.

Піддослідні тварини всіляко намагаються уникнути подразнень «Пекла» – вириваються, щоб втекти, інтенсивно шкребуть підлогу, жалібно-тривожно пищать. Якщо в процесі обстеження нової для щура камери, він випадково натисне на важіль, що подразнить його «Пекло», цей щур більше ніколи не підійде до цього важеля. Якщо ж «Пекло» подразнюється

безперервно, а натискання на важіль вимикає струм, і тварина знаходить цей порятунок шляхом «спроб і помилок», вона поводитьсь так, ніби знайшла «Рай» – безперервно тисне на цей важель. Воістину, рай – це відсутність пекла, насолода – це відсутність страждання...

Дж. Олдс також виявив, що голодні тварини особливо охоче й заповзято подразнюють певні точки свого «Раю». Ситі, навпаки, спроквола посилають струм у ці точки. Він дійшов слушного висновку, що насолода від подразнення їх має конкретний фізіологічний зміст – як від насичення їжею. Іншими словами, подразнення цих точок викликає таку саму насолоду, що й споживання їжі.

Інші певні точки свого «Раю» самці майже перестають подразнювати після кастрації, що припиняє секрецію статевих гормонів, які забезпечують здатність і хіть до сексуальної поведінки. Якщо ж кастрованим особинам ввести оптимальну кількість цих гормонів, інтенсивне самопоздрознення ними цих «райських» точок відновлюється уповні. Отже, насолода від подразнень їх також має конкретний фізіологічний зміст – як сексуальний, як оргазм. Відтак, Дж. Олдс констатував, що йому вдалось експериментально підтвердити стару істину: «Любов і голод правлять світом»...

Однак, виявилось, що у «Раю» щурів є чимало точок, не пов'язаних ні з їжею, ні з сексом, ні з жодним іншим фізіологічним процесом. Подразнення їх викликає таку собі «чисту» насолоду. І ця насолода інтенсивніша, ніж «харчова» та «сексуальна». Інтенсивність насолоди визначається інтенсивністю та тривалістю страждання, болю, який тварина, як і людина, ладна й може витерпіти заради отримання цієї насолоди. Дж. Олдс винайшов експериментальну методику виявлення та вимірювання кількісних параметрів цієї прямо-пропорційної залежності.

Для досягнення важеля, натискання на який подразнює «Рай» (цю навичку виробляють попередньо), тварина має витерпіти біль. Така експериментальна ситуація була створена шляхом встановлення перед «райським» важелем металевої решітки, через яку можна було пропускати електричний струм різної напруги. Чим більша напруга, тим сильніше струм б'є тварину, яка біжить решіткою до важеля. Ступивши на решітку і відчувши біль, щурі або бігли далі, або відступали назад, залежно, головним чином, від його інтенсивності. Виявилось, що задля насолоди, не пов'язаної з

жодними фізіологічними процесами, органічними потребами, шурі витримували біль, приблизно вдвічі сильніший, ніж задля «харчової» та «сексуальної».

Експериментальні методики Дж. Олдса зацікавили багатьох вчених в усіх розвинених країнах, які застосували їх для виявлення й досліджень мозкових «Раю» і «Пекла» не лише шурів, а й багатьох інших видів тварин. Невдовзі ці зони виявили і вивчили у мізках риб, амфібій, птахів, ссавців, зокрема, в дельфінів, мавп і людей. За основними параметрами та характеристиками «Рай» і «Пекло» усіх досліджених видів тварин і людей подібні, співпадають.

До прикладу, відомий американський дослідник поведінки й психіки дельфінів Джон Ліллі вивчав «Рай» і «Пекло» нижчих мавп, які він назвав, відповідно, «Старт-Зона» і «Стоп-Зона». Подразнення «Старт-Зони» мавпи, згідно з описом Дж. Ліллі, робило її енергійною, жвавою і водночас лагідною істотою – її шерсть лоснилась, очі радісно світились, рухи були сповнені вітальною енергією, вона вдячно дивилась на експериментатора і ніжно гладила його руки, здавалось, ще трохи, і тварина приязно заговорить з ним. Водночас, навіть вельми нетривале подразнення «Стоп-Зони» у мозку мавп спричиняло ефект, який Дж. Ліллі назвав катастрофічним. Їхня шерсть ставала дибки, в очах був жах, вони дуже жалібно скавулили й так сильно шкребли експериментальне крісло, намагаючись будь-що вирватись з нього, що зривали собі кігті. Після таких тортур мавпи сідали в кут фізіономією до стіни і сиділи нерухомо, не реагували на жодні спроби контакту, з огидою відштовхували миску з їжею. Але, достатньо було кількох подразнень їх «Старт-Зони», як усі прояви насолоди й вітальної наснаги повертались до них уповні.

Про інші науково значущі (зокрема, для політології) результати експериментальних подразнень мозку мавп електричними імпульсами ви дізнаєтесь з навчального курсу «Зоопсихологія і порівняльна психологія».

«Рай» і «Пекло» у людей виявили нейрохірурги, змушені вторгнутися у мізки хворих і вживлювати електроди у їхній «Рай» з метою лікування дуже важких розладів депресивного характеру, коли інші засоби не допомагають, зокрема, катастрофічних абстиненцій у наркоманів (див.: 4.5.1.; 4.5.5.). Ці подразнення викликають у людей, згідно з їх розповідями, неземне блаженство, надзвичайну піднесеність, яскраві імітації чуттєвих насолод

сексуального та гастрономічного характеру, стан, схожий на дуже приємне алкогольне сп'яніння, загострено приємне сприймання світу і себе в ньому. Подібні за психологічним змістом відчуття та емоційні почування виникають в стані релігійно-містичного екстазу, про який ви дізнаєтесь з навчального курсу «Психологія релігії», під впливом деяких психотропних речовин (див.: 4.5.5.; 4.5.7.), в стані аури, що передує епілептичним нападам (див.: 15.4.1.).

«Пекло» у мозку людей розміщується, як і у тварин, в безпосередній близькості з «Раєм», під ним. Подразнення «Пекла» людини викликають у неї якусь невимовну, але надзвичайно неприємну душевну муку, сповнену стурбованістю і стривоженістю, душевний біль, який сягає рівня нестерпності. Зауважимо, згідно з відомим американським суїцидологом (дослідник феноменології суїциду, самогубства) Е. Шнейдеманом, вирішально-визначальним чинником непатологічного (скоєного не психічно хворою особою) є нестерпний душевний біль...

#### **4.4. Електрична активність головного мозку людини як свідчення його функціонального зв'язку з психікою**

*Електрична активність головного мозку – це спонтанне, постійне, ритмічне, синхронне випромінювання мозковими нейронами електричних імпульсів, які, зливаючись, утворюють хвильові коливання.*

Цей феномен відкрили у 1875 році. Англійський дослідник Е. Бергер вперше записав електричну активність головного мозку людини у 1924 році і назвав цей запис електроенцефалограмою (грец. *electron* – янтар, *enkephalos* – мозок і *grapho* – писати), аббревіатура (скорочено) – ЕЕГ. Електроенцефалограма має вигляд гострих хвильок різних діапазонів (вертикальний вимір) і різної частоти (горизонтальний вимір). Існують чотири електричні ритми головного мозку людини, які відрізняються між собою за частотою та діапазоном коливань. Їх позначили стародавньо-грецькими буквами:  $\alpha$  (альфа),  $\beta$  (бета),  $\delta$  (дельта),  $\theta$  (тета).

Першим записали  $\alpha$ -ритм, який з'являється, коли суб'єкт перебуває у спокійно-бадьорому стані (не спить) із заплющеними очима. Частота  $\alpha$ -ритму – у межах 8-13 коливань за секунду (кол/сек), що відповідає частоті коливань електро-магнітного поля



Землі, тремору (тремтінню) рук алкоголіків, особи в стані сильного хвилювання та як симптом деяких нервових розладів. Найвиразніший  $\alpha$ -ритм – у потиличних відділах мозку, де, як ви вже знаєте, локалізуються центри зору. Він зникає, як тільки суб'єкт розплющує очі, але у деяких осіб залишається і з розплющеними очима. Ці факти, зокрема, свідчать, що  $\alpha$ -ритм якимось чином пов'язаний із зором.

Гострий і стрімкий  $\beta$ -ритм з'являється в стані зосередженої уваги і активної діяльності. Його частота – 15-20 кол/сек.

Повільний, величний  $\delta$ -ритм виникає в стані так званого повільного сну, протягом якого людина не бачить сновидінь. Його частота – 0,5-3 кол/сек. Як тільки фаза повільного сну змінюється фазою швидкого, протягом якої суб'єкт бачить сновидіння,  $\delta$ -ритм зникає, натомість з'являється  $\alpha$ -ритм, а нерідко й  $\beta$ -ритм. Цей факт переконливо свідчить, що якісь ділянки мозку протягом фази швидкого сну активно функціонують, як у бадьорому стані. І в гіпнотичному сні домінує  $\alpha$ -ритм та періодично з'являється  $\beta$ -ритм.

Часом у скроневих ділянках мозку виникають електричні хвилювання частотою 3-7 кол/сек, які позначили буквою  $\theta$ . Вперше  $\theta$ -ритм виявили й записали в процесі вивчення мозку Альберта Ейнштейна. Він спокійно лежав на кушетці, датчики креслили його ЕЕГ, і раптом великий вчений збагнув, що зробив серйозну помилку у важливих розрахунках. Це викликало у нього почування стурбованості. Водночас прилади зафіксували у скроневих ділянках його мозку невідомі до цього хвилювання, які назвали ритмом турботи.  $\theta$ -ритм нерідко з'являється у дітей.

Електроенцефалограма є ефективним засобом діагностики психічних захворювань та руйнацій мозку. Так, у ЕЕГ хворих на епілепсію, і тих осіб, яким ця хвороба загрожує, наявні специфічні дрібні й гострі хвилювання, а під час нападу та безпосередньо перед ним – величезні хвилі, які назвали електричними спалахами. Тонкі, ледь помітні, але безперечні особливості притаманні ЕЕГ осіб, хворих на шизофренію і тих, кому цей психоз реально загрожує. При цьому, у них, здебільшого, всі основні електричні ритми мозку особливо, «надто» нормальні й правильні. В місцях пухлин та крововиливів у мозку ритми або взагалі відсутні, або траурно-повільні. Мозкові ритми можуть деформуватись і під впливом психотропних речовин.

## 4.5. Вплив на мозок і психіку людини психотропних речовин

**Психотропні** (грец. *psychē* – душа і *tropos* – поворот, розворот) **речовини** – сполуки, які викликають відчутні зміни у функціонуванні мозку та психіки. Ці сполуки вводяться в організм через травохід, легені, вени та ін.

### 4.5.1. Основні способи впливу психотропних речовин на мозок і психіку людини

На сьогоднішній день відомо, що психотропні речовини спричиняють: 1) прискорення швидкості руху сенсорних (лат. *sensus* – відчуття) сигналів у нервовій системі; 2) блокування перебігу цих сигналів та, ймовірно, інші деструктивні впливи на них; 3) порушення нормального функціонування мозкових центрів відображення та регуляції поведінки. Найбільш вірогідно, що все це здійснюється, головним чином, посередництвом дії на нейромедіатори (грец. *neuron* – нерв і лат. *mediator* – посередник) – біохімічні речовини, які, зокрема, забезпечують нормальне проходження сигналів через синапси (точки поєднання аксонів – відростків нейронів).

Основний нейромедіатор – серотонін – необхідний і активний реагент не лише міжнейронної передачі сигналів, а й багатьох інших нейрофізіологічних, а відтак, психічних процесів. Так, зменшення концентрації серотоніну призводить до негативно забарвлених, депресивних емоційних станів; незначне збільшення заспокоює, умиряє, стимулює оптимізм і життєрадісність; значне – спричиняє бурхливу веселість і піднесеність. Тому його називають «гормоном щастя».

**Депресія** (лат. *depressio* від *deprimo* – пригнічувати, придушувати) – хворобливий негативно забарвлений емоційний стан (душевний біль, страждання, мука), що супроводжується іншими психічними та соматичними (тілесними) розладами; здебільшого і головним чином проявляється у сталому поганому настрої – або пригніченому, або тужливо-тривожному (ажитована депресія), у немотивованих фобіях (грец. *phobos* – страх), втраті життєвої наснаги тощо.

Функціонування серотоніну забезпечує серотонінергічна нейромедіаторна система, яка, водночас, контролює і регулює

функціонування інших нейромедіаторних систем – ГАМК-ергічної (гамма-аміномасляної кислоти) та моноамінергічної.

Виявлено такі основні види впливу психотропних речовин на нейромедіатори: 1) витіснення та підміна їх схожими за атомно-молекулярним складом та структурою сполуками; 2) блокування їх секреції та надходження; 3) прискорення їх біохімічної реактивності.

Біохімічно-нейрофізіологічні ефекти психотропних речовин каузальним (причинно-наслідковим) чином пов'язані з певними змінами у функціонуванні психіки. Основним змістом цих змін є стимулювання позитивно забарвлених емоційних станів – від легкого, приємного заспокоєння до гострої, надзвичайної насолоди – або/і породження галюцинацій.

*Галюцинації* (лат. *hallucination* – маячня, видіння) – порушення функціонування психіки, суть якого полягає у появі в уяві суб'єкта об'єктів, відсутніх в цей час у полі його сприймання, які, однак, сприймаються ним як відображення реальної, оточуючої його дійсності.

Відносно тривале й інтенсивне вживання переважної більшості психотропних речовин спричиняє психологічну й фізичну залежність від них.

Психологічна залежність від психотропних речовин ґрунтується на вдоволенні, яке спричиняє вживання їх. Інтенсивне бажання повторити, відновити це вдоволення на тлі руйнації психотропною речовиною біохімічних агентів, які продукуються самим організмом і підтримують позитивно забарвлені емоційні стани суб'єкта, і отруєння його організму токсичними залишками цієї речовини спричиняють абстиненцію.

*Абстиненція* (лат. *abs* – внаслідок, через і *teneo* – триматись, утримуватись) загалом, у загально-психологічному контексті – це інтенсивні, вельми відчутні для суб'єкта негативно забарвлені емоційні переживання та дуже неприємні болісні відчуття, зумовлені попереднім вживанням психотропної речовини, присмний вплив якої на момент появи абстиненції вичерпався; введення цієї речовини на якийсь, відносно нетривалий час істотно полегшує або зводить нанівець цей болісний стан.

Абстиненція – основний чинник психологічної залежності від психотропних речовин.

Фізична залежність від психотропної речовини формується внаслідок ґрунтовних руйнацій нею біохімічних процесів і

речовин, головним чином нейромедіаторів, які забезпечують нормальне функціонування мозку і психіки, а відтак, всього організму. Суть кінцевого результату цих руйнацій полягає в тому, що секреція (продукування) необхідних мозку біохімічних сполук катастрофічно зменшується, а психотропна речовина заміняє їх. Тому введення її в організм конче потребують біохімічні процеси у мозку і в організмі як необхідної складової. Абстиненція в стані фізичної залежності дуже важка, здебільшого, нестерпна, може закінчитись летально (смертю), якщо не ввести психотропну речовину, якої потребують біохімічні процеси суб'єкта, або достатньо ефективні замітники їх.

Особи, позбавлені радості буття, насолод від кохання, любові до дітей, батьків, захоплень, праці та ін., а відтак «нудять світом», частіше потрапляють на «гачок» психотропних речовин, особливо ті, котрі ще й страждають від неврозів, соматичних хвороб, виснажливої праці, нестатків тощо. Є й чимало загалом благополучних у основних вимірах життя людини суб'єктів, котрі вживають психотропні речовини з гедоністичних (*грец. hēdōnē – вдоволення, насолода*) мотивів – задля власне вдоволення, «солодкого забуття», «екзотичної» насолоди, пошуку кайфу, «гострих відчуттів», надзвичайних станів і т. ін. Є також особи, генетично запрограмовані на залежність від цих речовин – так звані ядерні наркомани та ядерні алкоголіки, яких перше вживання, відповідно, наркотика чи алкоголю робить залежними від них на все життя.

Найбільш актуальний аспект проблеми залежності від психотропних речовин – зваблювання ними неповнолітніх. Їх «садять на голку» розповідями про неймовірно приємний «кайф», який, мовляв, варто пережити, бо в житті треба спробувати все приємне, а від декількох разів, а тим паче від одного – нічого не буде, тощо. Отже, це проблема і психолого-педагогічна, і юридично-правоохоронна стосовно тих, котрі прилучають юних до наркотиків та інших психотропних речовин.

Більшість західних вчених поділяють психотропні речовини на: *збуджуючі засоби; нейродепресанти; барбітурати і транквілізатори; наркотики; галюциногени і психоделіки.*

#### 4.5.2. Збуджуючі засоби та їх стимулюючі впливи

*Власне психотропні складові збуджуючих засобів: кофеїн, нікотин амфетаміни, кокаїн.*

**Кофеїн** є у каві, чаї, кока-колі, пепсі-колі та ін., які називають малими стимуляторами, бо їх ефект, що приємно збуджує і тонізує, відносно слабкий.

**Нікотин** міститься у тютюні. Він м'яко (не інтенсивно) стимулює секрецію серотоніну, що послаблює нервові і психічне напруження, заспокоює, умиряє. Цей ефект триває приблизно 20 хвилин. Відтак, хочеться знов запалити. Якщо потурати цьому бажанню, задовольняти його, то результат відомий – тютюнова залежність.

**Амфетаміни** – потужні збуджуючі засоби, штучно синтезовані стимулятори нервової системи і психіки, в основі впливу яких лежить значне підвищення концентрації гормону норадреналіну в крові шляхом інтенсифікації його надходження та сповільнення інактивації (розкладання й виведення), що якимось пов'язано з вивільненням катехоламінів та збільшенням їх концентрації у синапсах. Основним змістом збудження, зумовленого норадреналіном, є впевненість у собі, у своїх можливостях, насага до активних дій тощо. Внутрішньовенна ін'єкція великої дози амфетаміну спричиняє потужний спалах гострої насолоди, яку порівнюють з найсильнішим оргазмом, після чого настає стан інтелектуальної екзальтації з нестримним бажанням творити, здійснювати якийсь мисленневий пошук тощо. Суб'єкт не втомлюється, не спить, що, врешті-решт, завершується цілковитим знесиленням. Навіть незначне передозування амфетаміну може спричинити тахікардію, різке підвищення артеріального тиску та інші порушення функціонування серцево-судинної системи, небезпечні для життя й здоров'я.

**Екзальтація** (лат. *exaltus* – дуже високий) – надмірне захоплення кимось або чимось на тлі інтенсивного емоційного та соматичного збудження.

Тривале вживання амфетамінів призводить до хворобливих, здебільшого, безпідставних побоювань, неприємної тривоги, які можуть сягати рівня нестерпності. Цей стан на відносно короткий проміжок часу долається вживанням амфетаміну, що врешті-решт призводить до психологічної амфетамінної залежності, яка може перейти у фізичну.

**Кокаїн** видобувають з листя кущів коки, яка росте у Андах (Південна Америка) на висоті 500-1800 метрів над рівнем моря. Планації коки є також у Індонезії (острови Ява, Суматра), у Мексиці та ін. Кокаїнове збудження носить переважно ейфорійний характер. Порошок кокаїну втягують носом, розчин вводять внутрішньовенно. Алкалоїд кокаїну – *крек* – палять через люльку.

**Ейфорія** (грец. *eu* – добре і *phoreo* – зносити, почуватись) – умиротворено-радісно-піднесений стан, що може сягати рівня блаженства.

Суб'єкт відчуває надходження життєвої енергії, наснаги, відчувається сильним, дієздатним, впевненим у собі і, водночас, спокійно-іронічним та поміркованим тощо. Однак, цей стан досить швидко змінюється доволі неприємним неспокоєм, на тлі якого іноді з'являються слухові галюцинації, що вимагає нових порцій кокаїну задля заспокоєння. Так формується кокаїнова залежність.

#### 4.5.3. Алкоголь як нейродепресант

Основний, вельми поширений *нейродепресант* – це *алкоголь*, який діє на мозок і психіку посередництвом тимчасового пригнічення центрів регуляції дихання у мозковому стовбурі, що зменшує надходження кисню у головний мозок, чим порушує його функціонування. На перших етапах алкогольного сп'яніння суб'єкт відчуває приємне полегшення від тягара життєвих проблем і тиску внутрішніх гальм, заспокоюється, звеселяється, сповнюється оптимізмом, сміливістю, агресивністю тощо. Зі збільшенням дози алкоголю посилюється його нейродепресорний вплив, що виявляється у погіршенні координації рухів, виразності мовлення, чіткості та логічності мислення, спроможності приймати адекватні рішення, сталості уваги і т. ін.

Після вживання великих доз алкоголю виникає хворобливий соматичний і психоемоційний стан, який називають похмілля. Цей стан найкраще «знімається» алкоголем, що є основним шляхом до алкоголізму – залежності від цієї психотропної речовини. Зауважимо, що алкоголь по-різному впливає на представників різних конституційно-антропометричних типів (див.: 15.3.).

#### 4.5.4. Заспокійливий та снодійний ефект барбітуратів і транквілізаторів

**Барбітурати і транквілізатори** – це синтезовані, тобто, штучно створені медикаментозні заспокійливі та снодійні засоби. Існує чимало різновидів цього виду психотропних речовин, які відрізняються між собою за способом дії на мозок і психіку. Невеликі дози барбітуратів викликають стани, схожі на відносно легке алкогольне сп'яніння. Великі – можуть призвести до коми й смерті. Тривале вживання цих психотропних речовин спричиняє послаблення розумової діяльності (мислення, пам'яті, уваги та ін.), зниження життєвої наснаги, інтересу до роботи, до життя взагалі тощо. Барбітуратна абстиненція – дуже важка й небезпечна, вивести з неї надзвичайно тяжко, а в деяких випадках – неможливо, навіть барбітуратами.

Транквілізатори знижують тривогу, психічну й соматичну напругу, посередництвом м'якого сповільнення проходження сенсорних сигналів через синапси. Тривале вживання транквілізаторів спричиняє психічну та фізичну залежність від них.

#### 4.5.5. Психотропний вплив наркотиків та його згубні наслідки

**Наркотики** (грец. *narkē* – затьмарення свідомості) у вузькому, власному розумінні – це **опій** та його похідні, **опіати**, які видобуваються з маку. Психотропно активними компонентами опіатів є **морфін** та **кодеїн**, котрі використовуються в медицині для виготовлення потужних знеболюючих засобів. Опіати блокують сенсорні сигнали, спрямовані до мозкових центрів болю і водночас активують центри вдоволення, насолоди (мозковий «Рай»). Це спричиняє надзвичайну ейфорію, неймовірне блаженство в якомусь прекрасному середовищі поза часом і простором тощо.

Мозок людини продукує невелику кількість речовин, котрі діють так само, але значно менш інтенсивно. Вони називаються **ендорфіни**. Морфін і кодеїн блокують секрецію ендорфінів шляхом заміни їх і доволі швидко зводять її нанівець, що спричиняє фізичну залежність. Воднораз, доза наркотику, необхідна для позбавлення від абстиненції і досягнення ейфорії, стрімко збільшується.

Наприкінці XIX ст. шляхом обробки технічного морфіну оцтовою кислотою та іншими речовинами вчені одержали так званий

«коричневий цукор», вживання якого, як здалось спочатку, не викликає залежності. За це він одержав назву *героїн* (англ. *hero* – *герой, героїчний*). Введений у вену героїн викликає спалах гострого і глибокого блаженства, що триває приблизно 10 секунд і змінюється дуже приємним почуттям благополуччя, «немов в утробного плода, що купається в амніотичній рідині», – як охарактеризував цей стан один з тих, котрі вживали цю речовину. Однак, вельми швидко з'ясувалось, що приблизно 90% суб'єктів, які в межах 3 тижнів регулярно вживають героїн, стають фізично залежними від нього.

Наприкінці 70-х років ХХ ст. вченим вдалось синтезувати ендорфіни. На них покладали великі надії щодо лікування наркоманів та протидії наркотикам. Але, невдовзі виявилось, що штучні ендорфіни викликають ще швидше і ще дужчу залежність, ніж героїн.

І все ж, з жовтня 2018 року в Норвегії 400 наркоманів, яких не рятують від абстиненції жодні засоби, навіть метадон, безкоштовно одержують героїн...

#### 4.5.6. Ейфорія від марихуани і гашишу

Щодо *марихуани і гашишу* – думки дослідників розходяться. Деякі відносять їх до наркотиків, більшість вважають природними заспокійливими засобами. Видобувають ці психотропні речовини з коноплі. Марихуану – з листя та квітів. Гашиш – це камедь з їх верхівок. Власне психотропним компонентом у них є *дельтатетрагідроканнібіол* (ДТГК), вміст якого у марихуані – від 1% до 3%, у гашиші – до 5%. Спрощено-скорочена назва – *канабіс*. Сутність психотропного впливу ДТГК полягає в тому, що він цілковито блокує синтез ацетилхоліну в мозковій тканині.

Марихуану і гашиш палять, як тютюн. Вони викликають і ейфорійний ефект, подібний на опіятний, але значно менш інтенсивний, і видіння, нерідко, чудернацькі, дивовижні. Суб'єкти цих видінь, здебільшого, усвідомлюють, що вони не є об'єктивною реальністю, а розгортаються лиш у їхній уяві. Отже, це – не власне галюцинації, адже, згадаємо, що суб'єкт галюцинацій вважає, що вони є відображенням реальності, того, що справді відбувається навколо нього, оточує його. Отож видіння, викликані дельтатетрагідроканнібіолом, називають *псевдогалюцинаціями* (грец. *pseudos* – *обман*), тобто, несправжніми. Але, він може породжувати і власне галюцинації.



На сьогоднішній день немає достатньо вагомих доказів щодо серйозного руйнівного впливу марихуани та гашишу на психіку та організм людини. Дослідники схиляються до думки, що принаймні марихуана не завдає значної шкоди, не спричиняє катастрофічної залежності. Оптимальна доза цієї «травки» полегшує душевний тягар, витісняє його ейфорійним ефектом. Суб'єкту здається, що його душа «світиться й іскриться» радісним піднесенням та оптимізмом, веселим і добрим гумором, що він тепер розуміє себе й інших і спроможний дійти згоди, як з собою, так і іншими, і т. ін. і т. п.. Великі дози спричиняють розлади моторики тіла, координації рухів, нерідко – агресивність або безпричинний гнітючий страх, що може сягнути рівня доволі важкої абстиненції.

Як відомо, вже в багатьох країнах і штатах США дозволено вживати марихуану, нею навіть лікують розлади невротично-депресивного характеру, як і слабким алкоголем – пивом та вином.

#### *4.5.7. Природні й синтезовані галюциногени або психоделіки*

Поняття «галюциногени» й «психоделіки» виразно не розмежовані, тому у нашому навчальному курсі будемо вживати ці терміни як синоніми.

*Психотропні речовини, вживання яких викликає галюцинації і псевдогалюцинації, називають галюциногенами і психоделіками (грец. psyche – душа і delia – ілюзія, марево).*

Випадків фізичної залежності від галюциногенів та важких абстиненцій, зумовлених вживанням цих психотропних речовин, не виявлено. Але, відомо й вивчено доволі велику кількість досить складних психотичних розладів різного характеру та змісту, які вони спричинили. Чимало з цих розладів закінчились трагічно – глибокою інвалідністю або смертю суб'єкта. З психоделіками пов'язані неймовірні, дивовижні таємниці, від яких перехоплює дух, в них – багато містичного, ірреального, «потойбічного» тощо.

*Містичне (грец. mysticos – таємничий, прихований) – дивовижне, надзвичайне, незбагнене, яке неможливо пояснити за допомогою наявних у людства наукових знань.*

Галюциногени (психоделіки) поділяють на природні та синтезовані. Природні містяться у деяких рослинах, грибах, молюсках. Вони з давніх-давен відомі людям на всіх континентах. Так, в Європі найбільш уживаними психоделічними рослинами були *дурман* або *белла-донна* і *білина*. До прикладу, стародавньо-

грецькі піфії вживали дурман перед спробами зазирнути у майбутнє та іншими актами екстрасенсорного характеру. В добу середньовіччя його називали травою диявола та чаклунів і активно використовували для вивідування таємниць (він «розв'язує» язик), симуляції психічних розладів і т. ін.

Активною психотропною речовиною і в дурмані, і в біліні є **атропін**. Назва походить від імені однієї з трьох доньок стародавньо-грецької богині долі Ананке – Атропос, яка, згідно з античними релігійно-міфологічними уявленнями, перерізає нитку життя людини і цим спричиняє її смерть. В наш час атропін застосовується в медицині: 1) як знеболююче; 2) його капають в очі для розширення зіниць. За цю властивість він одержав назву белла-донна, що латиною означає гарна жінка. Справді, жінка з розширеними зіницями виглядає гарнішою за всіх інших однакових умов. Цей факт неодноразово підтверджували експериментально. Так, якщо досліджуваним показати два фотопортрети тієї самої жінки, котрі відрізняються між собою лиш тим, що на одному з них її зіниці розширені атропіном, то на пропозицію вказати, на якому з них вона гарніша, практично всі оберуть перший, хоча ніхто не може аргументовано пояснити цей вибір. Основний психотропний ефект атропіну – ейфорійна веселість і чудернацькі галюцинації.

Значно більше природних галюциногенів – у Центральній та Південній (Латинській) Америці. Так, індіанці-ацтеки, уічолі та ін. з давніх-давен знають і досить інтенсивно використовують психоделійні властивості бутонів кактуса **пейотль** (деякі автори пишуть – *пейот*), який вони вважають священним. (Назва латиною – *lophophora williamsii*). Після досить складної процедури приготування, ці бутони їдять або вводять через анус. Активна психотропна речовина в пейотлі – **мескалін**, молекули якого за складом і структурою схожі на **норадреналін**. Біохімічні процеси у мозку «не помічають» відмінностей між ними і вступають у реакції з першим як з другим, що спричиняє стан, схожий на вельми приємне алкогольне сп'яніння з чудернацькими видіннями.

До прикладу, американський художник, котрий вжив пейотль з пізнавальною метою, розповів, що спочатку на каміні з'явилась блакитна пляма, яка розлилась у дуже приємне блакитне світло по всій кімнаті. Коробка з сигарами заблищала немов аметист. Виникло дивовижне усвідомлення наближення божевілля і водночас – іронічний інтерес стороннього спостерігача. Прилетіли

барвисті риби, схожі на канарок. Охопило запаморочливе, неймовірно приємне полегшення душі, у якому найбільш виразним почуванням була абсолютна безтурботність. Повітря перетворилась на зелену воду, у якій кишіли різноманітні великі, але «позитивні» мікроби. Залунала бадьора пісня. Пальці рук видовжились і стали схожими на змії. Раптом все це зникло, через що оповідачу стало прикро й сумно. Інший художник малював свої видіння, викликані мескаліном. Ці малюнки дивовижно нагадували структуру судин очних яблук, яку неможливо безпосередньо побачити.

«А чай солений. Зате слина стала такою смачною, що якби це було вино, я б замовив ще пляшечку», – так сказав про свої відчуття, викликані мескаліном, кухар.

Алкоголік розповів, що вжитий ним пейотль спричинив роздвоєння його особистості на п'яного й тверезого. Його «Я» ідентифікувалось з тверезим і намагалось «виштовхати» п'яного геть за свої межі.

Хворий на шизофренію дуже страждав від постійних слухових галюцинацій – голосів, які звучали: 1) ззовні – дуже брутально і нецензурно лаяли та безпідставно звинувачували його у найтяжчих гріхах і державних злочинах; 2) зсередини – в унісон, повільно і вагомо повторювали ці звинувачення; 3) з усіх боків белькотіли щось незрозуміле. Жодні ліки не допомагали і лікарі вирішити дати йому мескаліну з надією хоч на якийсь час трохи полегшити страждання цього нещасного. Результат значно перевершив ці сподівання – голоси одразу змовкли і хворого навіть виписали з лікарні з помітним полегшенням. Дослідники слушно припустили, що цей психоделік якимось чином блокував продукування ендогенного (*грец. endon – всередині і genēs – народжений*), виробленого самим організмом психоделіка, котрий спричиняє шизофренічні галюцинації.

Але, так пейотль може діяти на осіб, не посвячених у пов'язані з ним глибокі таємниці, та й то, не на всіх і не завжди – на декого з тих, що вжили його задля розваги, керовані гедоністичним (*грец. hēdonē – вдоволення, насолода*) мотивом, «священний кактус» взагалі не діє, а у деяких може спричинити доволі серйозні психічні розлади.

Індіанські жерці, посвячені в таємниці пейотля, свято й заповзято бережуть їх століттями. На сьогоднішній день відомо лиш те, що ця посвята – тривалий і складний процес очищення тіла й

душі від бруду хтивості й зла, що, мовляв, відчиняє дверцята у приховані, потаємні глибини власної душі, де й відбувається «зустріч» зі «священним пейотлем», котрий з цього моменту «спілкується» з суб'єктом і водить його потойбічними світами, де він може розмовляти з богами й душами предків тощо.

Попри величезні старання католицьких місіонерів відвернути індіанців від їхніх дохристиянських вірувань та культів, зокрема, від священного для них пейотля, це їм уповні не вдалось. Індіанці успішно інтегрували (*лат. integratio – відновлювати, поповнювати*) своїх богів та духів у християнську віру, до якої їх направили. Так, священний пейотль вони ототожнюють з духом відомого католицького святого Франциска Асизського і вважають, що цей святий (він же – Пейотль) супроводжує їхніх достойників-жреців у світ богів, де вони можуть спілкуватись з самим Ісусом Христом, Матінкою Божою, ангелами, святими. Як пояснив один індіанець-команч: «Біла людина *говорить про Ісуса*, а ми *говоримо з Ісусом* за допомогою Пейотля».

І ще одну властивість мескаліну необхідно згадати. Він може спричиняти телепатичні (*грец. – tēle – далеко, вдалину і pathos – істотні зміни*) феномени – передачу думок, образів уяви, наказів від одного суб'єкта, якого називають індуктор (*лат. inductor – той, хто спонукає, веде, збудник*) іншому – реципієнту (*лат. recipientis – адресат, той, хто одержує*). Цю властивість першим експериментально виявив французький фармаколог Руїйє. «Призначені» ним індуктор та реципієнт, які до цього не виявляли жодних телепатичних та інших екстрасенсорних спроможностей, вжили мескалін. Відтак їх розвели у різні, цілком ізольовані кімнати. Індуктору запропонували довільно, на його власний вибір уявляти будь-які предмети, ситуації і вголос розповідати про те, що породжує його уява. А реципієнту – про те, що в цей час постає в його психіці. Невдовзі перший чітко сказав: «Уявляю бюст поета Данте». Майже одразу другий: «Виразно бачу голову Данте». Далі – перший: «Уявляю вовка». Другий: «Бачу ліс, галявину, відчуваюсь самотньо, з-за дерева на мене дивиться вовк». Експериментального матеріалу такого роду одержано чимало. Є достатньо достовірні дані, що цю властивість мескаліну якимось використовують спецслужби різних країн.

Монах-францисканець Бернардіно де Сахагун у своїй «Загальній історії Нової Іспанії» першим з європейців розповів про психоделійні властивості гриба, якого індіанці-майя назвали

*теонанакатл* і вважали священним. Цей гриб і тепер вважається таким в усіх тих регіонах Латинської Америки, у яких росте. Б. де Сахагун, зокрема, писав: «Вони пили шоколад і їли гриби з медом, <...> дехто плакав, інші <...> тихо похитували головами. У своїх видіннях вони вбивали ворогів, брали їх в полон і гинули самі, полювали на диких звірів і ті пожирали декого з них, ставали багатими, чинили розпусту, перетворювались в камінь. Вони розповідали про таке, коли минала дія гриба.»

До прикладу, докладно занотована розповідь індіаця-сіу про його видіння, які виникли одразу після інтенсивного чаклунсько-шаманського ритуалу з вживанням гриба теонанакатла: «Коли на мене найшло «це», прилетів Великий Орел, велів мені сісти йому на спину і поніс мене над великими горами, серед яких лежали прекрасні долини, такі, як були в нас до приходу білих мерзотників на нашу землю. Великий Орел приніс мене до Месії, який сказав, що землю сіу спаскудили й зіпсували білі негідники, тому індіанцям тепер потрібне інше, чисте місце для поселення, де ця сволота не зможе нас турбувати. Відтак, Месія звелів мені повертатись до своїх людей сіу і сказати їм, що вони мусять постійно танцювати «танок порятунку», а він невдовзі прийде нам на допомогу. Наші вищі духівники мають виготовити для танцівників особливий одяг — вони знають, як це зробити — і зачаклувати його. В такому одязі жодні напасті не торкнуться танцівників-сіу, зокрема, кулі білих ворогів, які намагатимуться перервати «танок порятунку», впадуть на землю, а самі стрільці сконають. Насамкінець Месія сказав, що величезні ями з вогнем і окропом вже приготовлені для всіх білих чортів і невіруючих індіанців, і велів мені повернутись до своїх.»

Навертаючи індіанців до християнської віри, священники-місіонери категорично заборонили теонанакатл, як і пейотль та всі психоделіки. Однак, наvernені індіанці вживали їх таємно і пильно зберігали пов'язані з ними таємниці понад 400 років. Вдруге європейці відкрили теонанакатл у 30-і роки ХХ ст.. Видатний знавець психотропних речовин, швейцарський біохімік і філософ Альберт Гофманн (1906–2008) з науково-дослідницькою метою з'їв 32 сушені теонанакатли і написав про їх вплив таке: «Через півгодини все навколо чудернацьки змінилось, набуло індіанських мотивів. Я розумів, що це, напевне, тому, що я знаю про важливе значення цих грибів для індіанців. Я зосереджено намагався зберігати нормальне бачення навколишнього світу, але, безрезультатно. З розплющеними і

з заплющеними очима я бачив лиш індіанські орнаменти з їх характерними сполученнями барв. Коли наді мною нахилився лікар, щоб зміряти кров'яний тиск, він перетворився для мене в ацтекського жерця, який здійснює жертвопринесення, і я б не здивувався, якби в його руці з'явився обсидіановий ніж. Попри серйозність досліду, я розвеселився, спостерігаючи за тим, як знайоме обличчя мого колеги перетворювалось на цілковито індіанське. Приблизно через півтори години після прийому грибів наступ внутрішніх видінь – а це були, здебільшого, абстрактні картинки, форми і барви яких швидко змінювались, – набув такої стрімкості й розмаху, що я побоювався розчинитись і загубитись у цьому вирі форм і барв. Через 6 годин видіння припинились. Але сам я не знав, скільки вони тривали – відчуття часу не було. Зустріч з реальною дійсністю сприймалась як щасливе повернення на батьківщину з чужого, але, цілком реального світу».

А. Гофман виокремив з теонанакатла психотропну речовину, яку назвав *псилоцибін* (лат. *psilocibes* – *гриб*). У процесі дослідження цієї речовини він зробив значуще наукове відкриття: біохімічною основою псилоцибіну є *індол* – сполука, необхідна нервовим клітинам у відносно великих кількостях для формування й функціонування. Гофман припустив, що нейрони мозку реагують на індол у псилоцибіні, не помічаючи тих його особливостей, котрі порушують їх нормальне функціонування. Невдовзі ця гіпотеза цілковито підтвердилась. Згодом аналогічний принцип впливу виявили у мескаліна та інших психотропних речовин. Відтак, всі вони одержали назву *психотоміметики* (грец. *μίμηο* – *видаю себе за іншого, вдаю, прикидаюсь*).

Відомий американський ботанік і біохімік Терренс Маккена на собі випробував і захоплююче описав надзвичайно потужну психоделійну дію гриба *strofaria cubensis*, який росте у Центральній та Латинській Америці у посліді зебу та корів. Він, зокрема, писав: «Хвиля подиву, що супроводжує зникнення межі між нашим світом та інакшим середовищем, про яке ми й не здогадувались, буває настільки велетенською, що, насуваючись на нас, вона сама собою стає грандіозним екстазом.»

*Екстаз* (грец. *extasis* – *зміщення, захоплення, захват*) – найвищий ступінь захоплення, захвату, що може сягнути несамовитості.

Активним галюциногеном у *strofaria cubensis* є *диметилтриптамін (ДМТ)*, який належить до того самого

сімейства галюциногенів, що й псилоцибін. Його дія вельми потужна, але нетривала – 3–7 хвилин фантастичних, чудернацьких, колоритних галюцинацій, зокрема, – немов перехід у якісь інші, «паралельні» світи. Вживають цей гриб перорально після певної, доволі складної термічної обробки.

Ендемік басейну Амазонки, велетенська водяна лілія *аяхуаска* (лат. назва – *banisteriopsis caapi*), містить не лише ДМТ, а ще й психотропні *алкалоїди гармалін і гармін*. Є чимало описів, у правдивості яких немає підстав сумніватись, що вживання аяхуаски викликає специфічні видіння – індіанці стверджують, що бачать різні, нерідко, дуже далекі місцевості Землі ніби з висоти польоту птаха. Один з вражаючих прикладів: На початку ХХ ст., коли автомобілів було ще дуже мало навіть у розвинених країнах Європи та в США, індіанці, котрі вжили аяхуаску, досить часто питали білих, що то за «апаратос» так швидко носяться по широких гладких вулицях серед великих прямокутних храмів. Воднораз, вони дуже точно, з різними деталями й подробицями описували тодішні мегаполіси, у яких ніхто з них ніколи не був і не міг бути, вони не те що ніколи не бачили авто, а й жодним чином не могли чути про такі «апаратос» тощо. Чимало білих, які слухали такі описи, впізнавали в них Чікаго, Нью-Йорк, Париж та інші міста...

Диметилтриптамін також є: у смолі дерева *вірола* – ендеміка тропічних лісів басейну Амазонки; у мушлях багатьох молюсків по всьому світу (він надає цим мушлям перламутрового відтінку); у грибі *amanita muscaria*, який росте в Азії – від Сибіру до Індії, – та в інших живих організмах.

А. Гофман, котрий відкрив псилоцибін, у 1943 р. синтезував психоделік *диетиламід лізергінової кислоти*, аббревіатура – ЛСД. У його молекулярній структурі є сполуки, подібні і на серотонін, і на індол. ЛСД властиве величезне вибіркоче тяжіння до нервових клітин та колосальна здатність проникати в них. Його психоделічна дія надзвичайно потужна. Підраховали, щоб 100-мільйонне (!) військо тимчасово збожеволіло і цілковито втратило боєздатність, достатньо одного кілограма ЛСД. Якщо людина за один раз прийме більше, ніж одну трьохсоттисячну долю грама (!) цієї речовини, руйнівні наслідки для її психіки будуть катастрофічні і, здебільшого, непоправні.

Передбачити індивідуальну реакцію на допустиму дозу ЛСД неможливо. Як свідчать факти, вона триває від декількох хвилин

до декількох років, варіює від майже непомітної до величезних психічних катаклізмів. Часто у цих реакціях зустрічаються зміни «Я» суб'єкта, котре, зазвичай, спочатку робиться грандіозно-потужним, сповненим неймовірною життєвою наснагою. Суб'єкту здається, що він опинився у Надприродному світі і йому відкрився смисл існування людини на Землі та інші містичні таємниці, які, однак, згідно з твердженнями тих осіб, котрі пережили цей стан, неможливо викласти, передати словами. Все це потужно тішить, звеселяє, супроводжується якоюсь особливою і дуже гострою насолодою. Але, це грандіозно-містично-могутнє «Я», зазвичай, раптово і досить швидко змінюється жахливо-катастрофічним – суб'єкт відчуває, що він немов розвалюється на шматки, зазнає невимовних і нестерпних мук, впадає у пекельне божевілля тощо.

Наводимо, до прикладу, цікаві, на нашу думку, уривки розповідей психічно нормальних людей про їхні переживання під впливом диетиламід у лізергінової кислоти: «Я здіймаюсь у космічне безмежжя музичними акордами і всіма фібрами душі всотую якийсь надзвичайно прекрасний орнамент. Я збагнув істинне значення любові. Дехто називає це Богом, і мені це дуже подобається. Бог є любов і любов є Бог. Але я не можу пояснити словами, що таке любов і хто такий Бог, як я не можу пояснити глухому від народження, що таке звучання музики. <...> Раптом я постав перед троні, котрий виглядав немов у Судний День. Мене охопила жахлива паніка – я відчув, що мене заводять у Пекло. Який нестерпний кошмар!»

«Я розпадаюсь по швах, розкриваюсь немов гарний, стиглий, жовтий апельсин. Яка радість! Я ніколи не почував такого екстазу! Нарешті я вийшов зі своєї товстої жовтої шкіри! Я вільний! Я вільний! <...> Але чому все розвалюється на шматки?! Я розвалююсь... Зараз станеться щось жахливе, чорне-чорне. Мою голову трощать! Який неймовірний біль! Це – пекло. Я в пеклі! Заберіть мене звідси, закликаю, заберіть!»

Сам Гофман, який першим випробував ЛСД на собі, протягом кількох годин бачив власний труп, що плавав у якомусь ірреальному просторі, в якому водночас перебував і він сам, живий та неушкоджений.

Декілька років після синтезу ЛСД чимало містично налаштованих осіб, зокрема й митців, захоплювались ним, тому що він, мовляв, відкриває високі істини й таємниці, показує надзвичайно прекрасні художні образи тощо. Але, швидко



прийшло розчарування. З'ясувалось, що вся ця «екзотика» розгортається тільки у психіці суб'єкта. Те з одкровень і видінь, викликаних ЛСД, що об'єктивується в його творах, виявляється помітно гіршим, ніж створене ним без впливу цього психоделіка, «на тверезу голову».

Найбільш цікаві позитивні властивості ЛСД: 1) може помітно покращити стан деяких психічно хворих, але, далеко не всіх і достеменно невідомо, яких саме; 2) деяким невротикам допомагає відверто виговоритись і в такий спосіб полегшити свій невротизуючий тягар; 3) заміна одного атома ЛСД бромом дає якісний заспокійливий засіб зі снодійним ефектом; якщо прийняти цей засіб, а потім ЛСД, не буде жодного психоделічного ефекту.

Зауважимо, що окрім охарактеризованих вище психотропних речовин, існує чимало інших, серед яких найбільш відомі: *екстазі (МДМА)*; *кхет*; *фенциклідин (ФЦП)*; *СТП*; *споринья – грибок, що паразитує на злакових рослинах (РСР)*; *витяжка з коріння куців ібоги*, яка слугує у віруваннях «бвіті» західно-африканського племені фангі опосередковуючим засобом «спілкування» з духами предків. Видіння, які спричиняє ця витяжка, настільки потужні, реалістичні й жахаючі, що важко і, зазвичай, неоправно травмують психіку і можуть вбити непривичаєних до неї осіб. Тому не лише вживання, а й дослідження ібоги суворо заборонили в усіх західно-європейських країнах і у США ще в 1920 році.

І в наших Карпатах ростуть психоделічні гриби. Справжні карпатські мольфари добре знають їх властивості, однак, ретельно приховують ці знання...

Існують також інші класифікації психотропних речовин, але, немає ні можливості, ні необхідності висвітлювати їх в контексті загально-психологічного ознайомлення з цими речовинами.

Завершуючи висвітлення проблеми впливу на мозок і психіку людини психоделіків (галюциногенів), варто поставити питання, які допоможуть збагнути її глибину та складність: Звідки надходить все те чудернацьке, дивовижне, ірреальне, містичне, «потойбічне», що постає у видіннях, зумовлених цими психотропними речовинами? З прихованих програм мозку, які «вмикає» галюциноген? Чи з якихось інших «місць»? Якщо так, то з яких? Науково обґрунтованих відповідей на ці питання немає. Немає навіть жодної правдоподібної і прийнятної гіпотези.

Гостроту цих питань посилюють відповідні ефекти впливу на мозок людини за допомогою різних новітніх методів та засобів.

Так, стимуляція деяких ділянок мозку слабким магнітним випромінюванням (приблизно 1 мікротесла), які обертають певними складними траєкторіями, викликає сюрреалістично-містичні образи й почування на кшталт спричинених психоделіками. (Майкл Песінгер та ін.). Тобто, не лише деякі хімічні, а й певні електромагнітні впливи можуть вивести мозок зі звичайного режиму роботи і викликати дивовижні, чудернацькі, ірреальні видіння.

Комп'ютерна томографія мозку осіб, які дійсно вміють посправжньому медитувати й молитись, показала, що стани глибокої медитації та глибокого молитовного зосередження суб'єктів «перепрограмовують» їхні мізки зі звичайного режиму, налаштованого на земні реалії, на видіння з «вищих світів» – тих рівнів організації буття, у яких їм відкриваються високі, довершені екзистенційні (щодо смислу існування світу та людини в ньому) істини і охоплює стан неймовірної, екстатичної радості буття тощо. (*Психологія медитації та молитви висвітлюється в навчальному курсі «Психологія релігії»*).

Перепрограмувати мозок людини, тобто, стерти якісь існуючі у ньому програми та ввести в нього інші, зокрема, ірреальні, можна також інтенсивним навіюванням відповідних команд на тлі сильного голоду, жорстокого насильства, жорсткої депривації (*lat. deprivatio – позбавлення*) суб'єкта від пріоритетно значущого для нього середовища, оточення без визначених перспектив повернення туди, стану інтенсивного переляку, жаху. (Енрю Ньюберг та ін.).

#### **4.6. Функціональна специфіка правої та лівої півкуль головного мозку людини**

Істотні відмінності у функціонуванні лівої та правої півкуль головного мозку людини виявив відомий американський нейрохірург і невропатолог Роджер Уолкотт Сперрі. Одного разу він ризикнув розсікти скальпелем нервові зв'язки між цими півкулями, які пролягають через «мозолисте тіло» – «стрічку», що з'єднує півкулі та містить приблизно 4,5 мільйони нейронів, – з метою зменшити частоту і тривалість судомних нападів хворої з дуже важкою формою епілепсії. Це дозволяло, за необхідності, помітно гальмувати на деякий час функціональну активність

кожної з них за допомогою спеціальних засобів. Ця знаменна у медичній науці подія одержала назву «Операція Енджели».

Відтак, Р. У. Сперрі та його учні й послідовники встановили, що люди, у яких загальмована активність правої півкулі, на загал, зберігають здатність розмовляти, спілкуватись посередництвом мовлення, адекватно реагувати на слова, цифри та інші знаки, але, здебільшого, робляться неспроможними адекватно діяти зі знайомими їм предметами, розуміти інтонації голосу, орієнтуватись у просторі, сприймати художні картини, малюнки, світліни та інші зображення предметів і ситуацій, музику, поезію та ті літературні твори і їх фрагменти, у яких алегорично, метафорично, символічно описано образи, і т. ін. Особа з загальмованою лівою півкулею, навпаки, добре дає собі ради з усім цим, але стає нездатною розуміти вербальні конструкції, окрім дуже простих, логічно, «зв'язно» висловлюватись тощо. Відповідно до цих фактів, *ліву півкулю назвали логіко-вербальною, а праву – просторово-образною.*

Однак, цей поділ не суворо однозначний. За умов тимчасового чи постійного гальмування або навіть цілковитого припинення активності однієї з півкуль, інша, зазвичай, більш-менш успішно компенсує її функції. Так, переважна більшість осіб, у яких ліва півкуля довший час взагалі не працює, а функціонує тільки права, здатні адекватно розуміти прості за змістом і конструкцією тексти, речення, правильно висловлювати примітивно-описові судження.

Згодом було встановлено, що півкулі мозку взаємодіють, що кожна з них допомагає іншій ефективно функціонувати. Так, права півкуля швидше, ніж ліва, реагує на будь-яку інформацію – і на образну і на вербальну. У процесі читання наукових і технічних текстів, що вимагає логічного осмислення, більш активна ліва півкуля, але й права працює досить інтенсивно. У сприйманні художніх творів, адресованих здебільшого уяві, образному мисленню та емоційним переживанням, – права за доволі високої активності лівої. Доведено, що ліва півкуля переважає у формуванні й функціонуванні самосвідомості – усвідомленні власного «Я», зокрема, власного тіла, Я-концепції (*див.: 18.3.*). Але й права грає важливу роль у цих процесах. У сприйманні часу – навпаки. У жінок, *на загал*, функціонально домінує (переважає, грає провідну роль тощо) права півкуля, у чоловіків – ліва.

Ці та інші чисельні факти щодо функціональної специфіки та взаємодії півкуль головного мозку людини привели вчених до

гіпотетичного висновку, що відмінності між ними полягають в особливостях опрацювання інформації. Мовляв, права півкуля відображає інформацію, що надходить, водночас і цілісно, в багатьох, а іноді й в усіх її аспектах, параметрах, контекстах, семантичних (сміслових) площинах. А «ліво-півкульне» сприймання й мислення – послідовно, поступово, крок за кроком, тобто, аналітично, спочатку один її зміст, контекст, потім інший і т. д.

Встановлено, що функціональна специфіка правої півкулі є необхідною умовою, складовою і чинником творчості, і художньої, і наукової. (Див.: 9.6.). Так, чимало видатних вчених зазначали, що творчі осяяння приходять до них, оминаючи слова та інші знаки, шляхом якогось безпосереднього інтелектуального бачення більш-менш виразних зорових образів фізичних реальностей, яке вони не можуть описати словами, тощо (Б. Спіноза, А. Ейнштейн, Ф. Кекуле та ін.).

Однак, попри незаперечні й вагомні досягнення у вивченні функціональної специфіки лівої та правої півкуль головного мозку людини (Р. У. Сперрі одержав за них Нобелівську премію у 1981 році), в цій проблематиці поки що значно більше питань, ніж відповідей.

До прикладу, Карен Берн, яка страждала на важку форму епілепсії, зробили розтин мозку через мозолисте тіло, завдяки якій судомні напади та інші епілептичні симптоми істотно послабились, а нерідко, сходили нанівець і зовсім зникали на довший час. Однак, з'явилась нова проблема, яку назвали «синдром чужої руки», – її ліва рука почала «жити своїм життям», притім, не лише окремо від правої, яка «зберегла вірність і послух» своїй власниці, а всупереч її діям. До прикладу, коли права застібує гудзики, згідно з наміром Карен, ліва «самовільно» розстігне їх, так само гасить цигарку, яку жінка припалила правою а то й надає їй болісних ляпасів по обличчю з якихось незрозумілих, невідомих ні К. Берн, ні науці причин...

#### ***4.7. Проблема природи зв'язку мозку і психіки***

Отже, екстирпації та електричні подразнення різних частин головного мозку, ЕЕГ, дія психотропних речовин та інші факти переконливо свідчать, що між біологічними процесами в ньому та психікою існує, принаймні, вельми щільний зв'язок. Але, проблема природи цього зв'язку остаточно не вирішена.

В історії психологічного пізнання було чимало спроб вирішити її. Зокрема, трактувати цей зв'язок за принципом психофізіологічного паралелізму. Найвагомий природничий аргумент таких спроб виразно представлений у «психології свідомості», яку заснував В. Вундт. Сутність цього аргументу полягає в тому, що, мовляв, нейрофізіологічні процеси та психічні феномени супутні, але між ними не може бути зв'язку детерміністичного чи трансформаційного (перетворення одного в інший) характеру, оскільки це порушувало б фундаментальний фізичний закон збереження та перетворення речовин та енергій. Трансформація нейрофізіологічних процесів, які є матеріальними, у психічні, котрі є ідеальними, являла б собою щезнення власне матеріальної енергії, а функціонування нейронів, речовини мозку під детермінуючим впливом психіки – появу матеріальної енергії з нематеріального джерела, що в нашому земному світі не спостерігається. Поняття «психічна енергія», покликане уможливити припущення такого роду зв'язків, залишається і на сьогоднішній день науково не аргументованим гіпотетичним предметом – не вдається виявити хоч якісь об'єктивні, приступні для природничого наукового пізнання показники такої енергії. Отже, на думку прихильників принципу психофізіологічного паралелізму, мозок і психіка функціонують паралельно, без жодних трансформаційних та детерміністичних взаємозв'язків.

Є два варіанти паралелістичного підходу до психофізіологічної проблеми – дуалістичний (лат. *dua* – два) і моністичний (лат. *topo* – один). Перший виходить із визнання самостійності фізіологічної та психічної субстанцій (лат. *substantia* – сутність, начало, те, що лежить в основі), кожна з яких функціонує самотужки. До прикладу, нагадаємо, Р. Декарт вважав, що акти свідомості породжуються безтілесною, ідеальною субстанцією, а життєдіяльність тіла – матеріальною, механістичною. Відтак, душа тільки мислить, а тіло тільки рухається. В процесі життєдіяльності людини вони поєднуються і взаємодіють посередництвом мозкової структури – епіфіза – внаслідок певної, необхідної для цього взаємної відповідності.

Прихильники моністичного паралелізму трактують нейрофізіологічне і психічне як два боки єдиного, цілісного процесу відображення, що розгортаються паралельно. Мовляв, немає жодних ідей, котрі хоча б на йоту наближали до розуміння того, як співвідносяться нейрофізіологічні процеси та психічні

феномени. Наука навіть не знає, як підступитись до цієї проблеми. Отже, немає підстав ставити питання про їх взаємовпливи, взаємоперетворення, будь-які зв'язки субстанційного, а відтак, детерміністичного чи трансформаційного характеру. Можна лиш описувати ті їх взаємовідповідності та взаємодії, про які свідчать незаперечні факти.

Моністично-паралелістична позиція ґрунтується на тому, що нейрофізіологічні процеси у мозку розгортаються під впливом подразнень ззовні та від організму, які діють на чутливі поверхні органів чуття, аферентними нервами досягають мозку, трансформуються там у нейрофізіологічні процеси, котрі формують і регулюють поведінкові реакції на ці подразнення. Водночас паралельно, у внутрішньо-психічному плані виникають ідеальні відображення подразників, які викликали усі ці матеріальні процеси у нервовій системі: відчуття, образи сприймання, емоції, думки і т. ін. А от як вони виникають, залишається таємницею.

Була спроба обійти цю таємницю шляхом тлумачення психічного та нейрофізіологічного як феноменів, котрі неможливо навіть зіставити. Мовляв, аналіз їх співвідношення можна здійснювати у двох планах – онтологічному (*грец. onthos – суще, існуюче, буттєве*) та гносеологічному (*грец. gnosis – пізнання, знання*). Перший – план буття, об'єктивного існування. Другий – план пізнання, відображення. Якщо взяти предмет, що об'єктивно існує, та його відображення в психіці, то з гносеологічного погляду це відображення – ідеальне. Адже у внутрішньо-психічному плані цей предмет не представлений матеріально, там є лиш його ідеальний образ. З онтологічного погляду процес відображення являє собою біологічні реакції у мозку, які є матеріальними. Між цими реакціями і подразниками, що викликали їх, існують якісні та кількісні відповідності, які можна вимірювати, зіставляти і вивчати суворо науковими природничими методами. Психічне не вписується у цю сувору відповідність, що провокує спокусу або усунути його як неістотну складову, як щось зайве, як такий собі епіфеномен (*грец. epi – над і phainomenon – явище, те, що існує*), або трактувати його як специфічний прояв нейрофізіологічного, котрий не має самостійної феноменології. Мовляв, не існує таких психічних явищ, природу яких у майбутньому не можна буде вичерпно пояснити на основі нових знань про їх нейрофізіологічну основу, тобто, звести їх до цієї

основи. Спроби такого спрощеного підходу до психофізіологічної проблеми, такого «розчинення» психіки у нейрофізіології називаються *психофізіологічним редукціонізмом* (лат. *reductio* – відсування назад, повернення до попереднього).

Щодо епіфеноменологічних трактувань психічного Жан Піаже слушно зауважив, що свідомість у них неминуче постає як результат випадкової мутації. Тобто, якщо відображення з метою адаптації самодостатньо функціонує на рівні нейрофізіологічних механізмів, то додаткові психічні регулятори цих процесів не є необхідністю. Але, в такому випадку унеможливується пояснення прогресивного розвитку психіки у філогенезі тваринного світу та в історії людства, зокрема, таких свідомих форм відображення і пояснення світу, як наука, релігія, філософія...

Візьмемо, до прикладу, узагальнене нейрофізіологічне пояснення наступної теми цього підручника – уваги. Доведено, що феномен уваги пов'язаний з активуючим впливом на третій, верхній блок головного мозку ретикулярної формації та інших функціональних структур його першого, нижнього блоку (підкірки). (Див.: 4.2.). Внаслідок цієї активації в корі, яка є основною складовою верхнього блоку, утворюється так зване вогнище високого збудження, оптимальний рівень якого забезпечує виразність, ясність психічних образів тих об'єктів, на які спрямована увага особини, суб'єкта. Така спрямованість лише на якийсь певний об'єкт називається вибірковістю уваги. Нейрофізіологія пояснює цей феномен зосередженням і локалізацією активуючих впливів підкірки у окремих ділянках кори. Відповідно, відволікання уваги і переключення її на інші об'єкти – виникненням інших вогнищ збудження внаслідок перенесення активуючих впливів підкірки в ті місця, у яких ці вогнища «запалюються». Спричиняються такі відволікання й переключення дією більш інтенсивних подразників щодо попереднього, у якому вогнище уваги щойно «палало».

Але, увагу і людей, і тварин привертають не лише інтенсивні, а й, насамперед, найбільш значущі для їх життєдіяльності, для досягнення життєво важливих цілей подразники. Виникає питання: як виразити цю значущість у фізіологічних поняттях, звести її до нейрофізіологічних механізмів? Вочевидь, що це феномен іншої, а саме, власне психічної природи.

Навіть, принаймні, більшість відносно простих поведінкових і органічних реакцій неможливо вичерпно пояснити в межах

нейрофізіології. Попри чутливі поверхні, з яких надходять подразнення, провідні нервові шляхи (аферентні й еферентні), чутливі, рухові й контролюючі центри мозку, в яких відбуваються нейрофізіологічні реакції, виникають ще й відчуття та емоції (тепле, гостре, болюче, приємне, страшне тощо), що є суб'єктивними переживаннями й станами, до яких фізіологічна мова незастосовна. Отож, серйозних спроб вичерпно пояснити нейрофізіологічно та біохімічно вищі психічні функції (свідомість, мислення, уяву, високі почуття тощо) у сучасній науці немає.

Безумовно, необхідно ретельно вивчати взємозв'язки між нейрофізіологічним та психічним. Це – основне завдання психофізіології – галузі психологічної науки, що виникла й розвивається на її межі з нейрофізіологією. Загальна психологія, як навчальна дисципліна, має висвітлювати ті аспекти цих зв'язків, розуміння яких вимагає формування базисних фахових знань студентів-психологів.

#### **4.8. Зв'язок мозку і психіки за принципом кодування інформації**

Збагнути сутність функціональних принципів зв'язків мозку і психіки допомагають основні положення теорії інформації. *Задаємо, що ключові ідеї цієї потужної теорії зародились у лоні системних психологічно-фізіологічних положень, обґрунтованих Г. Прохазкою, І. М. Сеченовим, І. П. Павловим та ін.. Суть цих ідей полягає в тому, що нервову систему і психіку нерозривно поєднують спільні функції – збирання й опрацювання інформації, значущої щодо пристосування живих істот до умов їх життя, та організація ефективного реагування на цю інформацію. Відтак, було встановлено, що пошук, накопичення та використання інформації, значущої щодо забезпечення ефективності функціонування, – необхідна умова і засіб існування усіх систем, що самоорганізуються: біологічних, соціальних, комп'ютерних.*

Нагадаємо, що основною особливістю власне інформації є те, що вона міститься в об'єктах, але не як їх матеріальний елемент, частина, складова їх структури. (*Див.: 2.9.2.*). До прикладу, інваріантна (незмінна) властивість жодної з букв (графем), як і їх варіативні (ті, що можуть змінюватись) властивості (письмова, друкована, велика, мала, з вензелями і т. ін.), котрі утворюють її як



матеріально, об'єктивно існуючий запис, не містять тих мовленнєвих звуків (фонем), які кожна з букв позначає. Інформація про звук, яку несе буква, вноситься в неї, «прив'язується» до неї конвенційно (за домовленістю). Про це красномовно свідчать різні за конфігурацією букви, які позначають той самий звук (фонему) в різних алфавітах: ф – кирилицею, f – латиницею, φ – грецькою тощо.

Доречно згадати, що кирилиця штучно створена грецькими монахами Кирилом та Мефодієм для слов'ян. Вони виписали букви цієї абетки на основі грецького алфавіту і забутих стародавньо-київських літер, які їм вдалось відшукати в Криму. Вона оптимально відповідає звукам слов'янських мов. Мовляв, давайте домовимось (вчинимо конвенційно), що цим значком-буквою – Ж – позначимо звук (артикулюється, вимовляється). З таким самим успіхом цей звук могли б позначити іншим значком, скажімо, – Щ.

Інформація може поєднуватись зі своїм носієм не лише конвенційно, як практично в усіх засобах передачі інформації, створених людьми, а й внаслідок тих чи інших об'єктивних, природних зв'язків. Виразний приклад – сигнали-індекси, якими послуговуються тварини. До прикладу, специфічний за звучанням крик гірського цапа, що інформує стадо гірських кіз про наближення їхнього єдиного природного ворога, який на них полює, снігового барса, пов'язаний з цією інформацією не конвенційно, а якимись природними чинниками. Але, як і у всіляких власних матеріальних властивостях носіїв інформації, матеріальні властивості барса у цьому крикові відсутні. Своєю чергою, у вигляді, запаху барса, звуках та інших ознаках його наближення, які спонукають цапа інформувати стадо криком про небезпеку, цієї небезпеки як такої немає. У «танцях» бджіл немає квітів, є лиш інформація про них. У звуках метронома, які повідомляють собаці про їжу, немає їжі. Їжа і ці звуки є штучно встановленим експериментаторами сигнальним зв'язком шляхом поєднання їх у просторово-часових вимірах.

Отже, *в принципі* будь-яку інформацію можна передати будь-якими засобами. Скажімо, мовленнєву – не лише вокативним чи графічним (письмовим) мовленням за допомогою букв, а й ієрогліфами, іншими малюнками, крапками й тире (азбука Морзе), спалахами світла, жестами цифрами тощо. Відтак, знову-таки *в принципі*, не важливо, який предмет, явище, їх властивість,

співвідношення є носієм тієї чи іншої інформації, але *принципово* важливо, щоб той самий носій завжди однозначно ніс ту саму інформацію. Інакше унеможлиблюється адекватність відображення й реагування. Інша справа, що якийсь об'єкт може нести різну, навіть протилежну за змістом інформацію залежно від певних обставин, про які мають повідомляти додаткові носії інформації. До прикладу, на те чи інше значення омоніму вказує зміст висловлювання, у якому він використовується. (Див.: 2.9.2.). Зрозуміло, що у виборі й розробці носіїв інформації люди керуються насамперед їх зручністю, ефективністю у використанні.

Носії інформації називаються сигналами (*лат. signum – знак*). Тобто, *сигнал – це засіб передачі інформації а також структурна одиниця її*. До прикладу, кожна буква у письмово-мовленнєвій інформації є сигналом, як найменшою структурною одиницею такої інформації. Об'єкт виступає як сигнал, коли він повідомляє про якість інші об'єкти, тобто, набуває функції і значення носія інформації про них. Щоб об'єкт набув функції носія інформації (сигналу), його певні властивості мають бути однозначно співвіднесені з тими властивостями об'єкта, про які він повідомляє.

До прикладу, світлочутливі інгредієнти фотографічних приладів однозначно співвідносяться з конфігураціями, просторовими формами тих об'єктів, які мають бути зображені на світлині. Своєю чергою, зі структурами, що утворились у цих інгредієнтах, однозначно співвідносяться зображення на світлинах, які не мають нічого спільного у матеріальному субстраті із зображеним, крім інформації про його зовнішній вигляд, просторові форми, що і є метою збирання, збереження й передачі інформації за допомогою фотографування. Так само за принципом однозначного співвіднесення динамічних структур трансформується інформація у телевізійних засобах її передачі: у фоточутливих процесах відеокамер; цих процесів – у електромагнітних коливаннях в ефірі; цих коливань – у приймаючих приладах; і таким чином – до зображення та озвучення цієї інформації на телеекранах.

*Сувора взаємна відповідність множин станів у структурах попередньої та наступної ланок передачі інформації називається ізоморфністю (грец. izos – однаковий і morfe – форма).*

Ізоморфне відношення множини станів інформації до множини станів її джерела визначає ту загальну форму взаємної

впорядкованості (але не ідентичності, не тотожності) цих двох множин, яка робить сигнал кодом джерела інформації. В цьому полягає сутність коду, який зберігає необхідні відомості про об'єкт у перетвореному, прихованому від безпосереднього сприймання, зашифрованому вигляді. Сутність перекодування, своєю чергою, полягає у такому перетворенні характеристик елементів та їх співвідношень у множинах, що утворюють сигнали, не порушуючи ізоморфізму інформації, що перекодується.

*Ізоморфний перехід інформації від попередньої до наступної ланок її передачі називається перекодуванням.*

**Код** – це вид сигналів як найменших структурних одиниць для передачі певної інформації. До прикладу, код письмової інформації про мовлення – букви, які однозначно відповідають звукам, а їх поєднання – словам, реченням.

**Алфавіт** – система сигналів коду. До прикладу, комп'ютерний алфавіт складається з двох кодових сигналів – 1 і 0. Алфавіт шифрування органів безпеки – з усіх десяти цифр. Для означення кожного об'єкта (предмета, явища, дії, властивості тощо) беруть п'ять цифр і поєднують їх певним чином за домовленістю (конвенційно).

*Процес ізоморфного відображення за допомогою коду називається кодуванням.*

*Утворена кодуванням інформаційна структура називається інформаційною моделлю (лат. *modulus* – міра, зразок, копія).*

Для утворення інформаційної моделі необхідно, щоб об'єкт, який моделюється, так взаємодіє з системою, котра кодує, щоб утворювались відповідні ізоморфні структури.

Застосування понять інформатики в підході до проблеми природи зв'язку мозку і психіки дозволяє припустити, що нейрофізіологічні та психічні процеси суб'єкта, особини являють собою низку перекодованих моделей відображеної ними інформації. Так, на етапі її отримання відбувається кодування подразників, що діють на чутливі поверхні органів чуття, дуже складним кодом біохімічних реакцій у цих поверхнях у відповідь на цю дію. Біохімічні моделі цих подразників, що утворюються таким чином, відразу перекодовуються, моделюються в ізоморфні їм електрохімічні імпульси у відповідних аферентних волокнах. Наступне перекодування – в біохімічні реакції в тих ділянках мозку, у які надходять сигнали від цих аферентних волокон, що є основою ізоморфних цим реакціям мозкових нейрофізіологічних

процесів. Нарешті, ці процеси перекодовуються у ізоморфні їм психічні процеси і стани. Так само можна прослідкувати перекодування в процесі опрацювання інформації та організації реакцій на неї.

На жаль, поки що дуже мало відомо про біохімічне, нервово та психічне перекодування, моделювання інформації, яку опрацьовує жива істота. Найважливіший прояв цих процесів – активний пошук, добір (відбір) та оцінка інформації з позицій її придатності щодо адаптації.

### **Контрольні запитання та завдання**

1. В чому полягає головна складність психофізіологічної проблеми?
2. Висвітліть значущі щодо розвитку наукової психології та помилкові позиції у «френології» Франца Галля.
3. Розкрийте основний зміст тих виявлених науковцями фактів, які неспростовно свідчать про структурно-функціональні зв'язки головного мозку й психіки людини.
4. З чого складається головний мозок людини?
5. Назвіть психічні функції основних структурно-функціональних блоків мозку людини та їх складових.
6. Що таке симультанний синтез?
7. Які структури мозку і яким чином забезпечують писання?
8. Що показали екстирпації гіппокампа Генрі Малайсона?
9. Що виявляють і вивчають за допомогою подразнень різних структур і ділянок мозку електричними імпульсами та іншими реагентами?
10. Розкрийте основний психологічний зміст відкриття, яке зробив Дж. Олдс за допомогою методу вживлення електродів?
11. Як вимірюють інтенсивність вдоволення, насолоди?
12. Яку за змістом насолоду приносить подразнення різних точок мозкового «Раю»?
13. Яких за змістом страждань завдає подразнення «Пекла» у мозку?
14. Що таке «Старт-Зона» і «Стоп-Зона» за Дж. Ліллі?
15. Що спричиняє подразнення «Раю» і «Пекла» у мізках людей?
16. Розкрийте основний психологічний зміст електроенцефалограми (ЕЕГ) та електричних ритмів мозку людини.
17. Що таке психотропні речовини і чому вони розглядаються в контексті теми «Мозок і психіка. Психофізіологічна проблема»?
18. Охарактеризуйте основні способи впливу психотропних речовин на мозок і психіку людини.
19. Що таке психічна і фізична залежність від психотропних речовин?

20. Назвіть збуджуючі засоби та охарактеризуйте їх стимулюючі впливи.

21. Чому алкоголь назвали нейродепресантом?

22. Розкрийте основний зміст заспокійливого та снодійного ефекту барбітуратів і транквілізаторів.

23. Назвіть природні та синтезовані наркотики і висвітліть зміст їх психотропного впливу та його катастрофічно згубних наслідків.

24. Охарактеризуйте марихуану і гашиш як психотропні речовини та їх ейфорійний вплив на психіку людини.

25. Що таке дельтагідроканнібіол і канабіс і як вони впливають на мозок і психіку людини?

26. Опишіть белла-донну, біліну, кактус пейотль, гриб теонананакатл як природні психоделіки і їх вплив на психіку.

27. Що таке атропін, мескалін, псилоцибін, індол, психотоміметик і як кожен з них діє на мозок і психіку?

28. Охарактеризуйте диметилтриптамін (ДМТ) як активну речовину психоделічних грибів *stropharia cubensis*, *amanita muscaria*, водяної лілії аяхуаски, дерева вірола та інших живих організмів.

29. Що таке диетиламід лізергінової кислоти (ЛСД) і як він впливає на психіку людини?

30. В чому полягає основна проблема впливу психоделіків на психіку людини?

31. Що чинить на психіку людини вплив, подібний за змістом на дію галюциногенів (психоделіків)?

32. У чому полягає функціональна специфіка правої та лівої півкуль головного мозку людини?

33. Розкрийте сутність спроб вирішити проблему зв'язку мозку і психіки з позицій психофізіологічного паралелізму.

34. Доведіть хибність спроб звести психічне до нейрофізіологічного.

35. Охарактеризуйте поняття: інформація, сигнал, ізоморфність, перекодування, код, алфавіт, інформаційна модель.

36. Доведіть високий ступінь вірогідності гіпотези, що нейрофізіологічні та психічні процеси суб'єкта, особини є низкою перекодованих різними біологічними кодами моделей відображеної ними інформації.

## Короткий термінологічний словник до Частини I.

### А

**Абстиненція** – це інтенсивні, вельми відчутні для суб'єкта негативно забарвлені емоційні переживання та дуже неприємні, болісні відчуття, зумовлені попереднім вживанням психотропної речовини, приємний вплив якої на момент появи *a.* вичерпався; введення цієї речовини на якийсь, відносно нетривалий час істотно полегшує або зводить нанівець цей болісний стан. *A.* – основний чинник психологічної залежності від психотропних речовин.

**Абстрагування** – ідеальне (не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) виокремлення й відокремлення властивостей об'єктів; одна з основних операцій понятійного мислення людини.

**Абстрактне** – ті чи інші властивості об'єктів, мисленнєво виявлені, виокремлені, узагальнені в окремому понятті і позначені (названі) словом.

**Адаптація або пристосування живого організму** до умов середовища існування – це його вибіркове реагування на актуальні для нього подразники з метою виживання (підтримки оптимального метаболізму, захисту від загрози руйнації та загибелі тощо).

**Алфавіт** – система сигналів коду. До прикладу, комп'ютерний алфавіт складається з двох кодових сигналів – 1 і 0.

**Амбівалентність почуттів** – кожне стале почуття містить свою редуковану (значно менш інтенсивну) протилежність: любов – ненависть і навпаки, ненависть – любов, напруга якої поступово зростає до певної межі, на якій розряджується і послаблюється.

**Аналіз** (грец. *analysis* – розкладання, розчленування) – ідеальне (не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) розчленування об'єктів з метою виявлення в них тих чи інших властивостей, особливостей. *A.* – це водночас **синтез** – ідентифікація аналітично виявлених властивостей, тобто, актуалізація в свідомості суб'єкта наявних у нього знань про ці властивості; у психіці особини – її досвіду щодо цих властивостей. До прикладу, будь-яке речення, що пов'язує підмет з присудком, являє собою нерозривну єдність *a.* і *c.*

**Анімізм** (лат. *anima* – душа) – це віра в існування душ – невидимих двійників усіх предметів і явищ, які ще не поділялись на живі й неживі; основна функція *a.* в уявленнях суб'єктів анімістичних вірувань – рухання, оживлення, спонукування до активності чи пасивності, дієвості чи бездієвості «свого» тіла.

**Антиципація** (лат. *anticipatio* – передбачення) **підкріплення** – очікування, що ґрунтується на відповідному передбаченні, біотичного подразника (підкріплення), котрий має бути після одержання сигналу (абіотичного, умовного подразника). Цього очікуваного ще немає у рецептивному полі особини, вона ще не сприймає його, але його образ у

якійсь формі вже постає у її психіці. Це – достатньо вагома підстава для припущення, що *а. п.* є психічним феноменом, який належить до семантичного поля уяви, протоуявою, філогенетичним зародком і базисом уяви.

**Асоціація** (лат. *associatio* – поєднання, з'єднання) – актуалізація у психіці (поява в образах сприймання, уяви, у спогадах, в думках) якогось об'єкта стимулює появу в ній інших об'єктів, пов'язаних з актуалізованим якоюсь із видів *а.*: 1) за суміжністю (ці об'єкти колись сприймалися суб'єктом сукупно у просторовому й/або часовому вимірах); 2) за подібністю (ці об'єкти мають щось подібне, схоже, однакове); 3) за контрастом (вони різні дихотомічно – як протилежно-доповнюючі).

## Б

**Багатовимірні опитувальники самозвіту** дозволяють одержувати кількісні показники доволі розлогих комплексів різних психічних властивостей особистості. *Б. о. с.* використовуються у клінічно-психологічних вимірах, у психологічному консультуванні, для визначення професійної придатності, професійної компетентності тощо.

## В

**Валідність** (англ. *valid* – придатний, дійсний, спроможний) показує, чи методика виявляє і вимірює саме ті властивості, для виявлення і вимірювання яких вона створена, і чи дозволяє вона передбачати саме ті прояви, передбаченню яких мала б слугувати.

**Відображення живого організму** – це впізнавання ним актуальних (життєво важливих) для нього біотичних подразників серед усіх тих, які діють на нього водночас з ними в оточуючому його середовищі.

**Відображення з метою адаптації** – найбільш істотна, спільна, однакова властивість усіх живих організмів та основні функції нервової системи і психіки на всіх рівнях їх організації.

## Г

**Гальмування** (центральне) – це активний нейрофізіологічний процес, збудження, котре гальмує інші процеси збудження у нервовій системі. *Г.* забезпечує найбільш актуальні для живої істоти адаптивні реакції, дії від усіляких менш важливих реакцій, дій, які можуть перешкодити більш актуальним, зруйнувати їх.

**Галюцинації** (лат. *hallucination* – маячня, видіння) – порушення відображення дійсності, суть якого полягає у появі в уяві суб'єкта образів об'єктів, відсутніх в цей час у полі його сприймання, котрі, однак, сприймаються ним як відображення реальної, навколишньої дійсності.

**Галюциногени або психоделіки** (грец. *psyche* – душа і *delia* – ілюзія, марево) – психотропні речовини, вживання яких викликає галюцинації,

галюцинаторні видіння. Випадків фізичної залежності від *г.* або *п.* та важких абстиненцій, зумовлених вживанням цих психотропних речовин, не виявлено. Але, відомо й вивчено доволі велику кількість складних психотичних розладів різного характеру та змісту, які спричинили ці речовини, головним чином, синтезовані, тобто, створені штучно.

## Д

**Депресія** (лат. *depressio* від *deprimo* – пригнічувати, придушувати) – хворобливий, негативно забарвлений емоційний стан та тлі втрати життєвої наснаги: або пригніченість і туга, або тривога (ажитація) і фобії (грец. *phobos* – страх), що, зазвичай, супроводжується іншими психічними та соматичними (тілесними) розладами.

## Е

**Ейфорія** (грец. *eu* – добре і *phoreo* – зносити, почуватись) – умироврено-радісно-піднесений стан, який може досягати рівня блаженства.

**Екзальтація** (лат. *exaltus* – дуже високий) – надмірне захоплення кимось або чимось на тлі інтенсивного емоційного та соматичного збудження.

**Експеримент** (лат. *experimentum* – проба, дослід) – це штучне створення умов, за яких феномени, що вивчаються, виявляють свої істотні властивості. Якщо якісь прояви об'єкта, котрий експериментально вивчається, щоразу з'являються внаслідок організованого експериментаторами впливу на нього певних чинників, то це вказує на причинно-наслідковий зв'язок між цими чинниками та проявами. Все те, що зазнає експериментальних змін, називається **змінними з.**, які вводить експериментатор, – це чинники, котрі мають впливати на об'єкти, що вивчаються, бажаним для нього чином. Вони називаються **незалежними з.** Внаслідок впливів *н. з.* відбуваються певні зміни у досліджуваних об'єктах, які зазнають цих впливів. Ці об'єкти називаються **залежними з.** Умови проведення *е.* називаються **контрольованими з.** **Проміжні з.** знаходяться між *н. з.* та *з. з.* і опосередковують впливи перших на другі. *Е.* поділяють на **природні та лабораторні.** **Лабораторні е.** проводяться у спеціально створених дослідниками умовах. **Л. е.** дозволяє точно дозувати та обчислювати впливи *н. з.* (їх силу, тривалість, послідовність, комбінації) та прояви *з. з.* (їх зміст, характер, інтенсивність тощо). **Природні е.** – це дослідження психологічних результатів певних впливів на досліджуваних безпосередньо у процесі їх діяльності. Найбільш поширені *п. е.* – психолого-педагогічні, які мають на меті сформувані, виховати, розвинути у досліджуваних певні риси, властивості, здатності чи допомогти їм позбутися якихось негативних рис тощо. Такі *е.* називаються **формувальними та розвивальними.**

**Екстаз** (грец. *extasis* – захоплення, захват) – найвищий ступінь захоплення, захвату, що доходить до несамовитості.



**Екстрасенсорне** (англ. *extra-sensory* – позачуттєве, що виходить за межі органів чуття) – феноменальні спроможності, які полягають понад відомими можливостями психіки людини, зокрема, щодо приймання й передавання інформації, бачення майбутнього й прихованого в часових і просторових вимірах, впливу на функціонування свого та інших людей організмів, на тварин, рослини, погоду, на неживі предмети.

**Електрична активність головного мозку** – це спонтанне, постійне, ритмічне, синхронне випромінювання мозковими нейронами електричних імпульсів, які, зливаючись, утворюють хвильові коливання.

**Електроенцефалограма (ЕЕГ)** – запис електричної активності головного мозку, який має вигляд гострих хвилюнок різних діапазонів (вертикальний вимір) і різної частоти (горизонтальний вимір). Є 4 електричні ритми головного мозку людини, які відрізняються між собою діапазоном та частотою коливань:  $\alpha$ -ритм з'являється, коли суб'єкт перебуває у спокійно-бадьорому стані із заплющеними очима; частота  $\alpha$ -ритму – 8-13 кол./сек.; гострий і стрімкий  $\beta$ -ритм з'являється в стані зосередженої уваги і активної діяльності; частота – 15-20 кол./сек.;  $\delta$ -ритм виникає в стані повільного сну, протягом якого людина не бачить сновидінь; частота – 0,5-3 кол./сек.;  $\theta$ -ритм часом виникає у скроневих ділянках мозку в стані стурбованості; частота – 3-7 кол./сек.

## I

**Ідеалізм** (франц. *idealisme* від грец. *idea* – ідея) – сукупність філософських вчень, які стоять на тому, що ідеальне є генетично первинним, а матеріальне, нежива й жива природа, похідним від ідеального, його творінням. **I** поділяють на **об'єктивний** і **суб'єктивний**. Основний зміст **o. i.** полягає в тому, що ідеальний (і нематеріальний, і абсолютно досконалий) Дух створив матеріальний світ і людину в ньому як суб'єкта свідомості – нижчого, обмеженого ідеального буття. Органи чуття людини відображають цей світ таким, яким він існує насправді та незалежно щодо відображення його у людській психіці. З позицій **c. i.**, людям лише здається, що існує матеріальний світ. Насправді, все, що є у світі, – суто психічні феномени, котрі ми приймаємо за існуючу незалежно від нашої психіки реальність. Розмаїття світу – лиш розмаїття відчуттів, образів сприймання та уяви і знань про це, поза якими не існує ні світу, ні тіла людини, у якому, нібито, міститься її душа, тощо. **C. i.** представлений низкою різновидів, на полюсах якої – соліпсизм і символізм. **Соліпсизм** визнає єдиною існуючою реальністю лиш суб'єкта, котрий усвідомлює себе. Послідовники **символізму** стоять на тому, що матеріальний світ існує реально й незалежно від людської психіки (якщо її не буде, він буде), але відображається у ній не таким, яким він є насправді, а у зміненому вигляді – постає в психічних образах не як ідеальні копії матеріальних об'єктів, а як їх символи, котрим притаманна тільки або якась схожість з реальними феноменами, або якась вказівка на них, щось на кшталт назв та імен.

**Ізоморфність** – суворо взаємна відповідність множин станів у структурах попередньої та наступної ланок передачі інформації (перекодування).

**Інтерв'ю** – один з найстаріших і найбільш поширених методів одержання інформації від особи. В процесі інтерв'ю дослідник задає питання, які його цікавлять, респонденту і вислуховує його відповіді на них. І. поділяють на *стандартизовані* і *нестандартизовані* (*структуровані* і *неструктуровані*).

**Інтроспекція** (лат. *introspectare* – *дивитись всередину*) – метод пізнання психіки, який ґрунтується на тому, що, по-перше, всі процеси і стани своєї психіки людина усвідомлює, по-друге, що пізнати зміст відкритого лиш свідомості людини (її думок, переживань, бажань, образів, спогадів тощо) може тільки свідомість цієї людини за допомогою інтроспекції як *самоусвідомлення на основі самоспоглядання*.

**Інформаційна модель** – інформаційна структура, утворена кодуванням і перекодуванням.

**Інформація** – повідомлення про об'єкти, їх властивості, співвідношення за допомогою сигналів.

## К

**Код** – це вид сигналів як найменших структурних одиниць для передачі інформації. До прикладу, код письмової інформації про зміст мовлення – букви, які однозначно відповідають звукам, а їх поєднання – словам, реченням.

**Кодування** – процес ізоморфного відображення за допомогою коду.

## Л

**Левітація** (англ. *levitation* – *здіймання в повітря*) – підняття в повітря свого тіла, утримання його в такому стані, літання за допомогою суто психічних зусиль.

**Летаргія** (грец. *lēthe* – *забуття* і *argia* – *бездіяльність*) – стан, схожий на сон, основними ознаками якого є: цілковита відсутність реагування органів чуття суб'єкта на подразнення та інших проявів життя, істотне сповільнення усіх фізіологічних процесів; л. може тривати від декількох годин до декількох десятиліть.

## М

**Матеріалізм** (лат. *materia* – *речовина*) філософська течія, представники якої виходять з того, що матерія – первинна субстанція, котра на певному етапі свого спонтанного саморозвитку породила ідеальне – психіку, яка також шляхом саморозвитку досягла рівня людської свідомості. Сама ж матерія ніким не створена, а існувала та існуватиме завжди. Однак, якщо матерія існує як така «дурна нескінченність» (Гегель) у просторі й часі, то постановка питання про її

первинність щодо продукту її спонтанного саморозвитку – ідеального – безглузда у вимірі Всесвіту без початку і кінця у часовому вимірі.

**Марихуана і гашиш** – психотропні речовини, які видобувають з коноплі. Психотропний компонент *м. і г.* – *дельтатетрагідрокаannabinіол* (ДТГК). Скорочено – *канабіс*. *М. і г.* палять, як тютюн, що викликає і ейфорійний ефект, подібний на опіатний, але значно менш інтенсивний, і уявні видіння. Суб'єкти цих видінь, здебільшого, усвідомлюють, що вони не є об'єктивною реальністю, а розгортаються лиш у їхній уяві. Тому їх називають *псевдогалюцинаціями*. Немає вагомих доказів щодо серйозного руйнівного впливу *м. і г.* на психіку та організм людини. Однак, великі дози спричиняють розлади моторики тіла, координації рухів, нерідко – агресивність або гнітючий страх.

**Медитація** (лат. *meditation* – *думати, розмірковувати*) – глибоке зосередження суб'єкта з метою проникнення у глибинні, неусвідомлювані у звичайному стані психіки духовні пласти власної душі, в яких, мовляв, закладено найважливіші екзистенційні (смісло-життєві) істини, справжня сутність людини взагалі і його власна зокрема, тощо.

**Методика** – це процедура (послідовність, взаємопов'язаність) розгортання певного комплексу дослідницьких дій, операцій, спрямованих на виконання поставлених завдань.

**Методологічні принципи** (лат. *principium* – *основоположне, першопочаток*) – стратегічно-визначальні, базисні положення методології, теорії, концепції.

**Методологія** – теоретична основа наукового методу; положення щодо сутнісних, істотних властивостей об'єкта дослідження, на основі яких визначають методологічні принципи, розробляють методи, засоби, прийоми, методики вивчення цього об'єкта.

## Н

**Надійність метода** означає, що всі без виключення застосування його самого і його модифікацій в роботі з різними чи з тими самими досліджуваними дають прийнятно подібні між собою результати.

**Наркотики** (грец. *narkē* – *затьмарення свідомості*) у вузькому розумінні – це *опій* та його похідні, *опіати*, які видобувають з маку. Психотропно активні компоненти опіатів – *морфін* і *кодеїн*. Вони блокують сенсорні сигнали, спрямовані до мозкових центрів болю і, водночас, збуджують центри насолоди («Рай»). Це спричиняє потужну ейфорію, блаженство. Мозок людини продукує *ендорфіни* – речовини, котрі діють так само, але значно менш інтенсивно. *Н.* швидко зводять секрецію *е. нанівець*, що спричиняє психологічну, а відтак, фізичну залежність від них. Шляхом обробки *м.* одержали «коричневий цукор», вживання якого, як здалось спочатку, не викликає залежності, за що його назвали *геройном* (англ. *hero* – *герой, героїчний*). Однак, невдовзі

з'ясувалось, що 90% суб'єктів, які в межах 3 тижнів регулярно вживають *z*, стають фізично залежними від нього. У 70-х р.р. XX ст. синтезувати *e*. На них покладали великі надії щодо лікування наркоманів. Але, невдовзі виявилось, що штучні *e*. викликають ще швидше і ще дужчу залежність, ніж *z*.

**Науковий метод** (грец. *methodos* – спосіб пізнання, дослідження) – це спосіб вироблення науково значущих матеріалів та відповідні йому засоби, прийоми, методики досліджень.

**Наукові принципи** – це основоположні, засадничі, вихідні, стратегічно-визначальні положення наукових досліджень.

**Несвідоме** – це, за Фройдом, «глибоке» й «темне» сховище потягів – примітивних, тваринних інстинктивних спонук, а також потреб, бажань, фантазій, мрій, знань суб'єкта, зміст яких докорінно суперечить його самосвідомості (знанням про себе і ставленню до себе), загрожує їй руйнацією і через це є неприйнятним для нього. Тому цей зміст витісняється у *n.* сферу його психіки і міцно утримується там механізмами «психічного захисту». Ці механізми функціонують на *n.* рівні, тобто, суб'єкт нічого не знає про їх дію, вплив на його психіку, незалежно від того, знає він про існування таких механізмів чи не знає. На *n.* рівні психіки людини функціонують також: установки, автоматизми, інтуїція та ін.. Деякі вчені стверджують, що у *n.* сфері психіки людини закладено високі духовно-ціннісні орієнтації.

**Нестандартизовані (неструктуровані) інтерв'ю** побудовані так, що респонденти можуть давати довільні й розгорнуті відповіді, аргументувати й обгрунтовувати їх тощо.

**Норми** – це стандартизовані кількісні показники рівня розвиненості (вираженості) тих феноменів, які вимірюються. Кількісні показники одержаних даних зіставляють з відповідними *n.*, що є визначенням рівня їх розвиненості: низький, середній, високий.

## О

**Об'єктивний ідеалізм** – див.: *Ідеалізм*.

**Одновимірні тести** – це опитувальники самозвіту, за допомогою яких виявляють і вимірюють від однієї до трьох психічних властивостей.

**Особистість** – це психічна система, у якій нерозривно взаємопов'язані всі психічні процеси, стани і властивості; суб'єкт свідомості, знань, умінь, навичок, спрямованості, діяльності, поведінки. (Більш розлоге визначення *o.* див.: *Термінол. словник до Ч. III.*)

## П

**«Пекло»** (за Олдсом) або **«Стон-Зона»** (за Ліллі) – ділянки в головному мозку хордових, зокрема, людини, подразнення (збудження) яких спричиняє інтенсивні негативно забарвлені емоційні стани (страждання, психічний біль).

**Перекодування** – ізоморфний перехід інформації від попередньої до наступної ланок її передачі.

**Персоніфікація** (лат. *persona* – особа, особистість і *facio* – робити) – приписування об'єктам (предметам і явищам) живої та неживої природи людських властивостей, зокрема, наявності в них такої самої душі (аніми), як в людей.

**Підкріплення** – чинник утворення і функціонування сигнального зв'язку (умовного рефлексу); це – той біотичний подразник, те життєво важливе для тварини (необхідне, сприятливе чи несприятливе, небезпечне), про яке сигналізує умовний подразник. Умовний подразник набуває сигнальної функції завдяки *n.*

**Підсвідоме (передсвідоме)** – це досвід суб'єкта, що зберігається в його пам'яті, доступний для нього самого, який за його власним бажанням чи під впливом якихось інших чинників може видобуватись звідти і поставати в його свідомості.

**Подразливість** – здатність живих організмів реагувати на речовини та енергії, життєво значущі щодо їх метаболізму, змінами свого біохімічного і фізіологічного стану.

**Подразнення** – процес біохімічних та фізіологічних змін в організмі під впливом подразників.

**Подразник** – об'єкт, вплив якого на організм спричиняє в ньому подразнення.

**Поняття** – це знання про спільні, однакові, мисленнєво виявлені й узагальнені властивості тих об'єктів (предметів, явищ, дій, властивостей, співвідношень тощо), які охоплюються кожним поняттям.

**Предмет загальної психології** – найбільш загальні, тобто, основні, фундаментальні психічні феномени, з яких складається і посередництвом яких формується та функціонує психіка людини. Ці феномени узагальнено в базових загально-психологічних поняттях: *психічні процеси; психічні стани; психічні властивості особистості.*

**Принцип генетичний** (грец. *genos* – рід, походження) скеровує досліджувати психічні феномени з позицій процесу їх формування, розвитку, істотних перетворень тощо.

**Принцип детермінізму** (лат. *determino* – зумовлювати, визначати) і **принцип відображення** – основний зміст цих *n.* співпадає і полягає в тому, що психічні стани і процеси суб'єкта (індивідуального та колективного – спільноти) сповнюються і оперують змістом відображеної ним об'єктивної реальності, в умовах якої він існує, функціонує, діє, яку вивчає; іншими словами, *n. д. і п. в.* стверджує, що психіка – невід'ємна структурно-функціональна складова системи, у якій цей носій існує, а її змістом є відображена й зафіксована нею інформація про об'єкти (предмети, явища, їх властивості) цієї системи.

**Принцип єдності свідомості й діяльності** – згідно з цим принципом, психіка формується, розвивається і функціонує у процесі

діяльності суб'єкта, тобто, є її продуктом, системним елементом (невід'ємною структурно-функціональною складовою) і необхідною умовою.

**Принцип системності** – сутність цього принципу полягає в тому, що: по-перше, психіка функціонує як системна взаємодія психічних властивостей, процесів і станів, що забезпечується базовими психічними системами – особистістю і особою (окрема тварина); по-друге, психіка функціонує у системних взаємозв'язках та взаємовпливах з середовищем існування її суб'єкта, носія: біологічним, суспільним (соціальним, соціально-психологічним, економічним, правовим, екологічним тощо), духовним (релігійним, моральним, мистецьким і т. ін.).

**Проективні методи** ґрунтуються на припущенні, що людина невідомо проєктує в інших осіб, у висловлювання, зображення, у безмістовно-безформні плями тощо ті свої неврозогенні емоційні переживання й бажання, які приховані від неї самої у її невідомому. Найбільш відомими й поширеними *п. м.* є *тести: чорних плям Роршаха; словесних асоціацій Менінгера.*

**Психічні властивості** – це сталі індивідуальні якості, риси особистості. До *п. в.* відносяться: задатки і здібності, темперамент, характер, спрямованість (ціннісні орієнтації, переконання, віра, світогляд).

**Психічні процеси** – це функціональна динаміка психічних феноменів (на цій підставі деякі дослідники називають їх психічними функціями). *П. п.* поділяють на пізнавальні, емоційні, мотиваційні, вольові. Пізнавальними є процеси уваги, відчуттів, сприймання, уяви, пам'яті, мислення. Емоційними – процеси емоцій, афектів, емоційних переживань, пов'язаних з настроями, почуттями, емоційною складовою стресу. Мотиваційними – потреби, потяги, бажання/небажання, мотиви тощо, котрі безпосередньо спонукають суб'єкта до дій, вчинків, діяльності, поведінки. Вольовими – свідомі зусилля, спрямовані на спонукання суб'єктом самого себе до вчинення того, що йому або не хочеться, або важко, але потрібно робити.

**Психічні стани** – відносно сталі й тривалі психічні утворення: пізнавальні – настороженість, пильність, зосередженість, уважність, неуважність, замріяність, замисленість і т. ін.; емоційні – будь-який настрій, роздратованість, благодушність, замилювання, апатія (*грец. apatheia – байдужість, емоційна нечутливість*), депресія, фрустрація тощо; мотиваційні – цілеспрямоване налаштування, пристрасне прагнення, мрія і т. ін.; вольові – змобілізованість і зібраність, рішучість, психічна млявість як тимчасова неспроможність спонукати себе до якихось дій тощо.

**Психокінез** (*грец. psychē – душа, psichika i kinēsis – рух*) – пересування матеріальних предметів суто психічними зусиллями без жодного матеріального контакту суб'єкта з цими предметами.

**Психологічна залежність від психотропних речовин** ґрунтується на вдоволенні, яке спричиняє вживання їх. Інтенсивне бажання повторити, відновити це вдоволення на тлі руйнації психотропною речовиною біохімічних агентів, які продукуються самим організмом і підтримують позитивно забарвлені емоційні стани суб'єкта, та отруєння його організму токсичними залишками цієї речовини спричиняють *абстиненцію*, яка є основним чинником *п. з. від п. р.*

**Психологічне моделювання** – вивчення психічних феноменів за допомогою створення їхніх матеріальних або знакових аналогів – моделей – комплексів предметів або знаків (формул, записаних цифрами, літерами), що відтворюють суттєві властивості змодельованого оригіналу.

**Психоміметики** (грец. *μίμησις* – видаю себе за іншого, *ψαύω*, *ψαύωμαι* – прикидаюсь) – психоделіки (галюциногени), що містять сполуки, схожі за складом на речовини, необхідні для функціонування нейронів головного мозку (*індол та ін.*). Нейрони реагують на ці сполуки як на такі вироблені організмом речовини, що порушує їх функціонування і спричиняє психоделіційний ефект. Найбільш відомі природні *п.*: *псилоцибін*, що міститься у грибі-теонанакатлі; *діметилтриптамін (ДМТ)* – у грибах *stropharia cubensis*, *amanita muscaria*, ліллі аяхуасці, смолі дерева вірола, у мушлях багатьох моллюсків; *мескалін* – у кактусі-пейотлі.

**Психотропні речовини** (грец. *ψυχή* – душа і *τροπή* – поворот, розворот) – сполуки, які викликають відчутні зміни у функціонуванні мозку та психіки. Вводяться в організм через стравохід, легені, вени та ін.

**Психофізіологічний паралелізм** – методологічний принцип, сутність якого полягає в тому, що мозок і психіка (нейрофізіологічне і психічне відображення й регуляція) функціонують паралельно, без жодних трансформаційних та детерміністичних взаємозв'язків.

## Р

**«Рай»** (за Олдсом) або **«Старт-Зона»** (за Ліллі) – ділянки в головному мозку хордових, зокрема, людини, подразнення (збудження) яких спричиняє інтенсивні позитивно забарвлені емоційні стани (насолоду). Частина **«Р.»** пов'язана з вдоволенням від їжі. Інша – від сексу. Є в **«Р.»** чималі сегменти, не пов'язані з жодними фізіологічними процесами.

**Респондент** – той, кого опитують, у кого беруть інтерв'ю, кого анкетують тощо.

## С

**Саморегуляція** – одна з істотних функціональних властивостей усього живого, суть якої полягає в тому, що реагування організму на подразник залежить не лише від характеру цього подразника, а й від

внутрішнього стану самого організму стосовно нього – потребує він його в момент подразнення чи ні.

**Самосвідомість** – система знань суб'єкта про самого себе як про активне, діюче начало, котре впливає на об'єкти (змінює, перетворює, привласнює тощо їх ідеально та матеріально), самооцінок і сформованих на цій основі ставлень до себе.

**Самоспостереження** – це цілеспрямоване усвідомлення суб'єктом змісту своїх психічних процесів, станів, властивостей власної психіки. Воно є унікальним методом проникнення «всерединою», у зміст психічних феноменів, без якого жодна галузь психологічної науки не може обійтись.

**Свідомість** – основний функціональний психологічний зміст людської свідомості полягає в тому, що людина знає, що вона знає про зміст того, що вона знає, зокрема й про себе як суб'єкта, і про своє ставлення до цього знаного.

**Сигнал** – структурна одиниця і засіб передачі інформації.

**Сигнальний зв'язок** – див: *Умовний рефлекс*.

**Символізм** – див.: *Ідеалізм*.

**Симультанний синтез** – поєднання сигналів, що надходять від об'єктів через органи чуття як розрізнені відчуття, у цілісні образи цих об'єктів, що відбувається в межових ділянках скронь, потилиці і тім'я.

**Синтез** (грец. *synthesis* – поєднання, з'єднання) – співставлення тих властивостей, особливостей, ознак об'єктів, що виявляються посередництвом аналізу, з уже наявними у суб'єкта знаннями про ці властивості, особливості, ознаки, з тими поняттями, які їх включають і/або так чи інакше стосуються їх; з відповідним досвідом особини.

**Соліпсизм** – див.: *Ідеалізм*.

**Спостереження** – це умисне, систематичне, цілеспрямоване сприймання поведінки й діяльності осіб, які вивчаються, в умовах безпосереднього зорового та слухового контакту між спостерігачами і тими, за ким вони спостерігають. Науково-психологічні с. поділяють на польові та лабораторні, на включені і невключені, на систематичні і несистематичні. **Польові с.** проводяться там, де діють, працюють, спілкуються ті особи та/або групи, за якими спостерігають. **П. с.** може бути **включеним** або **невключеним**. У **в. с.** дослідник включений у групу, за якою він спостерігає, як її член, посідає у ній якийсь статус. Він зберігає інкогніто і намагається бути непомітним. В умовах **п. с.** дослідник працює відкрито, але також намагається не привертати до себе уваги. Він ніколи не втручається в життя групи, в перебіг тих явищ, проявів, за якими спостерігає. **Лабораторні с.** проводяться у спеціально створених умовах. Вплив факторів, котрі мають спричинити очікувані прояви, організовується цілеспрямовано. **Систематичні с.** проводяться регулярно, в певний час або протягом визначеного проміжку часу. **Несистематичні с.** ведуться постійно або епізодично без чітко



визначеного плану і жорстких обмежень, з фіксацією та описанням і гіпотетично передбачуваних, і непередбачуваних проявів тощо.

**Ставлення** – істотна складова свідомості, сутнісний зміст якої полягає в тому, що людина не лише знає про навколишній світ і про себе в ньому, а й ставиться до нього, до його об'єктів (предметів і явищ) та до себе і при цьому знає зміст своїх ставлень. Основа с.: емоційні реакції у межах дихотомії «приємне – неприємне», «вабить – не цікаво»; моральні позиції у межах дихотомії «добро – зло»; естетичні позиції – «гарне – негарне».

**Стандартизація** (англ. *standard* – типовий) – це однаковість дослідницьких процедур, включно з опрацюванням одержаних даних, в процесі усіх без виключення застосувань того самого методу та його модифікацій, методик. С. – необхідна умова науково вагомого співставлення, порівняння та узагальнення цих даних.

**Стандартизовані (структуровані) інтерв'ю** – питання с. і формулюються так, щоб респондент давав на них однозначні відповіді, в яких виразно постають ствердження чи заперечення, згода чи незгода, «так» чи «ні». До прикладу: «Ваша професійна діяльність обтяжує і виснажує Вас?»

«**Старт-Зона**» – див.: «**Рай**».

«**Стоп-Зона**» – див.: «**Пекло**».

**Стратегія оцінки та самозвіту** – група методів, котрі являють собою різні модифікації самоспостереження. Ця стратегія включає всі види та модифікації інтерв'ю, опитувальників самозвіту, проєктивних методів.

**Суб'єктивний ідеалізм** – див.: **Ідеалізм**.

## Т

**Тест** (англ. *test* – перевірка, проба, дослід) у психології – проєктивний метод, який являє собою комплексні завдання, котрі дозволяють виявити наявність тих чи інших психічних властивостей та/або виміряти рівень їх розвиненості.

## У

**Умовний рефлекс або сигнальний зв'язок** – це реакція на певний абіотичний подразник як на певний біотичний, якщо вони постійно співпадають в просторово-часових параметрах, а відтак, поява першого інформує (сигналізує, повідомляє) про високу вірогідність появи другого.

**Установка** – неусвідомлювана суб'єктом готовність його психіки реагувати на певні об'єкти якимось певним чином.

## Ф

**Фасцинованість** (англ. *fascination* – чари, чарівність, зачарування) – приємність, привабливість, чарівність суб'єкта, що

виявляється і справляє відповідне враження на оточуючих в процесі спілкування з ним.

**Фізична залежність від психотропної речовини** формується внаслідок ґрунтовних руйнацій нею біохімічних процесів і сполук, які забезпечують нормальне функціонування мозку і психіки, витіснення і заміни нею цих сполук. Відтак, введення її стає необхідною умовою біохімічних реакцій у мозку. Абстиненція в стані *ф. з. від п. р.* дуже важка, здебільшого, закінчується летально, якщо не ввести психотропну речовину, якої потребують біохімічні процеси суб'єкта.

**Френологія** (лат. *frenos* – розум і *logos* – вчення) – концепція Ф. Галля, суть якої полягає в тому, що психічні феномени локалізуються ближче до поверхні головного мозку, що знаходить вияв у рельєфі поверхні черепа – мовляв, чим більш потужний і розвинений феномен, тим більш помітна опуклість (більша «гуля») в тому місці черепної коробки, під яким він знаходиться.

## Х

**Харизматичність** (грец. *charisma* – подарунок) – здатність суб'єкта викликати у оточуючих довіру до себе, віру у його можливості, здібності тощо.

## Ц

**Центральне гальмування** – див.: *Гальмування*.

**Цілепокладання** – це здатність людини мисленнєво, у внутрішньо-психічному плані створювати, будувати проект, план своїх майбутніх дій, вчинків, прогнозувати їх наслідки, визначати бажані й небажані результати і на цій основі організовувати свою діяльність, поведінку та управляти ними.

## Ч

**Чутливість** – здатність утворювати сигнальні зв'язки, яка являє собою подразливість щодо впливів тих абіотичних подразників, котрі відносять тварину до біотичних, життєво важливих для неї об'єктів, сигналізують, інформують про них.

## ЛІТЕРАТУРА

### Базова щодо частин I, II, III

1. **Годфруа Ж.** Что такое психология: В 2-х т. – М.: «Мир», 1996. – Т. 1. – 496 с. – Т. 2. – 376 с.
2. **Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В.** та ін. Загальна психологія: підручник / За ред. С. Д. Максименка. – Вінниця: «Нова книга», 2004. – 704 с.
3. **М'ясоїд П. А.** Загальна психологія: навчальний посібник. – К.: «Вища школа», 2000. – 479 с.
4. **Рубинштейн С. Л.** Основы общей психологии: В 2 т. – М.: Педагогика, 1989. – Т. 1. – 488 с. – Т. 2. – 328 с.
5. **Савчин М. В.** Загальна психологія: підручник. – 2-ге вид. доповн. – К.: ВЦ «Академія», 2018. – 344 с.

### Допоміжна щодо частин I, II, III

1. **Большой** толковый психологический словарь / Пер. с англ. А. Ребер. – М.: ООО «Изд-во Аст»; Вече, 2001. – 423 с.
2. **Варій М. Й.** Загальна психологія: підручник. – К.: «Центр учбової літератури», 2015. – 968 с.
3. **Гиппенрейтер Ю. Б.** Введение в общую психологию: курс лекций. – М.: ЧоРо, 1996. – 336 с.
4. **Джемс У.** Психология. – М.: «Педагогика», 1991. – 367 с.
5. **Основи психології:** підручник / За ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – К.: «ЛИБІДЬ», 1996. – 632 с.
6. **Психологічна енциклопедія** / Автор-упорядник О. М. Степанов. – К.: «Академвидав», 2006. – 424 с.
7. **Хрестоматія по психології** / Сост. В. В. Мироненко. Под ред. А. В. Петровского. – М.: «Просвещение», 1987. – 447 с.

### Література до Частини I

1. **Аристотель** О душе. – Соч.: В 4-х т. – Т. 1. – М.: «Мысль», 1976. – С. 371-451.
2. **Годфруа Ж.** Что такое психология: В 2-х т. – Т. 1. – М.: «Мир», 1996. – С. 57-181.
3. **Гофманн А.** ЛСД – мой трудный ребёнок / Альберт Гофманн. – Википедия.
4. **Гроф С.** Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості. – Львів: Афіша, 2015. – 328 с.

5. Гурвіч А. Щодо інтенційності свідомості // Філософська думка. – 2015. – №5. – С. 14-29.
6. Декарт Р. Соч.: В 2-х т. – Т. 1. – М.: «Мысль», 1989. – С. 423-573.
7. Дубровский Д. И. Информация, сознание, мозг: монография. – М.: Высшая Школа, 1980. – 286 с.
8. Ждан А. Н. История психологии от античности до наших дней. – М.: Изд-во Московского университета, 1990. – С. 9-45.
9. Лурия А. Р. Мозг и психика // Хрестоматия по психологии / Сост. В. В. Мироненко/. – М.: «Просвещение», 1987. – С. 83-93.
10. Лурия А. Р. Потерянный и возвращённый мир. – М.: «Педагогика», 1971. – 90 с.
11. Маккена Т. Истые галлюцинации, или быль о необыкновенных приключениях автора в дьявольском раю. – М.: Изд-во Трансперсонального Института. – К.: АО AirLand, 1996. – 288 с.
12. Москалець В. П. Зоопсихологія і порівняльна психологія: підручник. – К.: «Центр учбової літератури», 2014. – С. 7-18; 36-41; 89-104; 147-148.
13. Москалець В. П. Психологія особистості: навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2013. – С. 152-162; 172-176, 2018. – С. 241-256; 272-279.
14. Павлов И. П. Мозг и психика. – Избранные психологические труды. – М. «Наука», 1996. – С. 39-57.
15. Подсознание и его возможности. Ваш мозг и подсознание могут всё: хрестоматия / Сост. Л. Орлова. – Минск: Харвест, 2009. – 255 с.
16. Роменець В. А. Історія психології. – К.: Вища школа, 1978. – 439 с.
17. Роменець В. А. Історія психології XIX – початку XX століття. – К.: Вища школа, 1995. – С. 212-258.
18. Ротенберг В. Мозг. Стратегія полушарий. – Популярна психологія: хрестоматія / Сост. В. В. Мироненко. – М.: «Просвещение», 1990. – С. 55-61.
19. Фурман А. В. Свідомість як рамкова умова пізнання і методологування // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис – 2017. – №4. – С. 16-38.
20. Хант Г. Т. О природе сознания: с когнитивной, феноменологической и трансперсональной точек зрения. – М.: ООО Изд-во АСТ, 2004. – 243 с.
21. Ярошевский М. Г. История психологии: учебник. – М.: «Мысль», 1976. – С. 27-50; 111-123; 163-182; 197-206.

## Частина II.

# ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ І СТАНИ

Нагадаємо, що **психічні процеси** – це функціональна динаміка психічних феноменів (на цій підставі деякі дослідники називають їх психічними функціями). Психічні процеси поділяють на пізнавальні, емоційні, мотиваційні, вольові. Пізнавальними є процеси уваги, відчуттів, сприймання, уяви, пам'яті, мислення. Емоційними – процеси емоцій, афектів, емоційних переживань, пов'язаних з настроями, почуттями, емоційною складовою стресу. Мотиваційними – потреби, потяги, бажання/небажання, мотиви тощо, котрі безпосередньо спонукають суб'єкта до дій, вчинків, діяльності, поведінки. Вольовими – свідомі зусилля, спрямовані на спонукання суб'єктом самого себе до вчинення того, що йому або не хочеться, або важко, але потрібно робити. Отже, можна сказати, що психічні процеси – це спосіб існування, функціонування психіки, усіх її структур, складових.

**Психічні стани** – відносно сталі й тривалі психічні утворення: пізнавальні – настороженість, пильність, зосередженість, уважність, неуважність, замріяність, замисленість і т. ін.; емоційні – будь-який настрій, роздратованість, благодуність, замилювання, апатія (грец. *apathēia* – байдужість, емоційна нечутливість), депресія, фрустрація тощо; мотиваційні – цілеспрямоване налаштування, пристрасне прагнення, мрія і т. ін.; вольові – змобілізованість і зібраність, рішучість, психічна млявість як тимчасова неспроможність спонукати себе до якихось дій тощо.

## Розділ 5.

### УВАГА

**Увага** – процес спрямування психічної активності суб'єкта, особини на якийсь об'єкт і зосередження її на ньому, що є необхідною умовою та засобом його/її дій з цим об'єктом.

*Уважність* – стан спрямованості психічної активності суб'єкта, особини на той чи інший об'єкт і зосередженості на ньому, психофізіологічної заглибленості у дії з ним.

Уважністю називають також властивості особистості: 1) здатність тильно, глибоко зосереджуватись на об'єкті діяльності, поведінки; 2) вміння вчасно й адекватно помічати актуальні потреби, проблеми, емоційні переживання інших людей і позитивно, толерантно реагувати на них.

### 5.1. Функції уваги

Людина не може водночас оперувати у внутрішньо-психічному плані інформацією про декілька і навіть про два різних, не пов'язаних між собою об'єкти: сприймати, уявляти, згадувати, емоційно переживати їх, думати про них тощо. Та й так чи інакше пов'язані між собою об'єкти опрацьовуються психікою не водночас, не паралельно, а послідовно. До прикладу, ми оцінюємо зовнішність, одяг мовця, відтак, намагаємось зрозуміти зміст його висловлювань, потім спрямовуємо думку на його міміку, пантоміміку, інтонації голосу, знову зосереджуємось на змісті його балаканини, відтак, вчуваємось у інтонації його голосу та вдивляємось у вираз обличчя і т. ін. в межах цього комунікативного процесу.

Феномен усвідомленого оперування психікою порівняно невеликою за обсягом інформацією водночас (протягом того самого часу) називається *вузькістю свідомості*. А функціональна структура, у межах якої зміст того чи іншого психічного процесу чи стану суб'єкта виразно усвідомлюється ним, – *фіксаційним пунктом свідомості*.

У тварин власне свідомості немає. Тому ми судимо про спрямованість на той чи інший подразник та зосередження на ньому їхніх психічних процесів за пріоритетністю та інтенсивністю їх реагування на цей подразник. Цю функціональну структуру називають *фіксаційним пунктом психіки тварини*.

Утворення й функціонування таких фіксаційних пунктів забезпечує психічний процес, який називається *увага*, шляхом спрямування на той чи інший об'єкт та зосередження на ньому інших психічних процесів. Кожен зі спрямованих та зосереджених увагою психічних процесів розгортає в утвореному таким чином фіксаційному пункті свої продукти: відчуття, образи сприймання,

образи уяви, спогади, думки, емоційні переживання і т. ін., змістом яких є ті чи інші властивості об'єктів, відображених у цих продуктах. Отже, увага не має своєї психічної модальності (*лат. modus – міра, спосіб*), тобто, свого власного, притаманного тільки їй психічного продукту, котрий якісно відрізняв би її від усіх інших психічних процесів, а лиш «обслуговує» їх – забезпечує ефективність їх функціонування. Ця особливість уваги привела деяких дослідників до висновку, що її, насправді, не існує, що всі балачки про увагу – це фікція, яка вводить в оману, тощо.

Відомий радянський психолог Петро Якович Гальперін (1902–1988) спробував знайти власний, специфічний продукт уваги в контексті своєї теорії поетапного формування розумових дій. Мовляв, думка (основна складова мислення), що формується в процесі розумових дій, складається зі змісту знань, що стосуються предмету мислення, якими ці дії оперують, і з самих мисленневих дій, операцій, міркувань котрі являють собою динаміку, процес мислення. Кожна мисленнева операція не може розгортатись без орієнтування суб'єкта в змісті попередніх операцій – він мусить спиратись на них, виходити з них. Іншими словами, кожна операція в процесі мисленневого пошуку вимагає від суб'єкта орієнтування в змісті попередніх операцій з метою використання вже знайденої за їх допомогою інформації, значущої щодо досягнення мети цього пошуку – ефективного розв'язання задачі, вирішення проблеми тощо. Своєю чергою, це вимагає належного контролю за правильністю, коректністю такого орієнтування, що забезпечує його ефективність. На думку П. Я. Гальперіна, цей контроль і є психологічною модальністю, власним психічним продуктом уваги, притаманним тільки їй, її *differentia specific*.

Але, сумнівно, що контроль за перебігом мисленневих операцій являє собою психологічну модальність поряд з відчуттями, образами сприймання, думками і т. ін. Воднораз, і виконання цієї функції увагою викликає серйозні сумніви. Головним «контролером» відповідності перебігу процесу мислення його меті є оперативна і короткотривала пам'ять, які утримують потрібну йому інформацію, знайдену за допомогою попередніх мисленневих операцій. (*Див.: 10.2.3.*) Напевне, що увага і тут, як і в усіх інших психічних процесах виконує тільки свої функції – спрямування та зосередження.

*Отже, психологічну сутність уваги слід вбачати у її специфічних, притаманних тільки їй функціях: у спрямуванні й*

зосередженні (концентрації) психічних процесів, що слугує забезпеченню їх адекватності та ефективності.

В ракурсі основних функцій психіки – відображення та адаптації – сенс уваги полягає у підвищенні інтенсивності, а відтак, якості психічного відображення об'єктів (у відчуттях, образах сприймання і уяви, у пам'яті, у інтелектуально-мисленневих актах тощо), необхідних для забезпечення ефективних адаптивних дій, поведінкових актів суб'єкта, особини.

## 5.2. Види уваги

У тварин це підвищення інтенсивності, а відтак, якості психічного відображення виявляється як пильний пошук актуальних для них біотичних подразників та пріоритетне й швидке реагування на них з одночасним ігноруванням абіотичних та неактуальних і менш важливих біотичних подразників. Тобто, необхідною умовою та чинником ефективності такого пошуку є власне *пильність, настороженість* тварини, що забезпечується достатньо інтенсивним функціонуванням: органів чуття – тварина принохується, прислуховується, вдивляється, намагаючись виявити, знайти необхідне чи загрозове для життя; нейрофізіологічних процесів, котрі забезпечують таку роботу органів чуття, зокрема, гальмують абіотичні і не актуальні біотичні подразнення, не пропускають їх до мозкових центрів реагування; кровоносної системи, що утворює напруження м'язів, необхідне для негайних адаптивних дій. *Такий стан пильності, настороженості є філогенетичним базисом усіх видів уваги.*

Увага, як спрямування і концентрація психічної активності, яка забезпечує функціонування механізмів безумовних і умовних рефлексів, називається рефлексорною.

*Рефлексорна увага – це спрямування психічної активності особини, суб'єкта на об'єкти, які є для неї/нього безумовно-рефлексорними або умовно-рефлексорними подразниками та зосередження на них.*

*Інстинктивна увага – це спрямування та концентрація психічної активності особини, суб'єкта на тому, що пов'язане з їх інстинктами.*

До прикладу, інстинктивну увагу і тварин, і людини привертають несподівані інтенсивні подразники, які «вмикають» захисний інстинкт.



Увагу людини привертають також ті об'єкти, котрі так чи інакше вражають, дивують, зацікавлюють її (незвичайні, яскраві, дуже гарні чи, навпаки, потворні тощо).

Якщо людина реагує на об'єкт (предмет, явище, дію, вчинок, ситуацію тощо) емоційно (радісно, весело, страхом, обуренням, засоромленням, душевним болем і т. ін.), то такий об'єкт також привертає і стимулює її увагу. Причини емоційного реагування – різні. Це може бути і спогад за асоціацією про якісь емоційно насичені, пов'язані з глибокими почуттями події, і те, що відповідає або суперечить її ціннісним орієнтаціям, світогляду, переконанням, вірі, та ін.. Увага, пов'язана з такими емоційними реакціями, називається *аперцептивною* (грец. *α* – не і лат. *perceptio* – сприймаю, сприймання). Ця назва вказує, що її зумовлює емоційна реакція суб'єкта на об'єкт, яка впливає з його ставлення до цього об'єкта, а не з властивостей останнього (несподіваності, раптовості, незвичайності, яскравості тощо).

Спільна властивість усіх цих різновидів уваги – відсутність в них вольових зусиль, спрямованих на стимулювання її.

**Воля** – властивість психіки людини, яка виявляється у її здатності свідомо спонукати себе докладати зусиль, спрямованих на подолання об'єктивних та суб'єктивних (небажання через відсутність зацікавлення, інтересу, лінощі, фізична втома, психічне виснаження і т. ін.) перепон і труднощів на шляху до поставленої мети. (Див.: 18.4).

Не вимагають постійних і потужних вольових зусиль, зокрема, щодо стимулювання уваги, і ті справи, заняття, праця суб'єкта, котрі привертають, ваблять, цікавлять, захоплюють, тішать його не лише їх результатами, а й самим процесом. Видатний американський психолог Абрахам Харольд Маслоу (1908–1970) назвав таку діяльність самоактуалізацією особистості. Суб'єкти, що самоактуалізуються у тій чи іншій справі, люблять цю справу, тому що насолоджуються і своєю спроможністю, вправністю, майстерністю, креативністю в процесі її, а відтак і її результатами, які за таких умов, зазвичай, хороші, вагомі. Отож вони «самі себе грузять» – з цілковитою самовіддачею і наснагою мобілізують свої ресурси для самоактуалізації, швидше живуть, щоб працювати, а не працюють, щоб жити. (Див.: 19.6.).

Увага, що стимулюється не вольовими зусиллями суб'єкта, а іншими чинниками, називається мимовільною і невимушеною.

*Невимушена або мимовільна увага привертається і підтримується або властивостями самого об'єкта, або ставленням до нього суб'єкта і тому не вимагає від нього вольових зусиль щодо стимулювання її.*

Вольові зусилля, спрямовані на стимулювання уваги, необхідні в тих випадках, коли дії суб'єкта, яким вона слугує, важкі, виснажливі для нього і/або не валять, не цікавлять його, але він усвідомлює, що мусить здійснити їх з тих чи інших причин.

*Увага, яка стимулюється та підтримується вольовими зусиллями суб'єкта, називається **вимушеною, довільною**.*

Трапляється, що діяльність, яку суб'єкт змушений здійснювати, спочатку не викликає у нього інтересу і він спонукає себе до неї вольовими зусиллями. Тобто, її забезпечує довільна увага. Але з часом вона може зацікавити й захопити його, що трансформує довільну цю увагу у післядовільну. Відомий датський художник Херлуф Бідstrup кумедно показав психологічну колізію такого роду в одному зі своїх сюжетних малюнків (див.: рис. 1).



Рисунок 1.

*Післядовільна увага виникає у суб'єкта до тієї діяльності, до якої він спочатку спонукав себе вольовими зусиллями, але потім вона зацікавила й захопила його, що нівелювало необхідність забезпечення її довільною увагою.*

### **5.3. Властивості уваги**

*Степінь зосередження або концентрації – показник інтенсивності захопленості суб'єкта діяльності її об'єктом, глибини «занурення» у неї; особини – її поведінковими актами.*

Степінь зосередження уваги порівнюють з фокусуванням світла. Чим менше сфокусоване світло, тим більша його розсіяність, і навпаки. Чим вищий степінь концентрації уваги, тим менш вона розпорошена, і навпаки.

*Розпорошеність уваги – протилежно-доповнююча властивість щодо її зосередженості, яка являє собою часті відволікання психічної активності суб'єкта від об'єкта зосередження його уваги та спрямування її на інші об'єкти.*

Розпорошують увагу зовнішні і внутрішні чинники. Основні внутрішні чинники розпорошення уваги людини: недостатній інтерес суб'єкта діяльності до її об'єкта; якась інша актуальна для суб'єкта проблема, про яку він постійно думає; втома; певні властивості темпераменту і характеру. Основні зовнішні: наявність чи поява у полі його сприймання (того, що він може бачити, чути, сприймати іншими органами чуття) більш актуального, значущого, привабливого, цікавого, вражаючого приємно або прикро, шуму, холоду або спеки та інших відносно інтенсивних подразників. До прикладу, голодний студент у гуртожитку зусиллями волі зосередив свою увагу на підготовці до складного та ще й не надто цікавого семінару. Раптом до його носа доходить потужна хвиля аромату їжі, яку готують у кухні дівчата-однокурсниці...

*Обсяг або об'єм уваги – це кількість об'єктів, їх елементів, котрі перебувають у її полі.*

Зазвичай, чим вищий степінь концентрації (зосередження) уваги, тим менше об'єктів у її полі, тим менший її обсяг, тим вона вужча. Але, в тих випадках, коли цього вимагає діяльність суб'єкта, збільшення їх кількості в полі його уваги, тобто збільшення її обсягу, може підвищувати степінь її концентрації. Виразним прикладом є праця авіаційного диспетчера, коли

збільшення кількості літаків та шляхів їх руху, що перебувають у полі його відповідальності, вимагає від нього особливої пильності, колосального зосередження на них усіх без виключення, тобто, розширення обсягу уваги, але не за рахунок зниження степені її концентрації. Адже внаслідок величезної швидкості руху літальних апаратів, він має за лічені секунди, а нерідко й за долі секунди, абсолютно правильно скерувати кожен з них, «розрулити» їх, щоб уникнути зіткнення, катастрофи, трагедії.

Отже, обсяг уваги, як і її концентрація, вирішально-визначальним чином залежить від значущості для суб'єкта об'єктів, котрі перебувають у її полі.

Охоплюючи якийсь об'єм об'єктів, увага мусить розподілятися між ними усіма. У публікаціях, присвячених увазі, зустрічається трактування її розподілу як утворення двох і більше фокусів (біфокальність, поліфокальність). Наводяться приклади на кшталт: педагоги розподіляють свою увагу між змістом навчально-виховного процесу і поведінням кожного учня; шахісти в процесі одночасної гри на багатьох дошках – між диспозиціями фігур на них усіх; кажуть, що Наполеон Бонапарт міг водночас диктувати сім різних листів.

Але, термін «водночас» у цьому контексті не означає робити дві і більше справ разом, протягом того самого часу, тобто, власне водночас. Жоден «Наполеон» не зможе щось сказати протягом того самого часу не те що сімом, а двом секретарям. Тому, характеризуючи обсяг уваги, слід говорити не про утворення двох і більше фокусів, а про почергове переміщення її фокусу з об'єкта на об'єкт, звісно, тих, що охоплюються її обсягом. У цьому процесі представлено дві властивості уваги – розподіл і переключення.

*Розподіл уваги – це переміщення її фокусу з об'єкта на об'єкт в межах її об'єму протягом функціонування в цих межах.*

З цього випливає, що розподіл уваги являє собою динамічний аспект її об'єму. Тобто, об'єм уваги утворюється і функціонує посередництвом її розподілу у його межах. Процес розподілу уваги складається з актів переключення її.

*Переключення уваги – акти почергового переміщення її фокусу з одного об'єкта на інший в межах її об'єму протягом розподілу в цих межах.*

Вочевидь, що переключення є також ключовим актом розпорошення уваги, частих відволікань психічної активності суб'єкта від об'єкта своїх дій та спрямування її на інші об'єкти.

Легкість-важкість, швидкість-повільність переключення уваги залежить насамперед і головним чином від типу темпераменту – найлегше і найшвидше переключається увага сангвініка, найважче й найповільніше – флегматика. На ці показники впливають також: характер пов'язаності теперішнього і наступного об'єктів – чим щільніше щодо активності суб'єкта, спрямованої на них, вони пов'язані, тим легше й швидше відбувається переключення; ставленням суб'єкта до об'єктів переключення – чим більш привабливий для нього наступний і менш – теперішній, тим легше й швидше переключається його увага з другого на перший і навпаки; тренованість спроможності суб'єкта легко й швидко переключати увагу завдяки особливостям його діяльності. Як приклад доречно знову згадати працю авіаційного диспетчера, котрий мусить не лише утримувати широкий об'єм інтенсивно концентрованої уваги, а й швидко переключати її протягом тривалого часу. Часовий вимір концентрації уваги називають сталістю.

*Сталість уваги – це відносно тривала й глибока концентрація психічної активності суб'єкта на об'єкті, що є необхідною умовою ефективних дій, спрямованих на цей об'єкт.*

Сталість уваги, пов'язаної з відчуттями, коливається – періодично збільшується та зменшується згідно з певними закономірностями. Так, інтенсивність відчуттів, яку називають сенсорною виразністю, коливається в межах двох-трьох секунд. Максимальний період таких коливань – 12 секунд. До прикладу, експеримент: Будильник нерухомо стоїть на одному місці. Досліджувані не бачать його. Вони мають слухати відбивання секунд. Практично в усіх досліджуваних складається враження, що ці звуки періодично у вказаному інтервалі віддаляються і наближаються. Це – ефект коливань інтенсивності уваги, котрі сприймаються суб'єктом як зміни виразності, інтенсивності відчуття звуку внаслідок наближень і віддалень його джерела. Напевне, що такі коливання пов'язані з якимисьь нейрофізіологічними особливостями функціонування органів чуття.

Психічним процесам, які безпосередньо не пов'язані з відчуттями (мислення, логічна пам'ять, уява), притаманні коливання з різною за тривалістю, здебільшого, майже непомітною для суб'єкта періодичністю. Зазвичай такі коливання так чи інакше пов'язані з розпорощенням, відволіканнями, переключенням уваги.

Але, стабільно високий рівень сталості уваги може зберігатись протягом відносно тривалого часового періоду, якщо цього конче

вимагає діяльність суб'єкта; в такому випадку інтенсивність концентрації уваги знижується лиш внаслідок інтенсивної витрати ресурсу психічних процесів, залучених у її сферу, а відтак, втоми, тощо.

Сталість уваги залежить від багатьох чинників, серед яких: певні властивості темпераменту; інтерес до об'єкта уваги, на основі якого утворюється стан захопленості ним; здатність тривало підтримувати вольовими зусиллями належний рівень сталості уваги навіть щодо об'єктів, які не викликають інтересу, та ін.

### **Контрольні запитання та завдання**

1. Що таке увага і уважність?
2. Обґрунтуйте функціональне тлумачення сутності уваги.
3. Назвіть види уваги і охарактеризуйте їх.
4. Чому увага, яка функціонує в процесі самоактуалізації особистості, не вимагає від неї вольових зусиль?
5. Назвіть властивості уваги і охарактеризуйте їх.
6. Доведіть, що розподіл і розпорошення уваги складається з актів переключення її.
7. Назвіть чинники сталості уваги.

## Розділ 6.

### ВІДЧУТТЯ

**Відчуття** – чуттєва інформація про певні окремі властивості об'єктів (предметів і явищ) оточуючого світу та про особливості життєдіяльності власного організму суб'єкта, особини (окремої тварини), яка одержується за допомогою аналізаторів (органів чуття).

**Аналізатори** (грец. *analysis* – розкладання, розчленування) або **органи чуття** – це психофізіологічні апарати, які збирають чуттєву інформацію шляхом відображення певних властивостей об'єктів та особливостей життєдіяльності власного організму суб'єкта, особини. У людини є такі аналізатори: зоровий, слуховий, нюховий, смаковий, дотиковий (тактильний), органічний, м'язевий (пропріоцептивний).

#### 6.1. Перекодування інформації в аналізаторі

Аналізатори (органи чуття) можна образно порівняти з «віконцями», через які «ув'язнена» разом з мозком у п'яті черепної коробки душа (психіка) може «зазирнути» у навколишній світ та у своє власне тіло. Інших каналів зв'язку із зовнішньою щодо них реальністю у мозку й психіки немає. Це твердження не суперечить проявам екстрасенсорних (лат. *extra* – зовні та *sensus* – відчуття), зокрема телепатичних можливостей окремих людей, тому що, по-перше, такі можливості – це велика рідкість, вони не відіграють якоїсь помітної ролі у функціонуванні психіки людини як виду, по-друге, функціонування психіки екстрасенсів, телепатів, як і всіх людей, базується на сенсорній чутливості (на відчуттях) – вони також відображають світ і своє тіло посередництвом органів чуття.

**Телепатія** (гр. *tēle* – далеко, вдалину і *pathos* – хвороба) – спілкування, передача інформації без використання органів чуття (екстрасенсорне).

Аналізатори функціонують за принципом кодування інформації (див.: 4.8.). Енергії та речовини подразників потрапляють на чутливі складові рецепторів, що спричиняє їх подразнення.

**Рецептори** (лат. *receptor* – той, що відчуває, сприймає) – периферійні складові аналізаторів, які відображають інформацію про вплив енергій та речовин подразників шляхом перекодування їх у ізоморфні біохімічні та нейрофізіологічні процеси.

**Подразник** – властивості об'єкта (енергії чи речовини), вплив яких на рецептор спричиняє його подразнення.

**Подразнення** – процес фізіологічних, біохімічних та нейрофізіологічних змін у рецепторі під впливом подразника.

Кожен рецептор може реагувати подразненням тільки на певний вид енергії у певному діапазоні або на певні речовини. Ця властивість рецепторів називається *специфічною подразливістю*. До прикладу, зоровий рецептор людини реагує зоровим подразненням тільки на електромагнітні коливання у межах діапазону частот 380–800 мілімікрон. На електромагнітні коливання інших частот та їх модифікації, як і на інші види енергії він подразненням, яке перекодується у зорові відчуття, не реагує. Смаковий рецептор реагує подразненням, що перекодується у відчуття смаку, лише на розчинені у воді іони водню, металів, вуглеводів, алкалоїдів.

Ізоморфні подразникам біохімічні реакції у чутливих клітинах рецепторів, які називаються *рецептивними нейронами*, перекодовуються у електрохімічні імпульси в аферентних (лат. *afferentis* – той, що приносить) аксонах (нервових волокнах), які спрямовані доцентрово, до мозку. Своєю чергою, ці імпульси перекодовуються у біохімічні реакції в чутливих клітинах мозку, які називаються *сенсорними нейронами* (лат. *sensus* – відчуття). Відтак, ці реакції перекодовуються у відчуття – психічні моделі тих подразників, на які прореагували рецептивні клітини. До прикладу: солодке, духмяне, тверде, гаряче, червоне, болить, нудить, тяжке.

Виокремлюють два основні види перекодування інформації у матеріальних носіях (в речовинах та енергіях) – амплітудну і частотну модуляції. В основі амплітудної лежить прямопропорційна залежність між силою впливу, який моделюється, та інтенсивністю процесів його моделювання перекодуванням (реакцій, хвиль, імпульсів тощо). Так працюють абсолютна більшість вимірювальних приладів (термометри, манометри тощо), мікрофони, іконоскопи та ін.. Принцип амплітудної модуляції лежить в основі перекодування впливів подразників у рецептивних та сенсорних нейронах – чим сильніший подразник, тим більше



цих клітин реагує на нього і тим, вірогідно, більший потенціал збудження в них.

Частотна модуляція – це перекодування темпом (частотою) коливань, хвиль, імпульсів та їх ритмом – особливостями їх часових співвідношень, тобто, різними за тривалістю проміжками між ними. Той самий ритм може подаватись у різному темпі – усі їх часові співвідношення зменшуються або збільшуються (сповільнюються або прискорюються) однаково (суворо пропорційно), що забезпечує збереження структури ритму.

Інформація про подразник, яка надходить від рецептивних нейронів до поєднаних з ними аферентних аксонів, перекодується в цих аксонах однаковим кодом – електрохімічними хвилями тривалістю 2 мілісекунди і напругою 40 мілівольт. Ізоморфність перекодування забезпечується ритмом і темпом перебігу цих хвилюнок, а також їх місцем у тому пучку імпульсів, які надходять від того самого подразника різними аксонами, відповідно до місця кожного з них у доцентрових нервових волокнах, тобто, за принципом частотної модуляції. Але, частково й амплітудно – кількістю волокон, збуджених тими рецептивними нейронами, з якими ці волокна поєднані.

Іншими словами, кожен подразник збуджує багато рецептивних клітин. Просторова й часова структури таких збуджень постійно змінюються залежно, насамперед і головним чином, від змін у динамічній структурі діючого подразника. Своєю чергою, подразнені рецептивні клітини збуджують аферентні аксони, поєднані з ними. Цими аксонами до мозку у різному ритмі й темпі «біжать» пучки аферентних імпульсів, утворюючи мінливу просторово-часову мозаїку з однакових електрохімічних хвилюнок (2 мілісекунди, 40 мілівольт). В процесі цієї динаміки утворюються взаємозв'язки між рецептивними клітинами посередництвом їх відростків, що забезпечує їх взаємодію, взаємовпливи. Структуровані таким чином у часі й просторі сигнали надходять до сенсорних нейронів головного мозку.

Сукупності сенсорних клітин разом з аксонами, які поєднують їх з відповідними їм рецептивними клітинами, називають *первинними сенсорними полями* або просто *сенсорними полями*. Структуру цих полів утворюють *сенсорні ядра* – комплекси сенсорних клітин, у кожному з яких перекодована інформація від подразника моделюється у якомусь певне відчуття, скажімо, червоного кольору, гіркого смаку тощо.

Кожне сенсорне ядро має свої «представництва» у інших ядрах – це сенсорні нейрони, котрі містяться не в своєму ядрі, а в інших, та реагують і на ті подразники, що й їхнє «рідне» ядро, і на збудження того ядра, у якому знаходяться, передаючи інформацію про ці збудження у своє ядро. Вірогідно, але остаточно не доведено, що деякі з таких клітин, навпаки, інформують ядра, у яких знаходяться, про реакції у ядрах, які представляють. Сенсорні нейрони, котрі в сенсорних ядрах представляють інші сенсорні ядра, називаються *розсіяними*. Деякі сенсорні нейрони з'єднані аферентними волокнами з відповідними їм за модальністю (якісним змістом) відчуття рецептивними нейронами, котрі знаходяться у «чужих» їм рецепторах. До прикладу, у нервових відростках зубів та ясен серед больових рецептивних клітин є також слухові й зорові. Адаптивна доцільність цього та інших подібних «представництв» не зовсім зрозуміла.

Щодо універсальності чи спеціалізованості рецептивних та сенсорних нейронів є дві гіпотези, жодна з яких остаточно не доведена: 1. Рецептивні та сенсорні клітини кожного з аналізаторів універсальні в тому розумінні, що кожна з них здатна реагувати на всі подразники, відповідні тому аналізатору, якому вони належать. Скажімо, на всі електромагнітні коливання у межах 380-800 мкм (енергетичного спектру, який викликає зорові відчуття у людини). Відтак, рецептори, аферентні шляхи й сенсорні поля є однорідними за складом, а їх елементи – нейрони – взаємозамінними. 2. Рецептивні та сенсорні нейрони – спеціалізовані, тобто, кожен з них реагує тільки на якусь певну частину подразника, до прикладу, – на електромагнітні коливання частотою 555 мкм. Вагомі результати нейрофізіологічних та психофізіологічних досліджень свідчать, що більш вірогідною є друга гіпотеза.

## **6.2. Модальність відчуття. Синестезія**

**Модальність відчуття** (лат. *modus* – міра, спосіб) – це якісний зміст переживання (відчування) подразнень кожного з аналізаторів: зорового – як світлот/темнот і кольорів, слухового – як звуків, нюхового – запахів, смакового – смаків, тактильного (дотикового) – як консистенцій і температур і т. ін.

Відчуття усіх модальностей: 1. Виникають в результаті безпосереднього впливу подразника на рецептор. 2. Є продуктом

ізоморфних перекодувань: впливів енергій та речовин подразників у біохімічні реакції в рецептивних клітинах; цих реакцій – у електрохімічні імпульси в аферентних волокнах; цих імпульсів – у біохімічні реакції в сенсорних клітинах; інтеграція даних реакцій – у нейрофізіологічні процеси; і вже цих процесів – у відчуття, психічні моделі діючих подразників. 3. Є первинними, елементарними психічними феноменами в тому розумінні, що не розкладаються на власне психічні складові. 4. Несуть інформацію, яка є базовим, первинним матеріалом для усіх інших психічних феноменів (процесів і станів).

Напевне, що посередництвом розсіяних сенсорних клітин відчуття одних модальностей можуть бути більше або менше «зафарбовані» відчуттями інших, до прикладу, смакові – нюховими і навпаки, зорові – температурними, смаковими та ін., слухові – тактильними, зоровими тощо. Притім, подразники, котрі могли б викликати такі додаткові відчуття, не діють на рецептори суб'єкта. Отже, вони зумовлені якимисьь нейронними зв'язками між сенсорними полями аналізаторів. Ці зв'язки називають *інтрамодальними* (лат. *intro* – всередині), а відчуття, які вони породжують, синестезіями.

**Синестезія** (грец. *synaistesis* – одночасне відчуття, спільне почування) – поява разом з відчуттями якоїсь модальності, відповідними діючому подразнику, відчуттів іншої модальності, зумовлених не дією відповідного їм подразника, а міжнейронними зв'язками аналізаторів.

Деякі синестезії усвідомлюються людьми, інші не усвідомлюються, тобто, функціонують на несвідомому рівні. Одна з найбільш відомих усвідомлюваних синестезій – так званий колірний слух. Звукові подразники, здебільшого звуки музики, викликають разом з відповідними їм слуховими відчуттями, поєднаними у гармонії музичних образів, відчуття кольорів, які розгортаються у вигляді гармонійних колірних мозаїк. Ця синестезія виразно виявлялась у композиторів Н. А. Римського-Корсакова, А. Н. Скрябіна, М. К. Чюрльоніса, який був також художником і «чув» кольори як мелодійні звуки, тобто, у нього була не лише звуко-колірна, а й колірно-звукова синестезія. (*Про дивовижні усвідомлювані синестезії видатного мнемоніста Шерешевського див.: 10.3.1.*)

Неусвідомлювана звуко-колірна синестезія, притаманна, принаймні, переважній більшості людей, існує між голосними мовленнєвими звуками та барвами. Якщо запропонувати

досліджуваним на їх розсуд поєднати кожен зі звуків *a, y, o, i, e, u* з якимось кольором, то, зазвичай, переважна більшість «фарбує» *a* – в червоний колір, *y* – в синій або синьо-зелений, *o* – в жовтий або білий, *i* – в синій або блакитний, *e* – у зелений, *u* – в чорний або коричневий. Пояснити, вагомо обґрунтувати такий свій вибір не може ніхто. Наука також не знайшла коректного пояснення цього феномену.

Переконливим проявом цієї синестезії є ті літературні образи, у яких описуються колірні гами, забарвлення тощо. Поети й письменники, не знаючи про неї, несвідомо добирають слова, у яких переважають ті голосні звуки, котрі відповідають барвам ситуацій, явищ, подій, предметів, які вони описують цими словами. Як виразний приклад можна розглянути вірш Богдана Лепкого «Піду я в чисте поле»:

Піду я в чисте поле,  
В саме – полудне-жар;  
Стерня там ноги коле,  
Хлоп'ятко босе-голе  
Пасе двірський товар, –  
Піду я в чисте поле  
В саме полудне-жар.  
Ой доле моя, доле,  
Який гарячий день!  
Як ця стернина коле,  
Як сонце йде поволі  
Й палить немов огонь!  
Ой доле, бідна доле,  
Який гарячий день!

У цьому поетичному описі домінує жовте забарвлення сліпучо-палючого сонця і стерні та біляво-прозоре – випаровування. Відповідно, маємо 22 звуки *o*. Блакить неба не дуже виразна через ці випари та сліпуче сонячне сяйво – звуків *i* всього 5. Зелень якщо й бачиться, то десь далеко («чисте поле») – 3 звуки *y*. Крізь стерню виразно проглядає чорно-коричнева земля – 8 звуків *u*. Але, маємо 8 звуків *a* та ще й 12 – *я*, у яких *a* є основним звукоутворюючим елементом. А власне червоних барв у цьому описі фактично немає.

В цьому виявилась ще одна властива практично всім людям і багатьом видам тварин неусвідомлювана синестезія – колірно-

температурна. Ця синестезія стала основним фактором поділу кольорів на теплі й холодні. До теплих відносять усі відтінки червоного (у вірші – 8 звуків *a* і 12 *я*), помаранчевого (жовтогарячого) й жовтого (22 звуки *o*) – «Який гарячий день!» До холодних – зеленого, синього й фіолетового.

Переважній більшості людей, котрі почергово перебувають деякий час у двох різних приміщеннях з однаковою температурою, але пофарбованими одне теплим, а інше холодним кольорами, здається, що температура в них різна, а саме, що в першому тепліше. Є й чимало таких, які не відчують цієї «різниці». Однак, організм практично всіх людей і багатьох видів тварин реагує на «тепле» й «холодне» забарвлення середовища як на температурні подразники – відповідно змінюється температура шкіри внаслідок збільшення чи зменшення виділення поту (піт, як всіляка волога, що випаровується, охолоджує) та ін.. Тобто, організм реагує так, ніби тактильно відчуває коливання температури. Хоча насправді – це теплова синестезія з реальним відчуттям зорової (колірної) модальності. Фактор цієї синестезії загалом зрозумілий – філогенетичний та онтогенетичний життєвий досвід. Гарячі й теплі об'єкти у нашому земному світі забарвлені у теплі кольори (вогонь, сонце, жива кров та ін.), холодні – в холодні (сніг, вода, зелені рослини тощо). Постійне відчуття їх забарвлення й температури водночас, у нерозривній єдності утворило відповідні інтрамодальні зв'язки, нейрофізіологічні основи яких закарбувались генетично.

Чимало синестезій зумовлюються індивідуальним життєвим досвідом, серед яких найбільш відомими є відчуття: кислого смаку від погляду на розрізаний лимон, що виявляється у виділенні слини; ніжної м'якості від вигляду оксамиту (бархату); зуд і мурашки на шкірі від писку комара. У цій синестезії є ще й виразний негативно забарвлений емоційний тон відчуття.

### **6.3. Емоційні тони відчуттів**

*Емоції* (лат. *emoveo* – хвилюю) – психічні реакції, процеси, стани, які функціонують у межах дихотомійної модальності «приємно–неприємно» (вдоволення–невдоволення, насолода–страждання тощо). «Приємний» бік цієї дихотомії називається позитивне емоційне забарвлення, «неприємний» – негативне емоційне забарвлення.

*Дихотомія* (грец. *dicha i toma* – розсічення навпіл) – діаметрально протилежні поняття, які сукупно характеризують зміст певних феноменів, на кшталт: *тепле–холодне, світле–темне, приємне–неприємне*. Є й інші значення терміну *дихотомія*.

*Емоційний тон відчуття* – це емоційна реакція, яка виникає разом з відчуттям і *приємно чи неприємно забарвлює його*.

До прикладу, переважна більшість досліджуваних характеризують певні звуки як *приємні, інші – як неприємні, як дратуючі, тривожні, сумні, веселі, лагідні тощо*. Практично для всіх людей *неприємним є звук «лопатою по склу»*. У багатьох цей звук викликає ще й тактильну синестезію: *«мурашки по тілу» як від огидного (також емоційний тон) дотику – на кшталт синестезії від писку комара*. Подібні емоційні реакції виникають і на певні кольори. До прикладу, чимало людей *почувають темно-бузковий і деякі відтінки синього як зловісно-тривожні*. Вочевидь тому, що ці барви несвідомо асоціюються з *грозовою хмарою, з бурєю*.

Можливо, що на емоційних тонах зорових відчуттів ґрунтуються експериментально виявлені зв'язки між *приємністю для особи певних кольорів та її певними властивостями з виразною емоційною основою*. Так, синій колір, зазвичай, є *приємним для осіб врівноважених, спокійних, загалом задоволених собою і світом; синьо-зелений – для впевнених у собі, впертих, наполегливих; червоний і помаранчевий – для цілеспрямованих, агресивних, пристрасних; фіолетовий – для естетів, які полюбляють, тонко почувають та шукають красу, прекрасне і, водночас, прагнуть уникати життєвих труднощів*.

Наприкінці 40-х років минулого століття Макс Люшер виявив, що *колірну гаму з домінуванням червоного настроюють на екрані телевізора емоційні, чутливі, вразливі, агресивні і, водночас, довірливі особи; з домінуванням жовтого – толерантні й дружелюбні оптимісти, але внутрішньо напружені; темно-синього – несміливі, слабкі, але небезпечні; світло-синього – особи, з якими легко домовитись, знайти консенсус, котрі не знають міри у вживанні їжі та алкогольних напоїв*. Порівнюючи наведені приклади зв'язків, можна знайти в них як *спільне, тотожне, так і відмінне*. Це, зокрема, свідчить, що зв'язки такого роду – це лиш *більш-менш виразні загальні тенденції, попри які існує безліч індивідуально-неповторних варіацій, нерідко, помітно відмінних від цих тенденцій*.

З усіх відчуттів найглибші емоційні сліди у пам'яті залишають *запахи*. Достатньо ледь відчутного запаху, щоб людина виразно,

яскраво згадала навіть дуже давню ситуацію, у якій вона відчувала його, але, за умови, що ця ситуація викликала у неї тоді досить інтенсивні емоційні переживання. Вражаюче тепло написала про це Ліна Костенко:

Душа належить людству і епохам.  
Чому ж її так раптом потрясли  
Осінні яблука, що терпко пахнуть льохом,  
І руки матері, що яблука внесли!

Запахи доволі виразно поділяються на приємні, котрі ваблять, і неприємні, які відштовхують, викликають відразу, огиду. Так, запахи меркаптанів і мертвечини, що гниє, вельми огидні для всіх людей. Принаймні для переважної більшості жінок неприємним є інтенсивний запах певних чоловічих гормонів (андростерону та ін.), що не знайшло пояснення. Водночас, чоловіки цей запах не відчують взагалі, зовсім.

Приємними чи неприємними емоційними тонами забарвлена переважна більшість смакових відчуттів. Відчуття болю, яке сигналізує про ураження органу, від якого надходить, завжди викликає емоцію страждання, муки.

Нерідко виразне емоційне забарвлення мають відчуття, нові для суб'єкта, але з часом це забарвлення, здебільшого, притуплюється.

#### 6.4. Класифікація відчуттів

*Відчуття поділяють на види за критерієм середовища їх надходження – із зовнішнього чи з внутрішнього (від власного організму суб'єкта). Їх, відповідно, називають екстероцептивні (лат. *exter* – зовнішній і *receptor* – той, що відчуває, сприймає) та інтероцептивні (лат. *interior* – внутрішній).*

Деякі автори виокремлюють як вид пропріоцептивні (лат. *proprius* – власний) відчуття. Але, логіка критерію поділу – надходження ззовні чи зсередини (від організму) не дозволяє поставити їх поряд з екстероцептивними та інтероцептивними як окремий вид. Адже пропріоцептивні відчуття надходять від м'язів, сухожилок, суглобів, котрі є невід'ємною складовою організму, а не з якогось третього місця, що існує поряд з організмом та

зовнішнім щодо нього світом. Отже, *пропріоцептивні відчуття* – це різновид, група інтероцептивних.

Свою чергою, екстероцептивні відчуття поділяють на дві групи – контактні і дистантні.

**Контактні** (лат. *contactus* – дотик) **відчуття** виникають в результаті безпосереднього контакту, дотикання поверхні подразника до поверхні рецептора.

Контактними є:

1. **Відчуття смаку (смакові)**, котрі викликаються безпосереднім дотиком до смакового рецептора розчинених у воді іонів (заряджених молекул): 1) водню, що людьми відчувається як кислий смак; 2) металів – відчувається як солоне; 3) вуглеводів – як солодке; 4) алкалоїдів – як гірке.

Поєднання цих іонів у різних пропорціях плюс нюхові відчуття від продуктів (їх запахи, аромати) створює все неосяжне розмаїття смаків. Зауважимо, що приблизно 80% відчуттів, які люди вважають смаковими, насправді є нюховими, запахами. Так, якщо людині щільно затулити ніс або іншим чином тимчасово «вимкнути» нюховий рецептор, щоб вона не відчувала запахів тих продуктів, які їй пропонують впізнати на смак, і, зрозуміло, щоб не бачила їх, то принаймні більшість з них вона не впізнає. До прикладу, не відрізнити картоплю від яблука, червоне вино від кави, шоколад від ананасу тощо.

А от деякі відчуття, котрі вважаються запахами, насправді є смаками. Найвиразніший приклад – хлороформ, який дають понюхати, щоб «привести до тями», викликає дуже гостре смакове відчуття, а не нюхове.

Смакові відчуття іноді називають хімічними, тому що вони виникають внаслідок реагування смакових рецептивних клітин на названі вище іони. Ці клітини одержали назву *смакові цибульки*, кожна з яких міститься у мікроскопічній луночці. Форма кожної з цих луночок більш-менш відповідає формі якогось із іонів, що викликають смакові відчуття. Величезна кількість таких луночок розташована на поверхні смакового рецептора – в ротовій порожнині, переважна більшість – на язичку.

2. **Відчуття дотику (дотикові) або тактильні** (грец. *tact* – дотик) переживаються як дотики, натискання, вібрації та несуть інформацію про консистенцію, структуру поверхні і температуру подразника: м'яке, тверде, вологе, сухе, здригається, вібрує, гладке, гостре, колочче, шершаве, сипуче, холодне, тепле, гаряче тощо.



Тактильними відчуттями є лоскоти, які зумовлюються дотиками до певних ділянок поверні тіла і супроводжуються виразними негативно чи позитивно забарвленими емоційними тонами, залежно від багатьох факторів.

А от свербіння шкіри слід віднести до інтероцептивних відчуттів, тому що воно зумовлене не дотиками до неї, а певними органічними процесами в ній, а шкіра – тілесний орган. Ці процеси спричиняються активністю й токсинами патогенних мікроорганізмів, отрутою комах-кровососів, закриттям потових та жирових каналів (пор) брудом тощо. З позицій такого тлумачення інтероцептивними є й больові відчуття на поверхні шкіри, викликані тими впливами на неї, котрі руйнують її.

Тактильні рецептивні клітини містяться на всій поверхні шкіри, але розподілені на ній нерівномірно. Найбільше їх на кінчиках пальців (пучках). Це цілком природно, адже людина, щоб визначити консистенцію, структуру, температуру об'єктів, торкається, обмацує їх головним чином пальцями рук.

*Дистантні (лат. distantia – віддаль) відчуття виникають внаслідок впливу на рецептори енергій та молекул, що надходять від об'єктів, без контакту рецептивних поверхонь з поверхнями цих об'єктів.*

Дистантними є:

1. **Зорові відчуття**, котрі переживаються як світлоти-темноти, освітленість та колір (забарвлення) об'єктів. Як вже зазначалось, вони є продуктом дії електромагнітних коливань в діапазоні 380-800 мілімікрон на рецептивні клітини зорового аналізатора, які розміщуються у чутливих шарах очних яблук. Ці шари називаються *сітківка ока*. Сітківка містить два типи світлочутливих клітин – *палички* і *колбочки*, названі так завдяки зовнішній подібності з цими предметами. Її поділяють на внутрішній і зовнішній сегменти відносно центру ока. Зовнішні сегменти сітківки очей контактують із шаром *пігментного епітелію*, в якому світлова енергія перекодовується у біохімічні реакції, котрі подразнюють прилеглі до епітелію зорові рецептивні клітини.

Німецький анатом М. Шульце у 1866 році відкрив, що колбочки й палички виконують різні рецептивні функції, а саме: колбочки реагують в умовах інтенсивного освітлення і забезпечують розрізнення дрібних деталей об'єктів на основі відображення перепадів світлот на їх контурах і кольорів та їх відтінків; палички – в умовах слабкої освітленості виокремлюють

виразні структури і конфігурації об'єктів у діапазоні сірого кольору на основі різної насиченості його (як у чорно-білому кіно). Дрібних деталей та забарвлень палички не розрізняють.

Згодом було встановлено, що бачення кольорів забезпечують три групи колбочок, кожна з яких реагує на певну частину діапазону електромагнітних коливань 380-800 нм. Відтак, кожна з цих груп породжує відчуття певного кольору, а саме: синього, зеленого і червоного. Отже, виходить, що колірний спектр у своїй основі – триколірний. А все розмаїття барв, яке бачать люди, є результатом поєднання у різних пропорціях цих реакцій колбочок, що, напевне, відбувається у зорових сенсорних полях (центрах зору) головного мозку, котрі, як ви вже знаєте, локалізуються у його потиличних ділянках.

А звичний нам семиколірний спектр – умовність. Включені у нього оранжевий (помаранчевий, жовтогарячий) і жовтий – це червоний з домішками синього і/або зеленого, блакитний (голубий) і фіолетовий – це синій з домішками зеленого і/або червоного. Для порівняння, у спектрі німецькомовної культури блакитного кольору немає, тільки синій. Тобто, в ньому не сім, як у нас, а шість кольорів. У деяких африканських народів – двоколірний спектр – поділяється на теплі й холодні барви (тут доречно згадати зорово-температурну синестезію). Можна включити у колірний спектр п'ять (як це було у стародавніх греків), дев'ять, двадцять сім і, в принципі, скільки завгодно барв, тому що існує безліч їх відтінків, між якими неможливо провести виразну межу, щоб визначити їх кількість.

На електромагнітні коливання частотою менше 380 і більше 800 нм зір людини зоровими відчуттями не реагує, не відчуває їх у модальності світлот-темнот і барв. Вони називаються, відповідно, *ультрафіолетовими* та *інфрачервоними*.

Очі і весь зоровий аналізатор в усіх хребетних влаштований, в принципі, однаково.

Людина одержує посередництвом зорового аналізатора понад 80% інформації. Іншими словами, сенсорною основою приблизно 80% інформації, яку опрацьовує психіка людини, є зорові відчуття.

**2. Слухові відчуття** – це остаточний продукт подразнення рецептивних клітин слухового аналізатора механічними, синусоїдальними за формою коливаннями повітря частотою 16-20000 герц (коливань за секунду). Навіть коли вуха занурені у воду, між нею та чутливою (рецептивною) слуховою поверхнею

залишається тонкий прошарок повітря. Якщо цього прошарку немає, вухо не чує. Не чує воно і синусоїдальні коливання повітря більшої та меншої частоти, котрі називаються, відповідно, *ультразвуки* та *інфразвуки*.

Але, звукові хвилі проходять і через так звані балки потиличної, тім'яної та скроневої костей і надходять цим шляхом до звукових аналізаторів. Цим скористався Бетховен, коли почав втрачати слух. Він брав у зуби паличку, щільно притискав її до деки рояля і так чув музику. На сьогоднішній день «кістяний» слух лежить в основі одного з типів слухових апаратів для людей, які погано чують, та засобів зв'язку у танкових військах, авіації, військово-морському флоті.

Слуховий рецептор розміщується у двох вухах, кожне з яких поділяють на зовнішнє, середнє і внутрішнє вухо. Зовнішнє – це вушна раковина і слуховий прохід. Середнє – порожнина об'ємом близько 1 кубічного сантиметра, відокремлена від зовнішнього вуха тоненькою перетинкою, яка називається *барабанною*. Під впливом звукових хвиль барабанна перетинка коливається в унісон з ними. Вона з'єднана з трьома найменшими в організмі людини кісточками, які називаються *молоточок*, *ковадло* і *стремінець*, тому що їх форма схожа на ці предмети. Ручка молоточка вплетена у барабанну перетинку, головка його з'єднана з ковадлом, а довший відросток ковадла – зі стремінцем. До ручки молоточка і до стремінця прикріплені два дуже маленькі м'язи, котрі натягують барабанну перетинку і цим посилюють її чутливість, коли звуки слабкі, та цілковито розслаблюються, коли звуки такі сильні, що можуть пошкодити орган слуху, завдяки чому перетинка послаблено реагує на них.

У внутрішньому вусі знаходиться складова органу слуху, яка називається *лабіринт*. Це заповнена ендолімфою (органічна рідина) система перетинчастих каналців, вставлена у щільний кістяний чохол (як скрипка у футляр), заповнений перилімфою (органічна рідина), яка трубочками сполучена з рідинами головного мозку. В лабіринті містяться: *слимак* (зовні схожий на його мушлю – 2,5 завитки навколо центрального стрижня); у слимаку – *кортіів орган*, в якому звукові хвилі перекодовуються у біохімічні реакції в слухових нейронах; *три напівкруглі канали*, котрі розташовані у взаємно перпендикулярних площинах і нагадують ручки горняток; один кінець цих «ручок» має схоже на бульбу потовщення, в якому знаходиться рецептор *вестибулярного апарату*; *два мішечки* –

круглий та еліпсоподібний – у них розміщується частина рецептивних клітин вестибулярного апарату.

Звукові хвилі спричиняють коливання барабанної перетинки і разом з нею – молоточка, який б'є по ковадлу, ці удари передаються стремінцю, котре міститься в *овальному віконці* капсули лабіринту. Коливаючись вперед-назад у цьому віконці (як поршень), стремінце рухає його рідини. А вже ці рухи відображаються слуховими рецептивними клітинами кортієвого органу.

**3. Нюхові відчуття або запахи** – це сенсорне психічне відображення впливу летючих молекул різних речовин (тих, що відірвались від своєї речовини і вилетіли в повітря) на рецептивні клітини нюхового аналізатора.

Ці клітини розміщуються в луночках у носовій порожнині, форми внутрішньої поверхні яких відповідають формам молекул, котрі пахнуть, тобто, викликають нюхові відчуття. Таке тлумачення нюхових відчуттів образно назвали концепцією «замка й ключа» та «скрипки й футляру». Мовляв, будова луночок, у яких знаходяться нюхові рецептивні клітини, відповідає формам пахучих молекул як замок ключу від нього, як футляр «своєї» скрипки. Ця концепція була вагомо обґрунована в середині минулого століття.

Однак, новітні відкриття квантової фізики показують, що нейрони нюхового рецептора реагують подразненнями, які поетапно перекодовуються у відчуття запахів, не на власне форму, будову пахучих молекул, а на їх вібрації квантової природи. Тобто, виходить, що нюховий рецептор функціонує на кшталт слухового і зорового – подразнюється енергетично-хвильовими подразниками. Це пояснює, чому деякі речовини, склад і форми молекул яких істотно відрізняються між собою, пахнуть майже однаково. Напевне, що, попри ці відмінності, їхні квантові вібрації вельми подібно резонують з певними нюховими рецептивними клітинами. До прикладу, смертельна отрута синильна кислота пахне мигдалем, склад і структури молекул синтезованих харчових ароматизаторів суттєво відрізняються від тих продуктів, запахи яких вони імітують, коньяк декому пахне роздавленими клопами і т. ін.

Отже, пахнуть тільки ті об'єкти, молекули яких – летючі. Ті, від яких молекули не відриваються і не вилітають у повітря, не пахнуть. Але, інтенсивність запаху визначальним чином залежить не від кількості летючих молекул, а від їх складу й будови.

Існує безліч запахів, постійно з'являються нові – цілеспрямовано створюються із природних чи/та синтезованих інгредієнтів (парфумерія, виноробство, виробництво кави, чаю, солодоців, інших напоїв і продуктів та ін.; згадаємо, що 80% смаків – це, насправді, запахи), або виникають як побічні похідні хімічно-технологічних процесів.

Згідно з остаточно не доведеною гіпотезою, яку, однак, поділяє більшість дослідників, принаймні, чимало різноманітних запахів, нюхових відчуттів утворюється варіаціями та поєднанням у різних пропорціях молекул певної форми (чи їх вібрацій квантової природи?), а саме: 1) кулеподібних, які викликають відчуття камфорного запаху; 2) дископодібних – мускусного; 3) дископодібних з хвостиком – квіткового; 4) клиноподібних – м'ятного; 5) паличкоподібних – ефірного. Форми молекул, які мають запахи, названі *гострими й гнилісними*, не встановлена. Але саме у межах гострого запаху – найбільша кількість варіацій.

**Інтероцептивні** (лат. *interior* – внутрішній) **відчуття** виникають внаслідок дії подразників всередині організму, котрі сигналізують, несуть інформацію про стани й процеси в ньому. Це здійснюється посередництвом інтероцептивних нейронів, чутливих щодо різноманітних змін у його органах, тканинах, рідинах. Інтероцептивні відчуття слід поділити на органічні та проприєцептивні.

**1. Органічні відчуття** – це відображення в модальностях болю, напруження-послаблення, спраги, нудоти і т. ін. процесів, змін у тілесних органах, тканинах, їх станів.

Чітко й однозначно визначити модальності органічних відчуттів, а відтак, поділити їх на групи, не вдається – вони надто розмаїті й «розпливчасті» в тому розумінні, що їх зміст важко описати конкретно й виразно. Скажімо, тільки різновидів болю налічують понад тридцять: гострий, тупий, колючий, поколюючий, обгортуючий, стріляючий тощо. А як виразно охарактеризувати відчуття на кшталт: «смокче», «тягне», «ломить», «тисне», «стискає», «рухається», «поколює, але не болить»? Серед цих відчуттів є такі, що не локалізуються в тих чи інших ділянках тіла, системах органів, а переживаються як загальний стан організму, до прикладу: втома, розбитість, загальмованість, збудженість, сповнення життєвою енергією, високий тонус тощо. Зауважимо, що кожен з таких станів може мати різне емоційне забарвлення – і приємне, позитивне, і неприємне, негативне.

2. *Пропріоцептивні або кінестезичні відчуття* повідомляють про стан опорно-рухового апарату та про процеси, що відбуваються в ньому, зокрема, про динаміку скорочення, напруження й розслаблення м'язів, про рухи частин тіла та їх співвідношення, рівновагу й положення тіла та його частин в просторі тощо. Вірогідно, що так зване відчуття часу, посередництвом якого людина може *правильно* визначити тривалість різних часових проміжків і час доби, навіть з точністю до декількох хвилин, є специфічним різновидом пропріоцептивної чутливості.

Деякі дослідники виокремлюють ще одну підгрупу інтероцептивних відчуттів – *афективні* (лат. *affectus* – *хвилювання, настрої*). Мовляв, є відчуття з виразним емоційним забарвленням, як от, втома, пригніченість, внутрішній дискомфорт чи, навпаки, комфорт, бадьорість тощо. Але, частина психічних феноменів, котрі зараховуються до «афективних відчуттів», вочевидь, не є відчуттями, а позитивно чи негативно забарвленими емоційними станами (*див.:11.1.*); інші являють собою дифузні (виразно не локалізовані у певних ділянках тіла, а розлиті по ньому) органічні відчуття з виразним емоційним тоном. Скажімо, втома, бадьорість тощо можуть мати і позитивно, і негативно забарвлений емоційний тон, залежно від обставин: приємна втома від успішної праці, що робилась із вдовolenням; бадьорість, стимульована страхом, тривогою, відчаєм, розпачем і т. ін. Отже, так звані «афективні відчуття» не мають ознак, котрі відрізняли б їх як специфічний феномен, властивостей, притаманних тільки їм, своєї *differentia specific*.

Розглянуті модальності, види, групи, підгрупи відчуттів не вичерпують усіх проявів цього феномену в людини, не кажучи вже про тварин. Так, у окремих осіб є відчуття, невластиві виду *Homo sapiens*, а у деяких видів тварин – відчуття, як тих самих модальностей, що й в людей, але помітно відмінні від них, так і відсутні у людей.

До прикладу, деякі індивіди відчувають кольори пальцями, притім, не в зоровій модальності, а в тактильній: чорний колір – як невеличку опуклість, білий, навпаки, – як заглиблення, жовтий – як пористу поверхню, червоний – як липку і т. ін. Окремі особи відчувають радіацію як особливу енергію, не схожу на жодну іншу. А дехто – наближення шторму на тому етапі, коли жодних ознак, відчутних для інших людей, нема й близько. Вони характеризують це відчуття як безпричинну «нашорошеність» і

стривоженість (емоційний тон – побоювання) та підкреслюють, що воно виразно специфічне, зовсім не схоже на погіршення самопочування, млявість, «розбитість», що може спричинитись змінами погоди, потужним електромагнітним випромінюванням (біля ліній високовольтних електромереж тощо), підвищеною сонячною радіацією і т. ін.

Слуховий аналізатор кажанів (лиликів) реагує на ультразвукові коливання частотою до 130000 герц, тобто, у шість з половиною разів більшою, ніж та максимальна, яку здатна почути людина. Медузи відчувають ультразвуки частотою 3-4 герц, які породжує шторм, що наближається. Відчувши їх, медузи хутко пливають від берега, щоб потужні хвилі не розчавили їх об нього. Бджоли бачать в ультрафіолетовому випромінюванні, але не бачать в інфрачервоному, а таргани, комарі, чимало видів змій – навпаки. Ймовірно, що коти, собаки, інші види не мають колірних відчуттів, а бачать світ забарвленим у різні відтінки сірого – як чорно-білі світліни та відео. Міноги та електричні вугрі мають рецептори, чутливі до електричних полів. Акули відчувають електричні розряди, навіть дуже слабенькі, особливо, риба-молот (вид акул). Майже всі риби – тиск і вібрації води. Практично всі види мігруючих птахів і риб, а також річкові слимаки якимось чином відчувають лінії магнітного поля Землі, за якими орієнтуються.

Відчуття мають не лише якісний вимір (модальність), а й кількісний, який виявляється у їх інтенсивності та в чутливості органів чуття.

### **6.5. Пороги відчуттів. Інтенсивність відчуття.**

#### ***Чутливість та адаптація органів чуття***

Не всілякий вплив подразника, який відповідає органу чуття у якісному вимірі, спричиняє його реакцію. Реакції, що завершується відчуттям, немає, якщо подразник надто слабкий або надто сильний у кількісному вимірі. Тобто, відповідної аналізатору енергії чи речовини або недостатньо, щоб викликати його подразнення, або забагато щодо біохімічного потенціалу його рецептивних нейронів – подразник недостатньо чи занадто сильний.

Так, силу світла вимірюють у кенделах (*лат. cendela – свічка*), а освітленість – в люксах. Кожне з коливань в діапазоні 380–

800 мкк, які породжують зорові відчуття, може мати різну силу (кількість кендел) та освітлювати з різною інтенсивністю (кількість люксів). Сила звуку відчувається як його гучність, що вимірюється белами, а здебільшого, меншими на порядок одиницями – децибелами. Кожна хвиля в діапазоні 16–20000 герц може мати різну силу – кількість децибел.

Тобто, відчуття викликає сила подразника, обмежена певним інтервалом. Якщо вона менша за нижню межу цього інтервалу, подразнення, що викликає відчуття, не відбувається. Якщо більша за його верхню межу, здебільшого, виникає біль, що сигналізує про загрозу руйнування рецептора надто сильним щодо його реактивного потенціалу впливом (сліпуче світло, надпотужний звук, дуже гаряча поверхня тощо).

*Межові точки інтервалу сили подразника, яка породжує відчуття, називаються абсолютними порогоми відчуттів.*

*Мінімальна сила подразника, яка ще відчувається, називається нижнім абсолютним порогом відчуття.*

*Максимальна сила подразника, яка ще відчувається адекватно, не змінюючись боєм, називається верхнім абсолютним порогом відчуття.*

Однак, експериментально встановлено, що рецептори реагують і на подразники, сила яких дещо менша, ніж величина нижнього абсолютного порогу. Такі подразники називають *підпороговими*. Але ці реакції настільки слабкі, що не перекодовуються у власне відчуття, не відчуваються. До прикладу, експеримент: Підпороговий зоровий подразник подається водночас із легеньким віянням повітря в очі досліджуваного. Він кліпає повіками – спрацьовує захисний безумовний рефлекс. Після *n*-ної кількості таких сполучень вмикається цей підпороговий подразник, а повітря не віє. Однак досліджуваний мружить очі й кліпає, ніби захищає їх від віяння. На питання, чому він це робить, відповіді не може («сам не знає, чому він моргає»). Мовляв, якимось невимушено, само собою, безпричинно. Насправді, підпороговий подразник, який досліджувані не відчувають, спрацьовує як умовний подразник – на нього виробляється сигнальний (умовно-рефлекторний) зв'язок. Отже, цей подразник якимось відображається зоровим аналізатором і утримується в пам'яті.

Нижній абсолютний поріг відчуття позначається латинською літерою *H*. Цей поріг є також кількісним показником *чутливості органу чуття*, яка позначається *P(n)*. Чим менша величина



нижнього абсолютного порогу (сили подразника, який ще відчувається), тим більша чутливість органу чуття. Тобто, нижній абсолютний поріг відчуття та чутливість органу чуття перебувають у зворотно-пропорційній залежності, що відображено формулою  $P(n) = 1/n$ .

До прикладу, нижній абсолютний поріг зорового аналізатора приблизно у мільйон разів менший, ніж сила світла у сонячний день; слухового – менший, ніж середня сила людського голосу приблизно у 150000 разів. Тобто, чутливість цих аналізаторів – вельми висока.

Чутливість органу чуття не є сталою величиною. По-перше, під впливом певних чинників її рівень закономірно змінюється на загальнонародському рівні, тобто, в усіх людей; у тварин – на рівні виду. По-друге, вона характеризується помітними індивідуальними варіаціями (на рівні особи й особини).

Виокремлюють також поріг протяжності або просторовий і поріг тривалості або часовий. Зауважимо, так звана протяжність відчуття і поріг протяжності – гіпотетичні конструкції, тобто, припускають, що вони існують, хоча це не знайшло експериментального підтвердження.

*Протяжність відчуття* пов'язують з кількістю рецептивних клітин, які водночас реагують на подразник, подразнюються.

*Тривалість відчуття* – це часовий проміжок, протягом якого відчувається подразник.

Подразнення може охоплювати переважно більшість рецептивних клітин. До прикладу, майже всі зорові рецептивні нейрони інтенсивно функціонують ясным сонячним днем у саду з різнобарвними квітами, плодами, спорудами. Протяжність зорових відчуттів, що виникають у подібних ситуаціях, – дуже велика. Вона маленька у зорового відчуття, що з'явилося під впливом тоненького і далекого вогника у темну ніч, коли небо вкрито густими хмарами і навколо немає жодного світла.

Відтак, *поріг протяжності або просторовий* визначається тією найменшою кількістю, тим мінімумом рецептивних клітин, подразнення яких викликає відчуття.

*Поріг тривалості або часовий* – це мінімальна тривалість дії подразника, необхідна для появи відчуття.

Фактором закономірних змін чутливості органу чуття є сила діючого подразника, що виявляється у *диференційних порогах відчуттів*.

**Диференційні** (лат. *differentia* – відмінність) **пороги відчуттів**, які називають також **відносними та порогоми розрізнення**, визначаються величиною, на яку має змінитись сила діючого подразника, щоб суб'єкт відчув цю зміну. Іншими словами, – це зміна сили діючого подразника, яка відчувається.

Сила подразника відображається у **інтенсивності відчуття**, що характеризується більшою або меншою виразністю, насиченістю, гостротою тощо переживання його суб'єктом. Інтенсивність відчуття вирішально-визначальним чином залежить від сили подразника, який його викликав.

Людина помічає або більші, або менші зміни в силі діючого подразника залежно від величини сили його дії, а відтак, інтенсивності відчуття під час цих змін. Чим менша ця сила, тим менші її зміни помітить суб'єкт, і навпаки. До прикладу, якщо приміщення освітлює потужна люстра, то світло ввімкненого ліхтарика не помітить ніхто з присутніх у цьому приміщенні. А от у напівтемряві підвалу поява додаткового світла такої сили буде вельми відчутною, відповідне зорове відчуття – доволі інтенсивним.

Отже, відчування зміни сили діючого подразника визначається не абсолютною величиною цієї зміни, а її відношенням до величини тієї сили, що діє. Воно є константною, тобто, сталою, постійною величиною для відчуттів кожної з модальностей, що позначається формулою  $\Delta I/I = const$ , де  $\Delta I$  – величина зміни сили подразника,  $I$  – величина його сили на момент зміни і називається Законом Бугера-Вебера на честь французького дослідника П. Бугера, який виявив цю константу ще у XVIII столітті, та німецького фізіолога Е. Г. Вебера (1795–1878), котрий за допомогою експериментальних методів ґрунтовно вивчив її.

До прикладу, для зорових відчуттів ця константа дорівнює приблизно 0,01; для слухових – 0,1; для пропріцептивного відчуття ваги предметів, що виникає внаслідок напруження м'язів при підніманні їх, – 1/30. Це означає, що людина відчує приріст ваги на 1 кг, якщо утримує вантаж, котрий важить не більше 30 кг. Якщо у неї на долоні річ вагою 300 г, то вона відчує приріст, не менший, ніж 10 г, тощо.

Ближче до абсолютних порогів відчуттів Закон Бугера-Вебера, здебільшого, порушується.

На основі експериментальних даних, одержаних Е. Г. Вебером, німецький фізик і психолог Густав Теодор Фехнер (1801–

1887) методом інтегрального числення – за диференціал взято  $DI$  – вивів формулу залежності між силою подразника ( $I$ ) та інтенсивністю відчуття ( $E$ ), яке цей подразник викликає:  $E = \log I + C$ , у якій  $C$  – *постійна величина (константа)*, стала для кожної людини і різна у різних людей. Ця залежність називається *Закон Вебера-Фехнера*, згідно з яким, інтенсивність відчуття дорівнює логарифму сили подразника з врахуванням показника чутливості, постійного для кожної особи і дещо різного у різних людей. Це означає, що зростання сили подразника та зумовленої ним інтенсивності відчуття співвідносяться як геометрична та арифметична прогресії. Вочевидь, що це вберігає аналізатори від перевантажень та руйнацій.

Вельми вірогідно, але остаточно не доведено, що інтенсивність відчуттів пов'язана з частотою імпульсів у аферентних аксонах. Так, експерименти показують, що частота імпульсів у ізольованих аферентних волокнах слухового нерва і тварин, і людини однозначно відповідає логарифму сили звуку, зорового – сили світла тощо.

Основним чинником зміни чутливості органів чуття та абсолютних порогів відчуттів є сила і тривалість впливу подразників тієї самої модальності безпосередньо перед вимірюванням цієї зміни – чим більша сила і довша тривалість цього впливу, тим нижча чутливість і вищі абсолютні пороги, і навпаки. До прикладу, людина, яка швидко перейшла зі світла в напівтемряву, спочатку взагалі нічого не бачить – нижній абсолютний поріг її зорових відчуттів під дією відносно сильного і тривалого світла підвищився, чутливість сітківки очей знизилась. Поступово ця людина починає розрізняти контури оточуючих її предметів, їх великих деталей, аж до більш-менш виразного бачення. Так само спочатку нічого не бачить людина, яка швидко перейшла з напівтемряви в яскраво освітлене середовище. Під впливом відносно тривалого перебування в умовах слабого освітлення нижній абсолютний поріг її зорових відчуттів знизився, чутливість зору підвищилась, відтак, інтенсивність відчуття світла «зашкалює» – воно сліпуче. Але поступово її зір адаптується до зміни сили світла, вона починає бачити все більш виразно.

*Адаптація органів чуття* – це підвищення або зниження їх чутливості та абсолютних порогів відчуттів під впливом змін сили та тривалості впливу діючого подразника тієї самої модальності.

Цей процес характеризується амплітудою і тривалістю адаптивних змін. Так, параметр амплітуди адаптації зору сягає сотень тисяч одиниць сили світла. При переході зі світла в темряву вона триває до двох годин, з темряви до світла – декілька секунд. Нетривалою є тактильна адаптація до дії порівняно слабких подразників. Скажімо, дотикання одягу до тіла. Нюхова адаптація триває приблизно сорок хвилин і нерідко є цілковитою – суб'єкт перестає відчувати наявний запах. Це стосується навіть багатьох відносно, але не надто, сильних і неприємних нюхових подразників.

Практично не адаптуються больові та слухові відчуття, що цілком зрозуміло з погляду основних функцій психіки – відображення з метою адаптації. Біль є чутливим відображенням ураження органів, руйнації організму, що нагально потребує захисних дій. Вочевидь, що адаптація, як зменшення та зникнення болю, була б антиадаптивною щодо функціонування психіки.

Слухові відчуття для багатьох видів тварин і, нерідко, для людей є основними сигналами близької, але ще прихованої від зору та нюху небезпеки чи здобичі. Отже, зниження слухової чутливості було б антиадаптивним. Воднораз, постійне подразнення органу слуху вельми шкідливе щодо мозку, особливо, гучне, монотонне й неприємне, внаслідок вже відомого вам влаштування слухового рецептора. Отож відсутність адаптації слухових відчуттів спонукає уникати таких подразнень, свідомо й несвідомо шукати рятівної тиші, приємних, мелодійних, негучних звуків.

## ***6.6. Сенсibilізація***

Людина, яка щойно з'їла цілий лимон, не відчує кислого смаку вишні, а якийсь час після ложки меду – солодкий смак тістечка. Воднораз, відчуття кислого смаку істотно загострюється безпосередньо передуючим йому відчуттям солодкого; солодкого – передуючим соленим; холодного – після гарячого і навпаки і т. ін. Аналогічні за характером причинно-наслідкових змін процеси відбуваються з чутливістю, абсолютними порогоми відчуттів нюхової і тактильної модальностей.

Виявлено також закономірні зміни чутливості певних органів чуття та інтенсивності певних відчуттів внаслідок впливу водночас

подразників інших модальностей. До прикладу: подразнення шкіри слабким електричним струмом підвищує слухову чутливість; гучні звуки підвищують зорову чутливість щодо синьо-зелених кольорів і знижують щодо червоно-помаранчевих; червоний колір знижує чутливість слуху, а зелений – підвищує; кисло-солодкий смак, запахи гераніолу та бергамотного масла покращують нічний зір, що використовують військові розвідники; яскраве освітлення посилює смакові відчуття – їжа здається смачнішою; під приємну музику вантажі здаються легшими, а теплі й холодні – важчими.

Показники чутливості органів чуття та абсолютних порогів відчуттів залежать також від сталих варіативних особливостей відповідних їм подразників. Так, чутливість зору людини різна щодо різних інтервалів у межах діапазону 380–800 мілімікрон. Людське око максимально чутливе до електромагнітних коливань у інтервалі близько 555 мкм, які породжують відчуття зеленого кольору. Ближче до 380 мкм його чутливість знижується приблизно у 10000 разів, а ближче до 800 мкм – у сотні тисяч разів. Вуха людини найбільш чутливе до звукових коливань у інтервалі близько 1000 гц, в якому звучить людський голос. Ближче до 16 герц його чутливість знижується у сотні й тисячі разів (залежно від інших факторів); ближче до 20000 гц – в сотні тисяч разів.

Найвища чутливість зору й слуху людини у вказаних діапазонах – цілком закономірна. Адже домінуючим забарвленням природного середовища, у якому жили тваринні предки людей, доісторичні люди, попередні покоління переважної більшості сучасних націй та народів було зелене. Отож життєво необхідно була здатність добре бачити на зеленому тлі, розрізняти в ньому біотичні подразники. Найбільш важливим для людини слуховим подразником завжди було і залишається мовлення – базисний засіб спілкування, що забезпечує обмін інформацією з метою взаємовпливу та взаємодії. В межах звукового інтервалу людського голосу звучать і голоси тварин, які також були життєво значущими для людей і залишаються такими для тих, кого індустріалізація не відірвала від природи, сільського господарства. Зрештою, абсолютна більшість слухових сигналів, створених штучно, звучать у цьому ж інтервалі.

Ці особливості зорової та слухової чутливості людини цілком відповідають закономірності підвищення чутливості щодо життєво

значущих (біотичних) подразників у тварин. До прикладу, жаби дуже добре чують слабенькі звуки шелесту крилець комах, на яких вони полюють, а сильних звуків, котрі є для них абіотичними, не чують зовсім. В усіх суходільних видів ссавців-хижаків розвинулась вельми висока чутливість щодо запахів органічних кислот, які завжди залишаються в слідах тварин. Винюхуючи ці сліди, м'ясоїдні вистежують здобич. А щодо абіотичних для них рослинних запахів, нюхова чутливість хижаків – дуже слабка.

*Стале підвищення чутливості якогось органу чуття виду, роду, сімейства тварин, груп людей та окремої особи, особини, зумовлене необхідністю адаптації, називається сенсибілізація (лат. sensibilis – чутливий).*

Зрозуміло, що сенсибілізація виду, роду, сімейства, групи, принаймні здебільшого, зафіксована у їх генетичних програмах. До прикладу, висока чутливість виду *Homo sapiens* щодо зеленого кольору та людського голосу.

Люди розвивають і вдосконалюють (сенсибілізують) селекційними методами природну нюхову чутливість деяких порід та окремих собак, спеціалізуючи її щодо певних запахів, а також свиней, у яких виробляють навички винюхувати під верхнім шаром ґрунту гриби-трюфелі, і т. ін.

Високої чутливості щодо певних подразників вимагають чимало професій. Так, у дегустаторів чаю, вина, кави, продуктів харчування та в кухарів-професіоналів високого рівня розвивається вельми висока нюхова й смакова чутливість (відбувається сенсибілізація) щодо тих продуктів, з якими вони мають справу; у дегустаторів тютюну – нюхова щодо відтінків його запаху. Очі майстрів образотворчого мистецтва дуже чутливі (сенсибілізовані) щодо кольорних відтінків, пропорційних співвідношень предметів та їх частин. Найбільш «сенсибілізовані» з них здатні розрізнити понад 20000 (!) відтінків у спектрі від фіолетового до червоного. Висока колірна чутливість розвивається і у фарбувальників тканин. У музик – до звуків; у механіків, пілотів, водіїв – до звучання двигунів. Надзвичайно гострий зір у шліфувальників металів високої кваліфікації, тощо.

Чутливість певних органів чуття разом з інтенсивністю відповідних їм відчуттів помітно підвищується внаслідок відсутності або серйозних деформацій відчуттів іншої модальності. Таку сенсибілізацію можна назвати *компенсаторною*. Так, дуже висока тактильна, зокрема вібраційна, чутливість – у

незрячих, особливо, від народження. У народжених сліпими немовлят значно більше дотикових рецептивних утворень, які називають *пачінієві тільця*, на кінчиках пальців, ніж у зрячих. З роками їх кількість неухильно збільшується. Поступово загострюється ця чутливість і в осіб, котрі втратили зір через хворобу чи травму. Вібраційна чутливість деяких незрячих настільки висока, що вони впізнають знайомих їм людей за особливостями коливань підлоги від їхніх кроків, коли ті ще знаходяться в сусідній кімнаті, і жодних інших сигналів від них не надходить. Про те, що це саме вібраційна чутливість, свідчить цілковита відсутність такого впізнавання, коли знайомі незрячим особам особи йдуть по м'якому килиму, який поглинає їхні кроки, які спричиняють вібрацію підлоги, а також досить твердою підлогою. У багатьох незрячих розвивається якась особлива, притаманна тільки їм чутливість – вони дистанційно, на певній віддалі відчувають перепони.

Вібраційна чутливість загострюється і в глухих. Деякі з них навіть відчувають музику як гармонійні вібрації, поклавши руку на інструмент, що звучить, чи повернувшись спиною до оркестру, який грає. Так, відомий психолог Ольга Скороходова, котра у п'ятирічному віці через хворобу втратила зір та слух, насолоджувалась музикою саме в такий спосіб. Тримаючи пучки пальців на горлі співбесідника, вона, зазвичай, добре розуміла те, що він говорить. Природою вона милувалась посередництвом відчуттів тонких відрухів повітря, тепла й прохолоди, запахів, зокрема й тих, кількісні показники яких лежать значно нижче нижніх абсолютних порогів відчуттів цих модальностей. У ще однієї відомої сліпо-глухої дослідниці, Елен Келер була дуже висока нюхова чутливість. Вона легко впізнавала знайомих людей за тими їх запахами, які інші люди, навіть дуже близькі їм, не відчували зовсім, жодним чином. На сьогоднішній день компенсаторні сенсibiliзації такого роду продемонстрували чимало сліпо-глухих людей в багатьох країнах світу.

Ситуативне й тимчасове підвищення чутливості органів чуття у процесі їх адаптації не є власне сенсibiliзацією, тобто, сталим підвищенням її.

## 6.7. Прості, основні та складні відчуття

Як зазначалось у зв'язку з класифікацією відчуттів, у зоровому рецепторі людини функціонують три групи поглинання пігментів, що є першим етапом подразнення його. Кожна з цих груп реагує тільки на один з трьох інтервалів діапазону електромагнітних коливань, які перекодовуються у відчуття кольорів: 1) синього, 2) зеленого, 3) червоного. Ці відчуття називаються *простими зоровими відчуттями*, тому що, по-перше, не розкладаються на колірні складові, по-друге, їх поєднання у різноманітних пропорціях породжує всю безмежну гаму кольорів та їх відтінків. На такому поєднанні засновуються і створення барв художниками, і виробництво кольорової фото й відеопродукції і т. ін.

Окрім зорових, на сьогоднішній день більш-менш виразно диференційовані прості відчуття слухової, смакової, нюхової, тактильної модальностей. Оскільки вони є основою усіх інших відчуттів у межах своїх модальностей, які утворюються їх поєднанням у різних пропорціях, прості відчуття називають також *основними*, а похідні від їх змішування – *складними*. Так, *основні (прості) слухові відчуття* – це звучання так званих чистих музичних тонів, джерелом якого є синусоїдальні коливання повітря різної частоти, утворені однаковими за довжиною й висотою хвилями, тому їх назвали правильними. До прикладу, чистий музичний тон до першої октави породжується правильними коливаннями частотою 256 гц, *мі* цієї ж октави – 380 гц, тощо. За одночасного коливання двох чи декількох таких потоків хвиль, вони, накладаючись один на одного, більш-менш зливаються і породжують *складне звукове відчуття*, яке називають також *змішаним звуковим тоном* і *відчуттям складного звуку*. Якщо амплітуди хвиль, котрі утворили таке сумарне коливання, відносно співпадають, воно звучить консонансно, тобто, співзвучно, гармонійно, приємно (емоційний тон). Якщо ж не співпадають (пік, вершина однієї із синусоїд накладається на нижню точку іншої тощо), виникає дисонансне, неузгоджене, дисгармонійне, неприємне звучання.

Основними (простими) смаковими відчуттями є: солодкий, солений, кислий і гіркий. Всі інші відчуття смаків та присмаків утворюються їх поєднанням у різних пропорціях плюс запахи (задаємо, що 80% тих відчуттів, які ми вважаємо смаковими, насправді – нюхові).



Більшість дослідників загалом поділяють остаточно не доведене твердження, що простими (основними) нюховими відчуттями є запахи: камфорний, мускусний, квітковий, м'ятний, ефірний, гострий, гнилісний. Всі інші запахи – складні, вони є результатом поєднання у різних пропорціях двох або декількох простих.

Прості (основні) тактильні відчуття це: дотик, тиск, вібрація, тепло променеве, тепло контактне, холод променевий, холод контактний.

Коректно визначити прості й основні органічні, зокрема, пропріоцептивні відчуття не вдається, хоча спроби зробити це зустрічаються.

Згідно з результатами відповідних експериментальних досліджень, вельми вірогідно, але остаточно не доведено, що кожне просте (основне) відчуття має свої, спеціалізовані суто щодо нього рецептивні клітини й ділянки чутливих поверхонь рецепторів, аферентні канали, сенсорні нейрони та ділянки у первинних сенсорних полях. Так, у слимаку вуха виявлено сукупності рецептивних нейронів, кожна з яких реагує подразненням тільки на якийсь один із чистих музичних тонів. Згадаємо, що на поверхні смакового рецептора є луночки, у яких розміщуються рецептивні нейрони; форма кожної з цих луночок відповідає формі одній з тих молекул, що породжують смакові відчуття. Згадаємо також, що виявлено три групи колбочок, кожна з яких реагує тільки на один з подразників, котрі породжують відчуття основних кольорів, і т. ін.

Синтез складних відчуттів шляхом поєднання у різних пропорціях основних, найбільш вірогідно, відбувається у сенсорних полях кожної з модальностей відчуттів.

### **6.8. Чисті й змішані відчуття**

До кожного із простих та складних відчуттів, зазвичай, домішані у різних кількостях різні за якісним змістом відчуття цієї ж модальності, і прості, і складні. До прикладу, до гіркокого – кисло-солодке; до аромату квітки – гнилісний запах тощо. Чим менше таких домішок, тим більш чисте відчуття (і просте, і складне). Чим їх більше, тим більш воно змішане.

Так, кольори за критерієм чистоти/змішаності поділяють на *хроматичні* (гр. *chromatos* – колір) та *ахроматичні* (гр. *a* – не), що

буквально означає – не кольорові, позбавлені кольору. До ахроматичних відносяться всі відтінки сірого – від найбільш «сліпучого» білого до найчорнішого. До хроматичних – усі інші. Ахроматичні кольори – «брудні», абсолютно нечисті в тому розумінні, що різні хроматичні змішані в них так, що жоден з них не домінує, не переважає. Той чи інший відтінок сірого визначається кольорами змішаних у них складових та їх співвідношеннями, пропорціями.

Але, і до кожного хроматичного кольору практично завжди домішані інші хроматичні кольори, що спричиняє ефект невиразності, розмитості, «водянистості», ненасиченості, який називають «розбавленість сірим шумом». Чим більш насичений, «соковитий», менш «водянистий» хроматичний колір, тим менше в ньому «сірого шуму», тим він чистіший.

Цілковито брудними слуховими відчуттями є шум, гамір, галас, у яких різні звуки змішані так, що неможливо або дуже важко виокремити з них ті, що виразно домінують.

Вражаючий приклад виокремлення такого роду демонструють кажани. Вони сліпі. У просторі орієнтуються за допомогою слухового аналізатора, що функціонує як звуковий локатор. Кожне з цих звірят постійно продукує високочастотні ультразвукові коливання (у межах 130000 гц) і приймає їх відлуння від оточуючих предметів своїм слуховим локатором. Особливості динамічної структури цього відлуння дають їм інформацію про віддаль до об'єктів, від яких воно надійшло, їх розміри, форму. У деяких печерах налічують сотні тисяч і навіть мільйони кажанів. Якщо їх злякати гучними звуками, всі вони починають швидко й хаотично літати, але ніколи (!) не зіштовхуються між собою і не наштовхуються на стіни печери. Це забезпечується феноменальною здатністю кожного з них вловлювати відлуння свого ультразвукового «писку», виокремлюючи його з сотень тисяч дуже схожих «писків» усіх інших кажанів, котрі водночас літають у цій печері.

Нюхові «шуми» – це сторонні запахи, що «забивають» основний і/або значущий, який необхідно вловлювати й утримувати, не губити. До прикладу, коли собака тримає слід, вона вловлює, виокремлює його запах, навіть дуже слабенький, серед багатьох інших, значно інтенсивніших, «фільтрує» його, «очищує» від їхнього «шуму».

## 6.9. Інерція відчуттів

Після того, як подразник перестав діяти, відчуття, викликане ним, ще якісь миті триває. Цей феномен називається *інерція відчуттів*. Вірогідно, що основним осередком його є сенсорні клітини. Завдяки інерції, окремі короткі відчуття, спричинені дискретними (*лат. discretus – розділений, переривчастий*) подразниками, що швидко змінюють один одного, зливаються у єдине, цілісне, безперервне відчуття, яке триває протягом впливу цих подразників. До прикладу, зоровим відчуттям людини властива інерція у межах 0,1–0,9 секунди, залежно від індивідуальних особливостей зорового аналізатора. Якщо на табло з інтервалом 0,1 і менше секунди спалахує світло, то збудження від попереднього спалаху внаслідок інерції зору не встигає зникнути до наступного. В результаті суб'єкт бачить або пляму, що світиться безперервно, якщо світло спалахує в якомусь одному місці табло, або пляму, точку, що рухається, якщо спалахи зміщуються на невелику віддаль. Цей прояв інерції зору називається *φ-феномен* (*грец. буква φ – фі*). На ньому засновані: кіно, відео – низка фото, зроблених одне за одним зі швидкістю 24 за секунду, з такою самою швидкістю демонструється; світлова реклама, що рухається, «живе», і т. ін.

На інерції слухового аналізатора ґрунтується сприйняття фактично дискретних коливань повітря, що надходять від музичного інструмента, як цілісних звукових образів – мелодій. Цілісність образів об'єктів чуттєвого відображення – одна з істотних властивостей наступного пізнавального процесу, що безпосередньо базується на відчуттях, – сприймання.

### Контрольні запитання та завдання

1. Що таке відчуття?
2. Що таке аналізатор?
3. Що таке рецептор?
4. Опишіть перекодування інформації в аналізаторі.
5. Що таке специфічна подразливість?
6. Охарактеризуйте поняття «модальність відчуття».
7. Охарактеризуйте поняття «синестезія».
8. Що таке емоційні тони відчуттів?

9. Висвітліть основний психологічний зміст екстероцептивних дистантних відчуттів: зорових, слухових, нюхових.

10. Висвітліть основний психологічний зміст екстероцептивних контактних відчуттів: смакових, тактильних.

11. Висвітліть основний психологічний зміст інтероцептивних відчуттів – органічних та пропріоцептивних.

12. Що таке абсолютні і диференційні (відносні) пороги відчуттів та чутливість аналізатора?

13. Напишіть формули законів Бугера-Вебера та Вебера-Фехнера і поясніть їх зміст.

14. Що таке адаптація органів чуття?

15. Висвітліть основний психологічний зміст поняття «сенсibiliзація».

16. Охарактеризуйте прості, основні та складні відчуття.

17. Охарактеризуйте чисті й змішані відчуття.

18. Що таке інерція відчуттів?

## Розділ 7.

### СПРИЙМАННЯ

*Сприймання або перцепція (лат. perceptio – сприймання) – це поєднання сенсорної (лат. sensus – відчуття) інформації, що надходить від об'єктів до рецептивних поверхонь органів чуття суб'єкта, в образи цих об'єктів у цілісній єдності, сукупності їх властивостей, особливостей, зв'язків, відображених і представлених у цій інформації (у подразниках).*

Істотними властивостями сприймання (перцептивного відображення) є: предметність або об'ємність, структурність, цілісність, константність, вибірковість або селективність.

#### **7.1. Предметність чуттєвого відображення**

*Проектування відчуттів та образів сприймання у ті просторово-часові параметри, у яких перебувають об'єкти, відображені у цих відчуттях та образах, (туди, звідки надійшла ця чуттєва інформація), називається предметністю або об'ємністю чуттєвого відображення.*

Тобто, сутність предметності відображення полягає в тому, що об'єкти, які відображаються у формі відчуттів та образів сприймання суб'єкта, проектуються, «відносяться» в ті місця, з яких надійшли подразники, котрі відобразились у цій формі, і переживаються суб'єктом як власне ці відображені об'єкти, що знаходяться в цих місцях або певним чином пересуваються, змінюються, розгортаючись у часі, тощо. Зрозуміло, що органічні відчуття також проєктивні – організм є матеріальним утворенням, отже, йому притаманна просторовість, а його функціонування розгортається в часовому вимірі. До прикладу, від вчорашнього вечера болить травмований великий палець лівої ноги.

Показовим прикладом проєктуючої складової предметності відображення є так звані фантомні відчуття, які виникають у людей з ампутованими кінцівками. Нерідко буває, що такі люди виразно відчувають ті руки чи ноги, котрі насправді відсутні у них внаслідок ампутації: болі, іноді нестерпні, свербіння, смикання м'язів, холод чи тепло в них тощо. Виразними прикладами такого «фантомного» проєктування є також галюцинації та сновидіння

(див.: 8.1.; 4.5.7.). Образи галюцинацій і сновидінь не є відображенням відповідних подразників, а утворюються у психіці суб'єкта. Але вони предметні – спроектовані його психікою в такі уявні просторово-часові параметри, в яких цілком могли б реально перебувати об'єкти, котрі утворюють їх зміст, і притім, вважаються самим суб'єктом дійсно реальними, а не ілюзійними (лат. *illusio* – обман). Образи уяви також бувають виразно проєктивними (див.: 8.2.).

Вочевидь, що й психічному відображенню тварин притаманна предметність. До прикладу, навіть жаба, яка полює, мусить дуже точно локалізувати подразники, котрі вкупі несуть їй інформацію про потенційну здобич: стрекотання крилець комахи, її розміри та характерні рухи. Інакше «постріл» її язика не влучить у ціль і здобичі в неї не буде. А що казати про хижака-ссавця чи птаха та їхню потенційну здобич. Хижак має не лише точно визначити місце знаходження й особливості переміщення тварини, на яку він полює, а й передбачити вірогідну траєкторію її пересувань, щоб обрати оптимальний напрям, який забезпечить успіх переслідування її. Так само потенційна здобич хижака мусить точно й блискавично встановлювати місце його знаходження та напрямки руху, щоб не стати здобиччю реальною. Це, зокрема, означає, що предметність відображення визначає особливості динамічної структури кожного акту полювання, як і будь-якого іншого в поведінці тварин і людей.

*Механізми предметності психічного відображення* віддавна цікавлять вчених. Отож, коли встановили, що кришталик ока – це лінза, почались пошуки цих механізмів у структурі очних яблук з позицій оптики. Було проведено ґрунтовні експерименти, основним здобутком яких є пояснення власне оптичних механізмів функціонування ока. Згодом плідні біохімічні, нейрофізіологічні та психофізіологічні дослідження зорового аналізатора показали, що в процесі перекодування візуальної чуттєвої інформації в зорові відчуття, а відтак, у образи сприймання, яким притаманна предметність, оптичні механізми очних яблук функціонують лиш на початковому етапі цього дуже складного процесу. (Див.: 4.8.; 6.1.; 6.4.).

Він починається з переломлення тих світлових променів котрі є зоровими подразниками, через лінзу кришталіка. В результаті на поверхні сітківки – задньої, протилежної щодо кришталіка частини очного яблука, яка є рецептивною (чутливою) поверхнею зорового аналізатора, – проєкується зменшене і перевернуте на

180 зображення відображуваних об'єктів. Одразу виникло питання: Як розрізняються великі віддалені і маленькі наближені об'єкти, адже їх проекції на сітківці – однакові за розміром? (Див.: Рис.2).

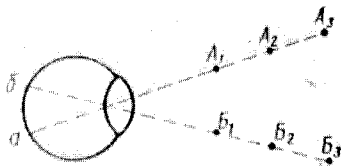


Рисунок 1.

Об'єкти  $A1B1$ ,  $A2B2$ ,  $A3B3$  – різні за розмірами (величиною), але внаслідок розташування кожного з них на різній віддалі від ока, їх зображення на сітківці –  $ab$  – однакового розміру. Це питання назвали проблемою сприймання глибини. Відтак, встановили, що

адекватному розрізненню наближених маленьких і віддалених великих слугує **фокусування**.

Фокусування забезпечує різкість (виразність, чіткість) зображення, яке утворюють світлові промені, переломлені через лінзу. Фокус лінзи – це точка, в якій сходяться (фокусуються) переломлені нею світлові промені. На рис. 3 наведено схему утворення різної різкості зображення на сітківці очного яблука. Ті промені, що потрапляють на кришталик від точки  $B2$ , переломлюються через лінзу і фокусуються (збираються) на сітківці у точці  $B2$  – показано суцільними прямими всередині очного яблука. Промені, що відходять від точки  $B3$ , падають на лінзу кришталика під іншим кутом і фокусуються, відповідно, в іншому місці – перед сітківкою в точці  $B3$ . Оскільки в цій точці немає поверхні, вони, згідно з законами оптики, знову розходяться і утворюють на сітківці розпливчасті, не різкі зображення точки  $B3$ . Промені від точки  $B1$  мали б сфокусуватись за сітківкою, у точці  $B1$ , якби могли проникнути туди. Оскільки на сітківці вони не фокусуються, то також утворюють на ній не різке – розпливчасте, невиразне, нечітке – зображення.

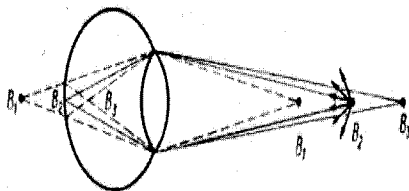


Рисунок 3.

Фокусування світлових променів, що відходять від об'єкта, з метою наведення належної різкості його зображення на сітківці забезпечується зміною кривизни переломлюючих поверхонь кришталика.

(В оптичній техніці – переміщенням лінз.) Зміна кривизни

кришталіка називається *акомодація* (лат. *accomodatio* – пристосування). Акомодацію здійснює м'яз, який має назву *циліарний*. Коли відображуваний об'єкт знаходиться на віддалі 1,8 метра і далі від ока, циліарний м'яз розслаблений, викривлення лінзи кришталіка невелике. З наближенням об'єкта, циліарний м'яз все більше скорочується, що відповідно змінює кривизну цієї лінзи. Степінь скорочення циліарного м'яза сигналізує про віддаленість об'єкта – мовляв, мозок якимось чином здійснює відповідні перерахунки, але суб'єкт не усвідомлює і не відчуває цих процесів. Хоча, якщо розташувати об'єкт на віддалі декількох сантиметрів від розплющених очей і зосередити увагу на ньому, то можна відчути напруження, напевне, саме циліарних м'язів.

Воднораз, дослідники припустили, що якусь роль у забезпеченні предметності відображення відіграє *подвоєння зображень*, яке спричиняють акомодація та конвергенція (лат. *converge* – зближатись, сходитись) – *зведення поглядів обох очей в одній точці*). Візьмемо лінійку або іншу прямокутну смужку зі щільного матеріалу і розмістимо перед очима так, щоб її довжина була в горизонтальній площині, а висота – у вертикальній. Праве око буде бачити правий бік смужки, а ліве – лівий. Якщо дивитись лиш правим оком, дальній кінець смужки буде бачитись справа від ближнього, тому при переведенні погляду з ближнього кінця на дальній око зміщуватиметься вправо, а з дальнього на ближній – вліво. Якщо дивитись лиш лівим оком, дальній кінець бачиться зліва від ближнього. При переведенні погляду з ближнього кінця на дальній і навпаки ліве око рухається в напрямках, протилежних рухам правого. Якщо подивитись обома очима, побачимо водночас обидві площини. Фіксування їх зорових осей (поглядів) на ближньому кінці об'єкта спричиняє V-подібне роздвоєння зорового образу відкритим кінцем назовні – виникає неперехрещене подвоєне зображення. Коли ж фіксується дальній край, то така сама V-подібна фігура буде спрямована відкритою частиною до суб'єкта, і те, що бачиться правим оком, опиниться зліва – виникає перехрещене подвоєне зображення. Див.: *Рис. 4*.

З цього факту зробили висновок, що якщо в процесі зорового сприймання суб'єкт фіксує погляд на більш наближеному до нього об'єкті, в перцептивних образах більш віддалених утворюється щось на кшталт неперехрещених подвоєних зображень. Коли ж він фіксує погляд на більш віддаленому об'єкті, в образах сприймання більш наближених – щось на кшталт перехрещених. Ці подвоєння



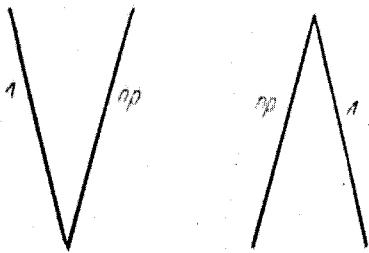


Рисунок 4.

*binoculaire* – два ока) і бінауральна (лат. *bini* – два і *auris* – вухо) диспаратність (лат. *disparatus* – відокремлювати). Люди, як і всі види ссавців, птахів, земноводних, риб, мають два ока, два вуха, дві симетричні півкулі головного мозку. Кожне око і кожне вухо пов'язане з протилежно-симетричною щодо них півкулею – аферентні сигнали від лівого ока і лівого вуха надходять у праву півкулю і там опрацьовуються, від правих – у ліву. Внаслідок цього образи чуттєвої інформації, що надходять від цих головних у людини екстерорецепторів, дублюються.

Динамічні структури нейрофізіологічних і психічних процесів у симетричних частинах аналізатора, зумовлених тим самим подразником, трішки відрізняються між собою внаслідок розміщення симетричних рецептивних поверхонь на певній віддалі одна від одної – очі приблизно 65 мм, вуха приблизно 125 мм. Відтак, кожне око бачить об'єкт у своєму, дещо відмінному від іншого ракурсі, тобто, зображення цього об'єкта на сітківках, хоч і дуже мало, але відрізняються. І звукові образи, що виникають під впливом того самого подразника, у кожній із симетричних частин звукового аналізатора (лівій і правій), хоч і ледь помітно, але відрізняються між собою внаслідок того, що рецептивні слухові поверхні знаходяться здебільшого на різній віддалі від подразника, що спричиняється як віддаллю між ними, так і положенням голови суб'єкта протягом реагування на цей подразник. Отже, ті самі сигнали щоразу доходять до якоїсь із них трішки раніше, а до іншої – трішки пізніше. Відтак, симетричні слухові образи накладаються один на одного, що, напевне, слугує визначенню просторової локалізації (місця знаходження) джерела, з якого надходять ці сигнали.

Забезпечення бінокулярністю предметності зорового зображення демонструє *стереоскопічний зір* (грец. *stereos* –

суб'єкт не бачить як власне подвоєння, на відміну від тих, що утворюються на смужці перед очима. Однак, можливо, що вони якимось чином вказують на віддаленість об'єктів.

Одним з основних оптичних механізмів предметності відображення є бінокулярна (франц.

твердий і *skopeo* – *спостерігати*), на основі якого створено *стереоскоп*. Це – відносно нескладний прилад для окремої демонстрації правому і лівому очам майже однакових картинок, які утворюють так звану *стереопару*. Їх знімають водночас двома окремими фото або відеокамерами, які знаходяться одна від одної на віддалі 65 мм (віддаль між очима). Одержаний відеоматеріал і розглядають водночас та окремо: знятий правим апаратом – правим оком, а лівий – лівим. Суб'єкт бачить одну картинку, але об'ємну, стереоскопічну, «як живу». Якщо показати лівому оку праву картинку, а правому – ліву, то глибина обернеться – те, що під час знімання знаходилось далі, переміщується на передній план, а те, що ближче, – на задній. Але, це не відбувається, якщо представлений таким чином об'єкт, добре знайомий суб'єкту, звичний для нього. До прикладу, людське обличчя не виглядатиме як зворотній бік маски. На основі принципу дії стереоскопа створено всі сучасні стереоскопічні відео – *3D*, *4D* і т. ін.

Аналогічно створюється стереозвучання, глибина звуку – це два окремі записи двома звукозаписуючими апаратами, розташованими на віддалі 125 мм (віддаль між вухами) того самого звучання і прослуховування їх водночас через два динаміки. Всі прилади стереоскопічного аудіо запису та сприймання засновані на цьому.

Але, об'ємно-прективні ефекти бінокулярності, функціонують лиш на віддалі у межах 1200–2500 метрів (значна ширина цього діапазону зумовлена певними індивідуальними особливостями зорових аналізаторів різних осіб та деякими умовами сприймання). Однак, люди бачать предметно і на значно більшій віддалі. Понад це, вони так само предметно бачать і одним оком на будь-якій віддалі...

Цей факт пояснили тим, що розміри об'єктів, достатньо знайомих суб'єкту внаслідок частого сприймання їх, слугують основою для визначення віддалі до цих об'єктів.

Див.: Рис. 5.

*A* – об'єкт, *D* – віддаль, на якій він знаходиться щодо

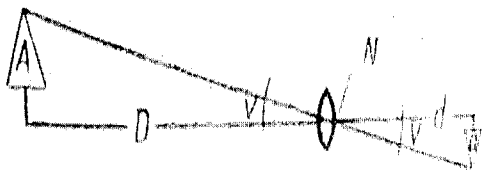


Рисунок 5. Геометричне співвідношення розмірів та віддаленості об'єкта зорового сприймання (за Шлосбергом).

кришталіка,  $a$  – величина його відбитку на сітківці,  $d$  – віддаль від центру лінзи кришталіка (точки перетину всіх променів) до сітківки. Таким чином утворюється два подібних трикутника, у яких  $a/d = A/D$ . Величина зображення на сітківці якось фіксується і використовується механізмами сприймання. Отже, якщо суб'єкт зі свого перцептивного досвіду знає реальні розміри об'єкта ( $A$ ), то у його психіці спрацьовує щось на кшталт розв'язання наведеного рівняння – в такий спосіб визначається віддаль до нього. Ширину очного яблука і половини лінзи кришталіка ( $d$ ) можна прийняти за одиницю; тоді  $a = A/D$ ;  $D = A/a$ , що є тангенсом кута зору –  $tgV$ .

На тому й стало – оптика більше нічим не могла допомогти. Спробували застосувати геометрію, спочатку – *триангуляцію*. Нагадаємо, якщо відомі величини основи трикутника і прилеглих до неї кутів, то за допомогою тригонометричного числення можна вирахувати його висоту. Мовляв, зоровий аналізатор здійснює обчислення на кшталт тригонометрично-триангуляційних, а саме: Віддаль між очима – основа трикутника. Об'єкт, на якому суб'єкт фокусує свій зір, – його вершина. Напрямки погляду очей утворюють прилеглі до основи кути. На *рис. 6* схематично показано триангуляцію, що утворюється конвергенцією очних яблук.

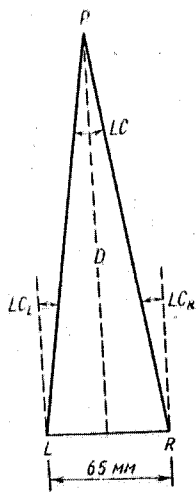


Рисунок 6.

$L$  і  $R$  – очі, ліве й праве.  $P$  – об'єкт, на якому сходяться зорові осі (погляди) очей. Віддаль між очима людини, в середньому, – 65 мм. Конвергуючи на  $P$ , ліве око повертається на кут  $CL$ , праве – на кут  $CR$ . Ці кути – рівні, якщо суб'єкт дивиться прямо на об'єкт. Їх сума являє собою цілковиту конвергенцію – кут  $C$ . Віддаль від очей суб'єкта до точки  $P$  – пунктирна пряма  $D$ , яка є висотою трикутника  $LPR$ , що вираховується за допомогою формули:  $\frac{1}{2}$  кута  $C = 32,5/D$ , де 32,5 – половина віддалі між очима. Ці розрахунки проводити зручніше і вони більш

точні, якщо віддаль між очима  $LR$  розглядати як дугу кола з радіусом  $D$  (в мм) так, що кут  $C = 65/D$ , де  $C$  вимірюється в

радіанах. 1 радіан = 57,3 градуса або 206265 кутових секунд. Отже, якщо дано кут  $C$  в кутових секундах і треба знайти довжину лінії  $D$  в міліметрах, робляться розрахунки: кут  $C = 65/D \times 206265 = 13407225/D$ ;  $D = 13407225/\text{кут } C$ . Мовляв, очний аналізатор здійснює такі розрахунки автоматично, це генетично закладено у програму його функціонування.

Подальші дослідження триангуляції як механізму предметності зорового відображення показали, що тієї інформації, яку вона може надати, недостатньо для визначення віддаленості об'єкта, тому що в евклідовому просторі, котрий структурується прямими лініями, розмір об'єкта і віддаль до нього є взаємодоповнюючими змінними. Їх добутки мають ту саму величину і тоді, коли більший об'єкт знаходиться далі, і коли менший об'єкт – ближче. (Див.: *Рис. 1*). Тобто, виходило, що триангуляція не має відношення до предметності відображення.

Згодом експерименти показали, що зоровий аналізатор бачить не в евклідовому, а в рімановому просторі постійної кривизни, основна властивість якого полягає в тому, що прямі у ньому вигинаються. Відтак, було встановлено, що завдяки такому баченню зоровий аналізатор відображає по-різному вигнуті лінії як різновіддалені прямі, але не помічає жодної кривизни, тому що в малих просторових вимірах незначна кривизна не фіксується навіть відповідними приладами. Першим цей факт виявив американський психолог Д. Люнебург, який пропонував досліджуваним покласти дві мотузки паралельно. Їм справді вдавалось зробити це лиш тоді, коли мотузки були на віддалі 1,5 метри від їхніх очей. Якщо далі, то *фактично* викладали опукло, якщо ж ближче, то – увігнуто, що показали вимірювання за допомогою дуже точних приладів; людське око таких викривлень не бачить. Саме так вигинається простір, згідно з формулами геометрії видатного математика Бернхарда Рімана. Одразу з'явилися спроби «врятувати» триангуляцію як механізм предметності відображення посередництвом цієї властивості зорового відображення людини. Однак, ці спроби виявились не дуже переконливими.

Врешті-решт, американські вчені (Дж. Гібсон, Дж. Дж. Гібсон та ін.) створили вагому оптико-геометричну модель предметності зорового відображення, яку назвали гороптером. Загалом, *гороптер* – це геометричне місце всіх точок простору, які відображає зоровий аналізатор за даної степені конвергенції.

Математичні розрахунки, пов'язані з гороптером, – істотна складова конструювання літаків, гелікоптерів, космічних апаратів та інших високо-технологічних засобів пересування. Основним засобом таких розрахунків є вельми складний, поглиблений математичний аналіз. В контексті загально-психологічного вивчення механізмів предметності відображення немає ні необхідності, ні можливості наводити ці розрахунки.

Гороптер функціонує в умовах і на основі *перспективного скорочення*: сходження паралельних ліній, спрямованих вдалину (див.: *рис. 7.*), а відтак, ущільнення структури поверхні, яку називають текстурою (див.: *рис. 8. і рис. 9. нижній*) та сприймання об'єктів, розташованих вище, як більш віддалених (див.: *рис. 9. верхній*).

Перспективне скорочення «відкрили» художники, котрі на вертикальній площині мусять створити враження об'єму, тобто, намалювати предмети так, щоб вони сприймалися як розташовані на різній віддалі від глядача – ближче чи далі.

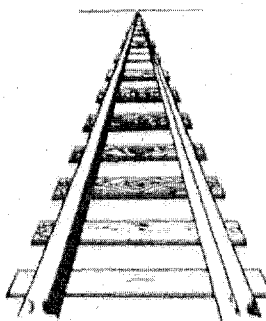


Рисунок 7.

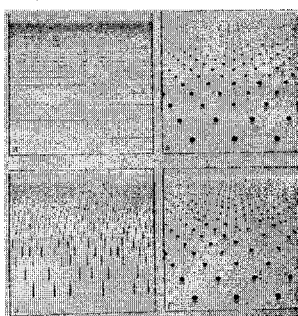


Рисунок 8.

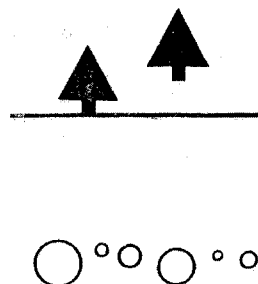


Рисунок 9.

Розміри зображених на *рис. 7.* залізничних шпал поступово і суворо послідовно зменшуються знизу вверх, відповідно до зменшення їх у просторовій перспективі реального сприймання. Якщо суб'єкт має досвід такого сприймання і бачив залізничну колію, він побачить на цьому рисунку, що вона тягнеться до нього від горизонту.

На верхньому фрагменті *рис. 8.* з двох однакових і за формою, і за розмірами схематичних зображень дерева, те, що розміщене вище, сприймається як більш віддалене. Це також ефект перспективного скорочення.

Поверхню розлогих однорідних площин – грудки землі, хвилі, трави, плитка, якою вимощена площа, і т. ін. – називають *текстура*. По мірі віддаленості текстура поверхні сприймається як більш ущільнена, а елементи, з яких вона складається, здаються меншими, прямо пропорційно щодо віддаленості. (Див.: Рис. 8.). Відтак, чим менші за розмірами предмети однакової форми, тим більш віддаленими від нього бачить їх суб'єкт. (Див.: Рис. 9. нижній.).

Таке бачення виразно демонструє дослід з гральними картами збільшеного розміру щодо стандартних, звичайних, звичних. Декілька збільшених і стандартних карт розкладають у випадковому порядку і демонструють водночас в одній вертикальній площині на тлі порожнього зорового поля (намає жодних інших предметів). Всі карти сприймаються досліджуваними як однакові за розміром, стандартні, звичайні, а реально більші – як розташовані ближче щодо них. В цьому досліді виразно виявляється також константність сприймання, що висвітлено нижче.

Для зображення співвідносної віддаленості предметів, розташованих суміжно, близько один щодо одного, художники використовують феномен *суміщення й накладання або перекривання*. Якщо якийсь предмет видно цілком, а інший, суміжний з ним, – лиш частково, то це вірна ознака, що перший розташований ближче щодо суб'єкта бачення цих предметів, перед другим, а другий – далі, за першим. В певних ситуаціях накладання є єдиною надійною ознакою співвідносної віддалі об'єктів у полі зору суб'єкта. До прикладу, якщо вибух снаряда перекриває ціль (танк, бронетранспортер тощо), – він не долетів до неї, якщо ж ціль уповні бачиться на тлі вибуху, – перелетів через неї.

*Розподіл світла й тіней* є ознакою віддаленості та рельєфу, що також використовує реалістичний європейський живопис. Тінь, яку один предмет кидає на інший, показує розташування джерела світла, напрямок світлових променів, а відтак, співвідношення цих предметів у просторі. Несправжні (штучно створені) тіні та світлоти спричиняють цікаві ефекти, зокрема, перетворення опуклого рельєфу у ввігнутий і навпаки.

Прямо пропорційне зменшення насиченості забарвлення та виразності контрастних деталей об'єктів щодо їх віддаленості називається *повітряною перспективою*. Цей феномен зумовлюється пилом і паром, які є в повітрі. Чим більший їх об'єм, який збільшується разом з віддаленістю об'єктів зорового

сприймання, тим дужча повітряна перспектива – розмивання виразності цих об'єктів, «затуманювання» їх. Повітряну перспективу добре видно на пейзажних полотнах старих італійських та нідерландських майстрів.

Предметність відображення забезпечує також *руховий паралакс*. Якщо суб'єкт дивиться у вікно потяга чи автомобіля, котрий їде, то йому здається, що найбільш віддалені предмети «стоять» на місці, не рухаються, менш віддалені – їдуть в одному напрямку з ним, а наближені – рухаються назустріч, притім, чим ближче вони розташовані, тим швидше. Невеликий руховий паралакс виникає навіть від рухів голови в горизонтальній площині (вліво–вправо). Намагаючись визначити віддаль, люди часто мимовільно, неусвідомлювано, автоматично крутять головою вліво–вправо.

Таким чином, предметність сприймання забезпечує відображення статичних (нерухомих) і динамічних (тих, що змінюються) просторових співвідношень об'єктів у перцептивному полі суб'єкта, тобто, просторової структури цього поля (*лат. structura* – будова, розташування, влаштування, порядок). З цього, зокрема, випливає, що кожен матеріальний об'єкт (предмет, явище, їх властивості) є елементом (складовою) структури того простору, у якому він знаходиться. Ця структура може бути відносно статичною (не зазнавати видимих змін) або динамічною – в ній розгортаються якісь явища (злива, полювання, битва тощо), здійснюються якісь дії, рухи і т. ін.

Воднораз, кожен об'єкт має свою власну просторову структуру, відносно статичну чи динамічну – конфігурацію, будову, форму, розміщення, співвідношення, траєкторії переміщення, зміни частин, елементів.

## **7.2. Структурність відображення як властивість сприймання**

*Організація чуттєвої інформації про об'єкт, представленої у відчуттях, які надходять від нього, у статичну (відносно нерухому, незмінну) або динамічну (таку, що рухається, так чи інакше змінюється), просторову або таку, що послідовно розгортається в часовому вимірі (мелодії, слова, речення і т. ін.) структуру з певними співвідношеннями й формами частин,*

конфігураціями тощо є істотною властивістю перцептивного відображення і називається **структурністю сприймання**.

Почнемо з класичного експерименту. Диким і свійським виводковим пташенятам (гусенятам, каченятам, курчатам і т. ін.) невдовзі після того, як вони вилупились з яєць, показують нерухомі і такі, що рухаються, схематичні силуети хижих і нехижих птахів та інші контурні фігури. Виявилось, що ці пташенята реагують виключно на силует хижого птаха – коротка передня і довга задня частини, широкі крила, – який рухається головою вперед, що схоже на коршака, шуліку, яструба, крука і т. ін. в польоті. Див.: Рис. 10.

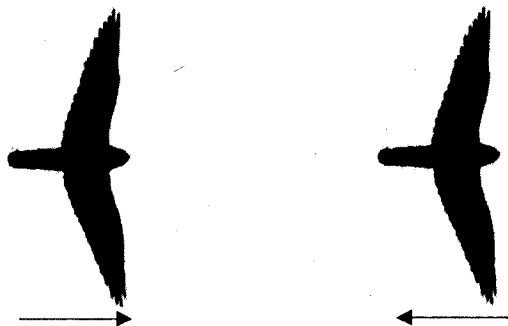


Рисунок 10.

Реакція – страх і намагання сховатись. Якщо цей самий силует рухати хвостом вперед, що схоже на качку в польоті, то піддослідні пташенята не реагуватимуть на них. У цьому експерименті виразно виявилась інстинктивна, тобто, вроджена, генетично успадкована здатність впізнавати просторові конфігурації життєво важливих об'єктів. Хижі птахи, рухомий силует яких викликає у піддослідних виводкових пташенят панічний страх, – головна загроза їхньому життю від моменту їх появи на світ.

Так само реагують навіть на нерухомі предмети, форма яких схожа на змію, новонароджені мавпенята.

У серії експериментів, які провів Бернгард Гржимек, виявилась здатність хижаків впізнавати навіть контури тіла тих травоядних тварин, на яких вони полюють. Спочатку Б. Гржимек виставляв пластикових зебр і антилоп. Леви, леопарди, гепарди нападали на



них як на справжніх тварин, хоча вони не рухались і не мали відповідних запахів. Тобто, ті хижаки реагували виключно на форму тіла тих копитних. Відтак, Б. Гржимек виставив зебр і антилоп, намальованих на білому ватмані в натуральну величину. Підослідні хижаки нападали як на справжніх тварин і на ці малюнки, і на вельми схематичні самі лиш контури їх тіл, всередині яких було зелене тло – дерева й кущі зоопарку.

Собак можна навчити відрізняти коло від еліпса, мавп – восьмикутник від десятикутника, лисиць – розпізнавати форму трикутника як таку, незалежно від розмірів, фактури, величини й співвідношення кутів, характеру фону і рисунка (суцільна лінія, пунктир, контур, площа) тощо. Наголосимо, вони не рахують кути, а впізнають власне конфігурації, просторові структури названих фігур.

Просторові структури можуть відобразитись не лише зоровим аналізатором, а й тактильним і слуховим. Згадаємо, до прикладу, що кажани орієнтуються в просторі за допомогою слуху посередництвом специфічної, надзвичайно витонченої ехолокації. (Див.: 6.8.).

Мовлення (слова, речення, що звучать), мелодії являють собою звукові структури, які розгортаються в часі і сприймаються слуховим аналізатором. Письмове мовлення (записана інформація) структуроване в просторі. Але, процес сприймання такої інформації (читання) розгортається в часі. Ми впізнаємо структури мелодій, слів, речень як певних послідовностей певних звуків, незалежно від їх гучності, тембру, темпу, тональності їх звучання.

Механізми структурності відображення – доволі складна психологічна проблема. Адже із розрізнених зорових (світлових, кольорних), дотикових (консистенції, температурних), слухових (звукових) відчуттів механізми, що забезпечують структурність сприймання «ліплять» образи фігур та інших структурних властивостей тих предметів і явищ, які викликали ці відчуття, як певним чином просторово і/чи в часі організовані об'єкти. Виразний приклад – збирання грибів у змішаному осінньому лісі в сонячний день. Серед величезного й строкатого розмаїття кольорів, відблисків і тіней зорове сприймання виокремлює істотні структурні ознаки не лише цілих грибів, а й їх невеликих частин, коли решта прихована опалим листям.

Цей приклад показує, що структурність зорового сприймання виокремлює конфігурації об'єктів завдяки контрастам і перепадам

світлот-темнот та змінам кольорів або їх відтінків на межових контурах цих об'єктів. Ахроматичне (чорно-біле) сприймання орієнтується на перепади світлот-темнот та зміни відтінків сірого кольору. Якщо таких змін і перепадів немає, то зорове поле не структурується.

Замкнені контури чітких конфігурацій суміжних частин поля зору поділяють його на фігури і тло (фон). Виразним прикладом такого поділу є так звані *подвійні зображення*, на яких кожна з частин, виокремлених тими самими конфігураціями, може виступати і фігурою, і фоном – вибір здійснюється переключенням уваги суб'єкта. Відомі подвійні зображення представлені на *рис. 11*. На першому з них бачимо або темний бокал всередині рисунка – менша темна частина поля зору виступає вперед як фігура, світла – слугує тлом; або два профілі людського обличчя – внаслідок переключення уваги на світле поле і зосередження на ньому, воно стає названими фігурами, а темне поле відступає як фон. На другому, який називають «дружина чи теща?», профіль або молоді жінки, або старшої. На третьому, підписаному «Зігмунд Фройд», або шаржований профіль цього видатного психолога, або принадну оголену жінку на канапі.

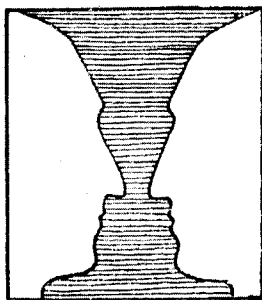


Рисунок 11.

Швидкість структурування перцептивного образу на фігуру й фон залежить від виразності перепадів світлот та змін забарвлення – чим більш вони виразні, тим швидше й краще бачиться просторова структура (конфігурація) об'єкта. Так, у сутінках, коли сила світла відносно невелика, а відтак, перепади світлот-темнот і зміни кольорів невиразні, ми мусимо доволі довго придивлятися,

щоб розрізнити конфігурації, просторові структури відображуваних зором об'єктів.

Структурність зорового сприймання спирається не лише на контрасти, перепади світлот-темнот і зміни кольорів та їх відтінків, а й на інші просторові особливості об'єктів, що відображаються. Грунтовне дослідження таких особливостей здійснив відомий німецько-американський психолог, один із засновників гештальтпсихології (нім. *gestalt* – образ, форма) Макс Вертхаймер (1880–1943).

Однією з таких особливостей – факторів структурності – є *близькість і щільність*. Чим ближче, за інших однакових умов, об'єкти знаходяться один щодо одного, тим з більшою вірогідністю їхні структури поєднуються сприйманням у цілісні утворення. На *рис. 12-А і 12-В* однакові кола розділені однаковими проміжками, які відрізняються між собою за довжиною у вертикальному і горизонтальному вимірах – на *рис. 12-А* проміжки між колами коротші у горизонтальному вимірі, тобто, вони по горизонталі розташовані *ближче, щільніше* одна щодо одної, на *рис. 12-В* – навпаки, у вертикальному. Сприймання одразу структурує ці рисунки як паралельні, відповідно, горизонтальні і вертикальні пунктирні прямі лінії, які являють собою цілісні предметні утворення. Натомість, сприйняти як такі утворення кола, розділені великими проміжками, досить важко навіть посередництвом довільної уваги.

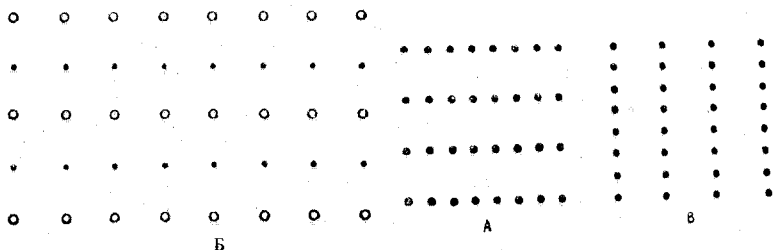


Рисунок 12.

Ще один фактор структурності сприймання – *гомогенність* (грец. *homos* – подібний, однаковий, і *genesos* – походження, виникнення), в розумінні – *однорідність, подібність, однаковість елементів*, що структуруються, за формою або розміром. Приклади впливу цього фактора показано на *рис. 12-Б, 12-А, 12-Б*.

Рисунок 11-Б структурується сприйманням на рядки, а не на стовпчики, внаслідок саме *гомогенності* фігур по горизонталі – чередування рядків контурних та суцільно чорних кіл. Адже і вертикальні, і горизонтальні проміжки між усіма цими колами і крапками – однакові.

Структурування *рис. 12-А* постійно змінюється посередництвом переключення уваги – можемо бачити то горизонтальні, то вертикальні пунктирні лінії, утворені чорними квадратами, то хрест всередині – внаслідок *однаковості* зображених фігур і розташування їх на однаковій віддалі одна від одної. На *рис. 12-Б* цілковито домінує хрест – фігура, утворена *однаковими* світлими колами на тлі гомогенного поля із чорних квадратів. Ця домінуюча фігура настільки виразна, що ускладнює будь-яке інше структурування даного рисунка.

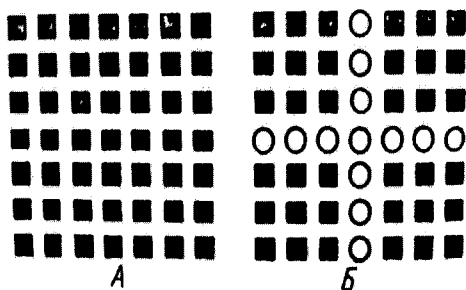


Рисунок 13.

Ще один гештальт-фактор структурності сприймання –

*неперервність,*

*плавність,*

*завершеність.*

Вплив цього фактора показано на *рис. 13, 14, 15*. Фігура, зображена на *рис. 13*, може бути розчленована по

горизонталі і так, як знизу зліва, і так, як знизу справа. Однак, практично всі досліджувані одразу, «сходу» розділяють її на *знайомі, звичні завершені лінії* – квадратну й хвилясту, тобто, так, як зліва. Варіант поділу справа знаходять, «роздивляються» лиш під впливом питань експериментатора на кшталт: А ще як можна розділити цю фігуру?

Чим більше розміщення елементів нагадує контури знайомих, звичних фігур, тим з більшою вірогідністю сприймання поєднує їх у такі фігури, що демонструє *рис. 14*. Досліджувані поєднують прямі й хвилясті лінії на ньому у два з'єднаних вершинами трикутники з хвилястими основами зліва і один трикутник «зі зрізаними кутами» справа.

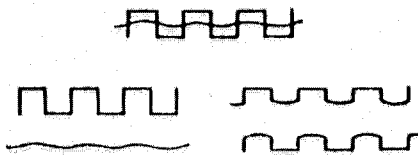


Рисунок 13

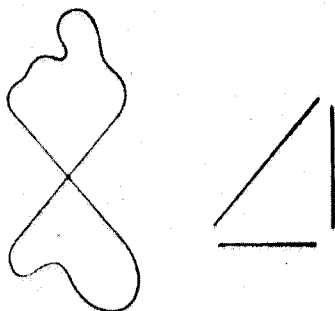


Рисунок 14.

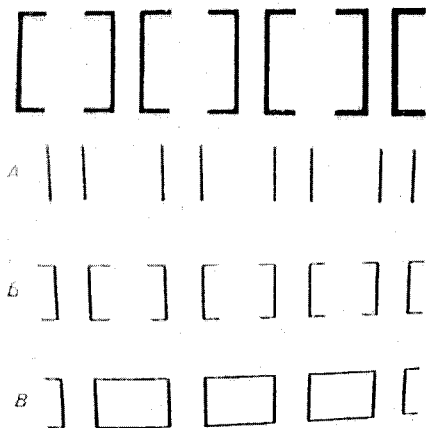


Рисунок 15.

На рис. 15-А вертикальні прямі, розділені меншими проміжками, «туляться» одна до одної згідно з фактором близькості і щільності. А на рис. 15-Б у фігури структуруються прямі, між якими – більші проміжки, тому що вони мають додаткові складові – горизонтальні відрізки з тенденцією до продовження, яке сприймання прагне уявно завершити – поєднати їх у добре знайомі всім фігури – прямокутники, контурам яких відповідають ці поєднані вертикальні прямі й горизонтальні відрізки. Тобто, горизонтальні відрізки спричиняють зовсім інше структурування рисунка – наближені вертикальні прямі не поєднуються між собою у щось ціле, видовжене у вертикальній площині, як на рис. 15-А.

На рис. 15-Б та на рис. 14. бачимо також, що тренд сприймання до уявного продовження елементів, спрямований на утворення знайомих

фігур, орієнтується на замкненість. На основі узагальнення результатів таких дослідів, гештальт-психологи дійшли висновків:

1. Замкнені контури елементів зорового поля домінують у структуруванні його. 2. Чим більше замкнені контури елементів зорового поля нагадують знайомі суб'єкту фігури, тим легше й швидше його сприймання структурує їх у ці фігури.

В цих дослідіах виявився також важливий гештальт-фактор структурності сприймання – *простота, симетричність, врівноваженість*. М. Вертхаймер назвав його *принципом прегнантності* (лат. *praegnans* – досконалий), згідно з яким, перцептивні образи прагнуть бути настільки простими й «хорошими», наскільки це дозволяє структура відображених в цих образах предметів.

Експерименти показали, що в умовах слабкого (поганого) освітлення та дуже короткотривалих експозицій (долі секунди) сприймання швидше й легше впізнає кола, квадрати, правильні трикутники й прямокутники. Якщо фігура складна чи асиметрична, чи деформована, сприймання намагається, відповідно, розкласти її на ці прості фігури, не помічати асиметрій та деформацій, якщо вони незначні, або бачити в них «зіпсовані» прості, правильні фігури, якщо їх деформації значні.

З метою експериментального підтвердження принципу прегнантності, один із засновників гештальтпсихології, відомий німецький психолог Курт Коффка (1886–1941) досліджував сприймання різних контурних фігур. Дві з них, прості, але показові, представлено на *рис. 16-А і 16-Б*. За їх допомогою К. Коффка намагався з'ясувати, що спричиняє сприймання контурних фігур з прямими лініями всередині або як однієї цілісної структури, або як двох з'єднаних. Фігура зліва сприймається як «одне» – як прямокутник, розділений навскіс прямою лінією. Фігура справа – як «два» – як дві окремі фігури, з'єднані боковими сторонами. К. Коффка пояснив це тим, що у першому випадку загальна фігура «краща», більш прегнантна, ніж кожна з двох частин, на які її поділяє навскісна пряма; в другому – навпаки.

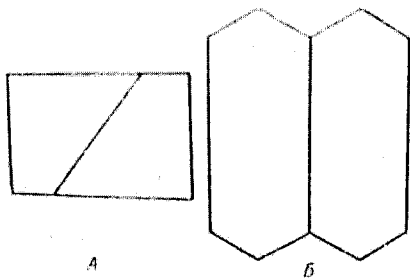


Рисунок 16.

Розглянуті гештальт-фактори структурності сприймання: *близькість, щільність, гомогенність (однорідність, подібність, однаковість), неперервність, плавність, завершеність, замкненість, симетричність, врівноваженість*, – є найбільш загальними визначальними властивостями просторової цілісності тіл та геометричних фігур, згідно з постулатами математичної дисципліни *топології* (грец. *topos* – місце, положення). Вони називаються *топологічними властивостями*. Топологічні властивості тіл і геометричних фігур, які є гештальт-факторами структурності сприймання, гештальт-психологи назвали *«гештальт-якостями»*.

Але, відчуття несуть інформацію не лише про просторові й часові структури, а й про кольори, запахи, агрегатні стани, консистенцію, температуру, вагу, звучання, смаки об'єктів. Властивості об'єктів та їх структур, відображені у чуттєвій інформації, що надходить від них, називаються *атрибутами* (лат. *attribuo* – надавати, наділяти).

Сталі поєднання певних структур та атрибутів сприймаються як певні об'єкти (предмети, явища, їх складові) у цілісній сукупності їх властивостей.

### ***7.3. Цілісність відображення як властивість сприймання***

*Цілісність відображення* – це переживання суб'єктом чуттєвої інформації, що надходить від об'єкта, як цілісної сукупності його властивостей у межах його просторової чи часопросторової організації, як того єдиного цілого, яким є цей об'єкт.

Тобто, властивості об'єкта, відображені у чуттєвій інформації, що надходить від нього, інтегруються у цілісний чуттєвий образ цього об'єкта. До прикладу, певні властивості яблука чуттєво відображаються у зорових, тактильних, смакових, нюхових, ледь помітних пропріцептивних відчуттях. У перцептивному образі яблука вони інтегровані в цілісну сукупність, в єдине ціле, яке являє собою кулеподібний предмет, забарвлений у зелений або жовтий, або жовто-гарячий, або червоний кольори, або декількома чи всіма цими кольорами та їх відтінками, прохолодний, не важкий, помірно твердий, здебільшого, з приємним смаком і запахом – емоційний тон цих відчуттів, а відтак, і всього

перцептивного образу. Будь-який інший предмет чи явище викличе інші за змістом відчуття різних модальностей, інтеграція яких в єдине ціле, у цілісну сукупність буде перцептивним образом *цього* предмета чи явища.

Об'єктам кожного класу, роду, виду тощо (яблукам, сливам, деревам, будинкам і т.ін.) притаманні певні сталі специфічні поєднання певних властивостей, що відображаються у чуттєвій інформації, яка надходить від них. Такі поєднання, закарбовані у психіці, являють собою еталони для впізнавання та ідентифікації об'єктів у розумінні – віднесення їх до того класу, роду, виду тощо, до якого вони належать. Так само карбуються всеохоплюючі структурні властивості простору, які слугують еталонами предметності (об'ємності) та структурності відображення (*див.: 7.1.; 7.2.*). Всі ці еталони можна назвати *перцептивними моделями*.

Перцептивні моделі деяких конфігурацій зафіксовані генетично, вроджені. Згадаємо реакцію виводкових пташенят, які щойно вилупились з яєць, на силует хижого птаха в польоті, новонароджених мавпенят – на силует змії. (*Див.: 7.2.*)

Наявність у людей певних генетично запрограмованих факторів цілісності сприймання, котрі можна трактувати як своєрідні перцептивні моделі структурних властивостей простору, що оточує нас, демонструють так звані оптико-геометричні ілюзії (*лат. illusio – обман*). (*Див.: рис. 17.*)

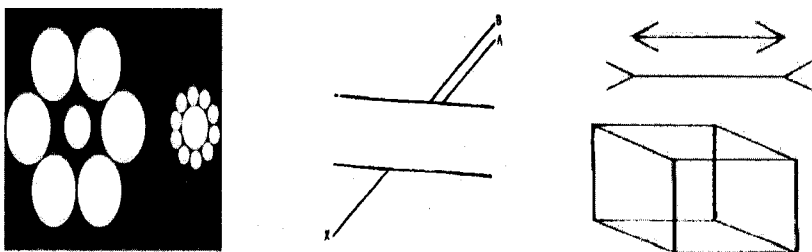


Рисунок 17.

На тих зображеннях, що зліва і справа, фактично однакові за розмірами кола й відрізки сприймаються як різні внаслідок їх розміщення в структурі певних конфігурацій та інших фігур. Ці ілюзії зберігаються і тоді, коли суб'єкт знає справжні розміри – йому все одно здається, що вони різні. Єдине пояснення – вони



вроджені, запрограмовані генетично. На тому зображенні, що посередині, відрізком є *XA*, але внаслідок перетину його смужкою з паралельними горизонтальними сторонами здається, що відрізок – це *XB*.

Але, переважна більшість перцептивних моделей кожного суб'єкта, кожної особини виробляється, формується в процесі сприймання, тобто, є його/її інтегрованим перцептивним досвідом. Це означає, що комплекси відчуттів, які щоразу виникають у суб'єкта, особини при його/її взаємодії з об'єктами певного класу, роду, виду (предметами, явищами, їх властивостями), фіксуються у його/її психіці як сукупні цілісності певних структур, конфігурацій, атрибутів об'єктів саме цього і тільки цього класу, роду, виду тощо, що і є їх перцептивною моделлю.

З багатьма перцептивними моделями нерозривно пов'язані певні комплекси пропріоцептивних, кінестезично-м'язевих відчуттів. Такий комплекс утворюється поєднанням тих м'язевих відчуттів, які постійно виникають під час всіляких тілесних дій суб'єкта з об'єктами, що охоплюються їх перцептивною моделлю, і фіксуються в його руховій пам'яті. Ж. Піаже назвав ці поєднання *сенсомоторними схемами*. Тобто, *сенсомоторна схема – це комплексне поєднання екстероцептивно-сенсорного та кінестезично-м'язевого досвіду суб'єкта, пов'язаного з тим чи іншим видом, родом, класом об'єктів*.

Водночас, отримання сенсорної інформації унеможливорюється без участі м'язів, які забезпечують функціонування рецепторів. Так, експериментально доведено, що око, знерухомлене за допомогою спеціальних засобів, – сліпе, не бачить нічого. В процесі зорового сприймання очні яблука суб'єкта безперервно рухаються по контурах об'єкта і його структурних складових – немов стрибають по них, «обмацують» об'єкт з усіх боків. На *рис. 18*. показано записані рухи очей досліджуваного у процесі зорового сприймання ним бюсту єгипетської цариці Нефертіті.

Під час сновидінь, галюцинацій, у гіпнотичних станах, в процесі уявлення очні яблука «стрибають» так, ніби людина справді роздивляється ті об'єкти, які бачить в них, здійснюють такі самі рухи. В. А. Зінченко експериментально встановив, що очні яблука так само «стрибають» одразу після експозицій (показів) зображень різних предметів протягом дуже нетривалого часу (долі секунди). За цей час досліджувані не встигають роздивитись експозицію, тобто, «обмацати» її поглядом. Але вони впізнають

показаний предмет! При цьому, очі рухаються так, немов роздивляються контури і ключові точки цього предмета посередництвом відповідних рухів, хоча його вже не бачать. Що вони «роздивляються»? Напевне, що актуалізовану цією експозицією перцептивну модель цього об'єкта у психіці суб'єкта. В. А. Зінченко назвав такі рухи *вікарними* (лат. *vicarius* – заступник, той, що діє замість іншого) *перцептивними діями*.

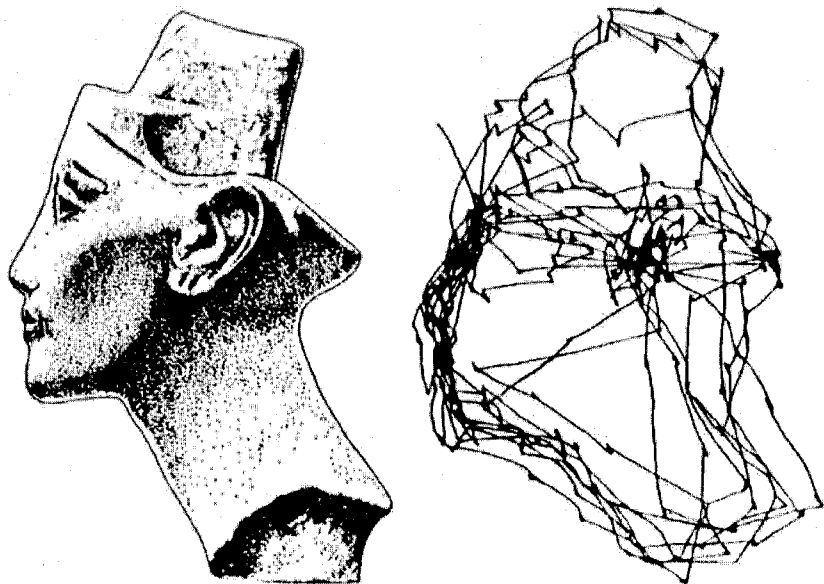


Рисунок 18.

Як ви вже знаєте, щоб чути чиесь мовлення, людина мусить мовчки (не вголос) і редуковано повторювати це мовлення своїми артикуляційними м'язами горлянки і язика. (Див.: 4.2.).

Отже, ті м'язи, котрі забезпечують функціонування екстеро-рецепторів, є необхідною умовою і рушійною складовою формування і функціонування перцептивних моделей і сенсомоторних схем.

Переконаємось на прикладі, що, принаймні, чимало з тих перцептивних моделей, які можуть здаватись обов'язково наявними у психіці всіх людей, насправді сформовані в процесі

сприймання, посередництвом перцептивного відображення. Дослідник пігмеїв – невеликих за зростом людей, спільноти яких живуть у джунглях Екваторіальної Африки, – Дж. Торнбалл залишив багато цікавих описів їх вірувань, побуту, характерних психічних властивостей тощо. Зокрема, він розповів, що одного разу поїхав до міста автомобілем з відкритим верхом і взяв з собою в цю подорож кмітливого молодого пігмея, який до цієї події в його житті не покидав джунглі. Отже, у цього пігмея не було візуального перцептивного досвіду бачення об'єктів, що знаходяться на далеких відстанях, у вимірах широкій перспективі, який є умовою та чинником формування і функціонування однієї з перцептивних моделей предметності відображення – перспективного скорочення. Коли авто вже їхало саванною (розлогою відкритою рівниною), на доволі далекій віддалі від них з'явилось стадо буйволів, котрі виглядали дуже маленькими. Юнак-пігмей запитав Дж. Торнбалла, що то за комахи, мовляв, він таких ніколи не бачив. Коли ж почув у відповідь, що це буйволи, засміявся – вирішив, що вчений жартує з ним. Разом з наближенням авто до стада, розміри тварин збільшувались, а відтак, зростало занепокоєння молодика – він вирішив, що це відбувається внаслідок чаклунського впливу, мовляв, «пороблено» недобррозичливцями, щоб завдати йому і Торнбаллу якогось зла. Основною причиною цих побоювань юнака-пігмея була саме відсутність у нього перцептивної моделі феномену перспективного скорочення.

Зауважимо, що ті самі чуттєво відображувані властивості, атрибути є не лише в усіх об'єктів того самого виду, роду, класу, а й у об'єктів інших видів, родів, класів. До прикладу: чотири ноги, крила, кулеподібна форма, зелене забарвлення, твердість. Приналежність тієї самої властивості, атрибуту об'єктам (предметам чи явищам) різних видів, родів, класів називається *транспонованість* (лат. *transcendens* – той, що виходить за межі). Притім, та сама властивість у об'єктів різних видів, родів, класів має свої особливості за різними вимірами: формами, розмірами, інтенсивністю і т. ін. Такі особливості називаються *градуйованість* (лат. *gradiens* – кроки, крокувати) та *варіативність* (лат. *variatio* – змінювати, варіанти). Варіативність особливостей кожної властивості об'єктів кожного виду, роду, класу має певні межі, що називається *інваріантність* (лат. – незмінне, без варіантів).

Згідно з положеннями топології, транспонованість, варіативність та інваріантність – основні структурні властивості нашого матеріального світу.

З цього, зокрема, випливає, що ті істотні складові об'єктів кожного виду, роду, класу, які фіксуються у їх перцептивних моделях (розміри, форми, забарвлення, консистенція, вага, запах, смак, звучання тощо), мають певні інтервали варіацій, котрі утворюють певні інваріантні поєднання. До прикладу, і дуже великі, і дуже маленькі (райські) яблука сприймаються як яблука у певних параметрах виміру величини. Це означає, що яблуко не може бути таким великим, як кавун або, навіть, як диня, і таким маленьким, як макове зернятко або, навіть, як ягода чорниці чи брушниці. Яблуко може бути і кулеподібним, і грушоподібним, і еліпсоїдоподібним, але не буває яблук, що мають форму піраміди або паралелепіпеда. Є червоні, жовті, жовто-гарячі, зелені, строкато забарвлені у ці кольори плоди яблук, але не буває яблук синіх, фіолетових, чорних, коричневих (коричнево-чорне яблуко – гниле, а це вже дещо інше поняття, дещо інша перцептивна модель). Є яблука солодкі, кислі, кисло-солодкі, гіркі, але немає солених – навіть у засолених разом з огірками чи капустою відчувається лиш солений присмак. Яблука не пахнуть як часник, цибуля чи кава – у них є певні варіації запаху яблук. Вага яблук – у межах ваги води. Вони не можуть бути такі важкі, як метал, чи такі легкі, як вата. Тобто, інваріантними є наявність та сполучення усіх цих істотних властивостей, яким притаманна варіативність у певних інваріантних межах. Навіть найдосконаліший муляж яблука з вати й паперу одразу впізнається як такий за ознакою інваріантного інтервалу ваги, що застерігає від перевірки його на смак; муляж яблука з воску ідентифікується тактильно (дотиком).

Варіативність істотних властивостей об'єктів у певних інваріантних межах, зафіксована у перцептивних моделях цих об'єктів забезпечує правильне впізнавання їх у мінливих зовнішніх умовах сприймання за наявності різних сенсорних перешкод: спотворень, втрат, домішок. Ці перешкоди долають константність і вибірковість перцептивного відображення.

## **7.4. Константність і вибіркковість відображення як властивості сприймання**

*Сенсорні спотворення* – це зміни, які виникають у потоках сенсорної інформації, що надходить від фактично незмінних, сталих властивостей об'єктів на рецептивні поверхні органів чуття суб'єкта, внаслідок змін у зовнішніх умовах відображення цих об'єктів.

Так, забарвлення об'єкта змінюється відповідно до кольору джерела освітлення. Тому білий лист паперу є власне білим лиш під сонячними променями. У світлі місячного сяйва і звичайної електричної лампочки – він блідо-жовтий, а якщо лампочка пофарбована у синій колір, то й цей лист – синій, і т. ін. Величина проекції на сітківці ока, як ви вже знаєте, залежить і від розмірів об'єкта, і від його віддаленості від суб'єкта. Проекція форми – від кута погляду. Зміщення проекції об'єкта – від руху і його самого, і суб'єкта. Однак, об'єкти відображаються суб'єктом як не спотворені, незмінні, як ті самі, ідентичні самі собі всупереч таким спотворенням, що виникають в різних мінливих умовах сприймання їх.

*Сенсорні втрати* – це відсутність у перцептивних образах об'єктів чуттєвої інформації про реально, дійсно наявні ті чи інші складові, частини цих об'єктів.

Іншими словами, вся чуттєва інформація, яка мала б надійти до рецептивних поверхонь органів чуття суб'єкта від об'єктів його перцептивного відображення, не доходить до них внаслідок різних причин, зокрема: здебільшого, їх затуляють, перекривають різні предмети, що знаходяться у просторовому вимірі перед ними щодо суб'єкта; та сенсорна зорова інформація, що потрапляє на так звані сліпі плями, які є на сітківках очей, взагалі не відображається. Отож в кожному зоровому образі мала би бути чорна плямка, «дірка» в тому місці відображеного в ньому об'єкта, з якого світлові промені потрапляють на сліпу пляму.

*Сенсорні домішки* – це ті подразники, що надходять від різних об'єктів, котрі домішуються до сенсорної інформації від тих об'єктів, на які спрямована увага суб'єкта, особини, «перебивають», «забивають», «глушать» цю інформацію.

Сприймання спроможне долати всі ці сенсорні перешкоди: корегувати сенсорні спотворення; компенсувати сенсорні втрати, відфільтровувати сенсорні домішки. Подолання сенсорних

перешкод в процесі перцептивного відображення забезпечують його властивості, які називаються *константність сприймання* і *вибірковість сприймання*. Константність корегує, виправляє сенсорні спотворення – «перемальовує» картинку – і компенсує сенсорні втрати – «домальовує» її; вибірковість «фільтрує» інформацію, очищує її від зайвих домішок – сенсорних «шумів».

**Константність** (лат. *constans* – постійний, незмінний) **сприймання** – це стабільно незмінне відображення об'єктів у цілісній сукупності їх інваріантних властивостей, зафіксований у перцептивному досвіді суб'єкта, в умовах різних спотворень умовами сприймання сенсорної інформації, що надходить від них до рецептивних поверхонь його органів чуття.

**Вибірковість** або **селективність** (лат. *selectus* – вибраний, добірний) **сприймання** – це виокремлення в перцептивному полі тих чи інших об'єктів і спрямування та концентрація процесу перцептивного відображення на них посередництвом невимушеної (мимовільної) або вимушеної (довільної) уваги суб'єкта.

Отже, константність корегує сенсорні спотворення посередництвом того перцептивного досвіду, тих перцептивних моделей, якими володіє суб'єкт. Так, дійсні розміри об'єктів визначаються відповідно до феноменів перспективного скорочення та суміщення і накладання предметів, справжні форми, конфігурації предметів – згідно з врахуванням кута погляду на них. Константність кольору об'єктів зберігається тоді, коли забарвлення освітлення їх змінюється однаково на усій площині, що охоплюється ним, тобто, коли ці об'єкти освітлюються тим самим джерелом світла. Відтак, коли все зорове поле, скажімо, жовте, білими будуть бачитись ті об'єкти, які є білими під світлом сонячних променів – константність сприймання «виносить за дужку» це жовте забарвлення зорового поля на основі врахування досвіду щодо справжнього забарвлення тих об'єктів, які знаходяться в цьому полі.

Про рух об'єкта чи самого суб'єкта інформує певна динаміка зміщень проєкцій об'єктів, що відображуються, закономірності якої зафіксовані у перцептивному досвіді цього суб'єкта. Так, перцептивним свідченням нашого власного руху є узгоджений рух переважної більшості поля нашого зорового сприймання. Але, буває, що переважна більшість поля зору суб'єкта дійсно рухається, а сам він стоїть на місці. Однак, внаслідок «втручання» константності, що базується на його перцептивному досвіді, це сприймається ним як

його власний рух у межах цього зорового поля, а фактично рухомі об'єкти в ньому – як нерухомі, статичні. Знайомі приклади такої ілюзії, створеної константністю сприймання руху: 1. Якщо стояти на мосту і дивитись тільки на ріку вниз, щоб все зорове поле займав її плин (береги – за його межами), то здається, що міст разом з тобою летить назустріч течії. 2. Якщо з вікна вагона потяга, котрий зупинився, бачити тільки вагон, що стоїть на сусідній колії, то коли рушив наш потяг, здається, що поїхав сусідній, бо він займає більшу частину нашого зорового поля. Щоб переконатись, який з них насправді рушив, ми дивимось на колеса сусіднього – крутяться вони чи не крутяться. 3. Якщо широкі масиви не густих хмар відносно швидко рухаються під місяцем, то здається, що місяць летить серед цих хмар.

Зорову інформацію корегує також статолітовий апарат, який знаходиться у внутрішньому вусі. Коли людина нахилиє чи повертає голову, цей апарат збуджується і посилає в її зорове поле сигнал, який вертає зсунуту цим нахилом чи повертанням перцептивну картинку на належне місце, відповідно до реалій просторової структури, відображеної у цій картинці.

М'язи, які рухають очні яблука, постійно посилають сигнали, котрі зсувають перцептивне поле у протилежних щодо цих рухів напрямках, що зберігає його реальну статичність, нерухомість. Якщо зафіксувати очні яблука спеціальними засобами, щоб вони не могли рухатись внаслідок напружень цих м'язів, і запропонувати досліджуваному подивитись у той чи інший бік, то коли він зробить відповідне зусилля, подивитись не зможе, але його перцептивне поле «стрибне» у протилежний бік – це сигнали, які компенсували б рухи очних яблук, якби вони відбулись внаслідок цього м'язевого напруження. Якщо рухати очні яблука механічно, щоб м'язи, за допомогою яких вони рухаються, не працювали, то поле зорового сприймання також «стрибатиме». Ці стрибки є зміщеннями картинок зорового поля на сутківках внаслідок відсутності компенсаторних сигналів від цих м'язів.

Доповнення, «домальовування» відсутньої сенсорної інформації, яка мала б надійти, через те, що якусь частину об'єктів затуляють, перекривають інші об'єкти, легко побачити, подивившись на будинок, перед яким ростуть дерева. Константність відображення домальовує в образах сприймання ті частини цього будинку, які затуляють ці дерева, незалежно від того, бачили ми цей будинок раніше без сенсорних втрат чи ні –

спрацьовують перцептивні моделі будинку та суміщення і накладання або перекривання об'єктів.

Доповнення, «домальовування» відсутньої сенсорної інформації кумедно показав видатний художник-карикурист Херлуф Бідstrup у сюжетному малюнку «Спокуса». Див.: Рис. 19.

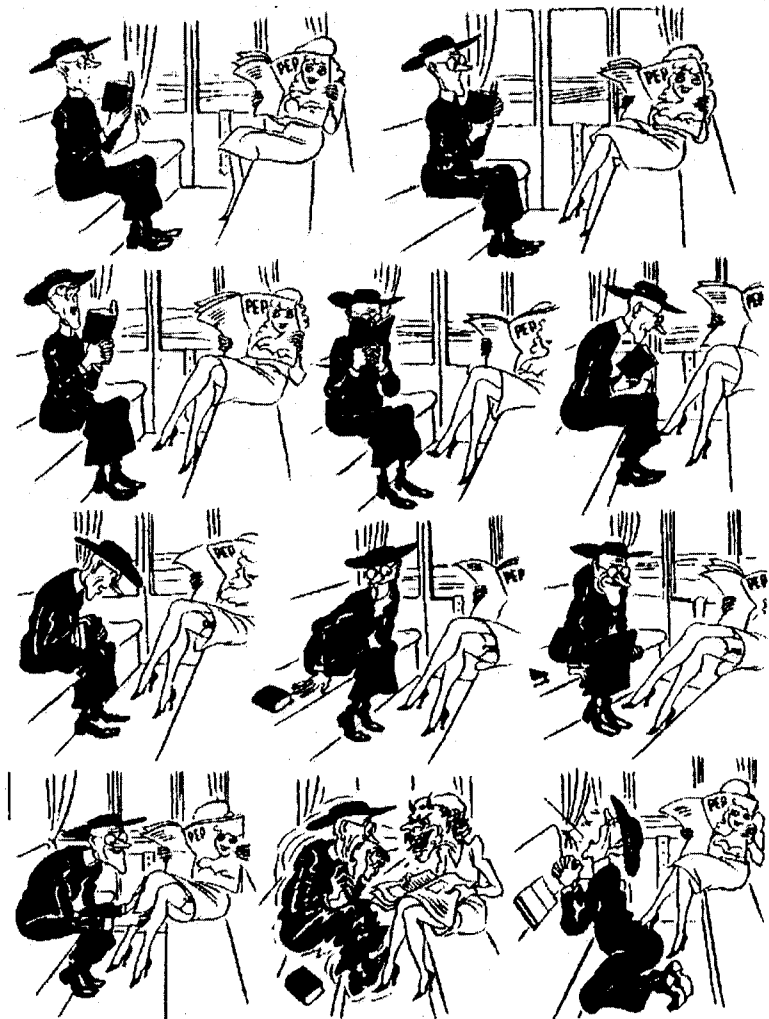


Рисунок 19.



Щоб «побачити» свою сліпу пляму, скористаємось *рисунком. 20.*



*Рисунок 20*

Заплющимо одне око, а другим будемо дивитись на якусь одну з цих фігур на віддалі *10-15 см.* Відтак, переміщенням

голови можна навести, спроектувати другу фігуру на сліпу пляму і ця фігура зникне з поля зору, ніби її немає.

Експерименти радянського психолога Л. Б. Ітельсона показали, як доповнюються, «домальовуються» втрати тієї сенсорної інформації, яку суб'єкт не встигає схопити поглядом. На екрані тахістоскопа (*грец. tachys – швидкий і skopeo – дивитись*) – прилад для короткотривалих експозицій зорових стимулів) на мить у інтервалі *0,01 сек – 0,60 сек* з'являлись зображення різних об'єктів. У зображених об'єктах була відсутня якась важлива структурна складова. До прикладу, у тварини не було голови чи задньої частини, чи передніх кінцівок тощо, або, наявна лиш одна виразна частина зображеного об'єкта і т. ін.

Результати: до часової межі *0,330 – 0,410 сек* (варіації зумовлені індивідуальними особливостями зорового аналізатора респондентів) сенсорна інформація від зображеного об'єкта не встигає дійти – досліджувані бачили лиш спалах світла. В межах *0,380 – 0,425 сек* – не впізнавали правильно, помилялись. До прикладу, показали слона без хобота. Хтось побачив щось схоже на автомобіль, інший – бочку. Зображення тулуба людини без голови здалось циліндром, ніби хмарочосом і т. ін. Тобто, їхнє сприймання не встигало знайти перцептивну модель, відповідну зображенню, відтак, «вихоплювало» якусь іншу, дещо схожу. До експозицій, які тривали *0,425 – 0,480 сек*, встигали віднайти більш родинні їм перцептивні моделі. До прикладу, в слоні без хобота встигають розгледіти якусь тварину – ноги й тулуб.

*Перцептивне доповнення втрат сенсорної інформації* виявилось в інтервалі *0,440 – 0,540 сек*. Так, досліджувані вже достатньо виразно бачили слона, але ще не встигали роздивитись, що цей слон без хобота. Тобто, їхнє сприймання посередництвом проекції на картинку, що демонструвалась, наявної у них перцептивної моделі тіла слона доповнювало, «домальовувало» істотну складову цієї моделі – хобот, якого на тій картинці не було.

Від 0,440 – 0,540 сек – правильне, адекватне сприймання – бачили, що слон без хобота і т. ін.

Отже, перцептивне доповнення сенсорної інформації від об'єкта, яка мала би бути, але фактично відсутня, виникає тоді, коли сприймання встигає «здогадатись» за мінімальними інформативними ознаками об'єкта, що це за об'єкт, тобто, вибрати відповідну цьому об'єкту перцептивну модель, але додивитись, чого в ньому не вистачає, не встигає. Іншими словами, коли сенсорної інформації достатньо, щоб спрацювала перцептивна модель для загального адекватного, правильного впізнання-ідентифікації об'єкта, і менше, ніж для того, щоб встигнути знайти в ньому хиби – невідповідності моделі. В реальному житті, у повсякденні – так само.

Грунтовність і потужність константності сприймання як спроможності «перемальовувати» перцептивну картинку, яку мала б «зобразити» у психіці суб'єкта та сенсорна інформація, що надходить від об'єктів у процесі зорового відображення їх, демонструють експериментальні дослідження.

Так, у ході експериментів, які визнано класичними, американський дослідник Дж. Еймз будував «ненормальні кімнати»: висота протилежних стін в таких кімнатах – різна, стелі й стіни – скошені зі зниженням в один бік. Однак, досліджуваним здається, що кімнати нормальні, стіни однакові за висотою, стелі лежать горизонтально, що відповідає перцептивному досвіду абсолютної більшості людей, сформованим у їх психіці перцептивним моделям кімнати. (Мансардні приміщення, по-перше, зустрічаються відносно рідко, по-друге, мають свої перцептивні ознаки, за якими їх впізнають та ідентифікують.) А от розміри перцептивних образів предметів, які заходяться в «ненормальних кімнатах» суттєво змінюються. Так, особи у реально нижчому кутку такої кімнати бачаться значно більшими й вищими на зріст, ніж ті, що у вищому, хоча ці, на вигляд менші й нижчі, реально – більші й вищі, ніж ті, що збільшені константністю сприймання досліджуваних. Тобто, константність сприймання досліджуваних «підняла» нижчий кут «ненормальної кімнати» відповідно до перцептивної моделі кімнати нормальної і разом з підняттям цього кута, особи, котрі стоять в ньому, неприродно «розрослись», порівняно з тими, що стоять у куті, висота якого звично-нормальна. Див.: Рис. 21.

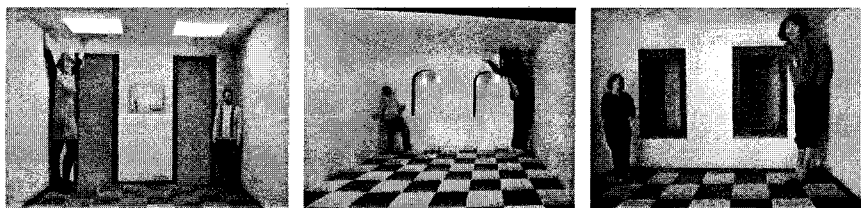


Рисунок 21.

Але, перцептивні образи добре знайомих досліджуваним предметів не змінюються в таких умовах сприймання, і вони починають бачити спотвореність кімнат. До прикладу, дружини адекватно бачать своїх чоловіків, а чоловіки – своїх дружин, матері – своїх дітей тощо. Тобто, добряче закарбовані у пам'яті образи добре знайомих предметів «дужчі», ніж навіть ґрунтовні перцептивні моделі, зокрема, кімнати.

Дж. Еймз також робив вікна у формі трапеції в горизонтальній площині. Досліджувані сприймають такі вікна як звичні їм, нормальні, прямокутні, один бік яких відчинений – повернутий щодо фронтальної площини: або всередину – реально вища бокова сторона вікна, або назовні – реально нижча. Спрацьовують перцептивні моделі і відчиненого вікна, і перспективного скорочення у вертикальній площині. Див.: Рис. 22.

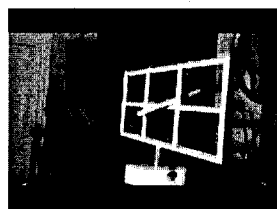
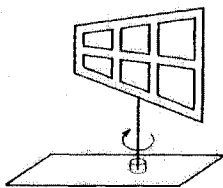


Рисунок 22.

Згадаємо також дослід з гральними картами збільшеного розміру щодо стандартних, звичайних, звичних. Збільшені й нормальні карти демонструють водночас в одній площині на тлі порожнього зорового поля. Всі карти сприймаються досліджуваними як однакові за розміром, стандартні, а реально більші – як розташовані ближче щодо них. І ці корективи вносить

константність сприймання відповідно до перцептивної моделі перспективного скорочення. (Див.: 7.1.).

Американський вчений Г. Йоганссон досліджував константність сприймання за допомогою двох круглих плям на екрані осцилографа. Ці експерименти також визнано класичними.

*1-й варіант дослідю:* Обидві плями рухаються паралельно або одна за одною на незмінній віддалі між ними, викреслюючи однакові траєкторії. Результат: досліджувані сприймають ці плями як один предмет, протилежні боки якого світяться. Це відповідає перцептивному досвіду: фари автомобілів, очі тварин, що світяться в темноті і рухаються однаковими траєкторіями. А от окремих круглих і світлих предметів, які пересуваються таким узгодженим чином, в нашому реальному житті немає.

*2-й варіант дослідю:* Плями рухаються паралельно, на незмінній віддалі одна від одної, але одна з них трохи швидше, ніж інша. Результат: вони сприймаються як один предмет, сторони якого зі світлими плямами на кінцях знаходяться на різній віддалі від спостерігача. Згадаємо паралакс руху, який і спрацьовує в цій ситуації. (Див.: 7.1.).

*3-й варіант дослідю:* Плями рухаються перпендикулярно: одна – вгору з середини нижньої сторони умовного квадрата, друга – вправо з середини його лівої сторони. Результат вельми здивував дослідників. Досліджувані бачили, що плями рухаються паралельно назустріч одна одній і водночас обидві – сукупно у напрямі правого верхнього кута цього квадрата. Однак, математично-кінематичний аналіз динаміки цього перцептивного образу показав, що вона цілком відповідає розкладанню на вектори таких траєкторій руху по осях координат на загальні (інваріантні) та різні (варіативні) компоненти. Вчені не можуть науково пояснити наявність у психіці людини цієї і подібних програм.

*4-й варіант дослідю:* Водночас і в одному темпі змінюється яскравість плям – коли одна світиться все більш яскраво до певного максимуму, інша від такого максимуму тьмяніє до цілковитого згасання. Відтак, починаються зворотні зміни яскравості кожної з плям і т. д. Досліджувані бачать одну пляму незмінної яскравості, що коливається, як маятник. Чому сприймання відкорегувало незвичну картинку зміни яскравості плям саме таким чином – також незрозуміло.

*5-й варіант дослідю:* У такій самій послідовності змінюються розміри плям – одна збільшується, водночас друга з тією самою

швидкістю зменшується. Досліджувані, згідно з перцептивною моделлю динаміки перспективного скорочення, бачать плями незмінного розміру, які ритмічно й почергово наближаються й віддаляються від них.

*6-й варіант досліду:* Змінюється забарвлення плям. Сприймається як зміни кольору освітлення їх, що, напевне, було більш знайомим для досліджуваних і зафіксованим у їхньому перцептивному досвіді.

Нагадаємо, що посередництвом вибіркості відображення сприймання має «прорватись» до тих об'єктів, на які спрямована увага суб'єкта чи особини, через сенсорні перепони, що утворюються іншими об'єктами, відокремити потрібну перцептивну інформацію від цих перепон.

Головним чинником вибіркості сприймання є спрямованість уваги суб'єкта, особини. Згадаємо, що увагу привертає найбільш актуальне, цікаве, незвичайно-інтенсивне за розмірами, яскравістю, новизною тощо. (*Див.: 5.2.*) Актуальність об'єктів для суб'єкта визначається його потребами, мотивами, інтересами, цілями, завданнями, задачами та іншими спонукаючими факторами. Як вчить народна мудрість «Голодній кумі – хліб на умі». Чудова ілюстрація – сюжетний малюнок, на якому чоловік і жінка дивляться на вітрину дамського одягу. Вона бачить власне одяг, а цінники не бачить, він бачить тільки цінники. У лісі вибірквість сприймання лісничих, лісників, вчених-ботаніків, вчених-ентомологів, вчених-екологів, розвідників, контррозвідників, мисливців, грибарів, збирачів ягід, бракон'єрів, туристів-естетів і т. ін. спрямована на різні об'єкти, відтак, їхні перцептивні образи того самого лісу помітно відрізняються між собою.

Наступний чинник – перцептивний досвід. Його дію виразно й переконливо показали чисельні експерименти. До прикладу, на подвійних зображеннях можна бачити характерні предмети й ситуації або для Мексики, або для США: 1) або корриду, або кінне родео; 2) або довговолосу брюнетку, або довговолосу блондинку; 3) або чоловіка у мексиканському капелюсі (сомбреро), або чоловіка у ковбойському капелюсі. Досліджувані мексиканці та інші латиноси бачили виключно перші сюжети. І тільки коли їм цілеспрямовано, «пальцем» показували другі, були спроможні розгледіти їх. Янки (громадяни США) – навпаки.

«Бреше як свідок скоєння злочину» – це проблема, «головний біль» слідчих та оперативних працівників правоохоронних органів.

Але свідки не брешуть, принаймні, здебільшого. Ця проблема полягає в тому, що особливості вибірковості сприймання, а відтак, уяви кожного свідка «показали» кожному з них різне, нерідко, вельми відмінне у тій самій ситуації – комплекси перцептивних моделей, які спрацювали у психіці кожного з них в процесі перцептивного відображення цієї ситуації, відрізнялись між собою, особливо, якщо спрацювала спроможність константності сприймання «домальовувати» і «перемальовувати» перцептивну картинку, яку «малюють» відчуття.

### **Контрольні запитання та завдання**

1. Охарактеризуйте сутність сприймання як пізнавального психічного процесу.

2. Що таке предметність або об'ємність психічного відображення?

3. Розкрийте сутнісний зміст тлумачень предметності відображення з позицій оптики, геометрії, тригонометрії.

4. Що таке перспективне скорочення?

5. Охарактеризуйте суміщення й накладання або перекривання об'єктів, розподіл світла й тіней, повітряну перспективу, руховий паралакс як фактори предметності відображення.

6. Що таке структурність відображення як властивість сприймання? На які властивості об'єктів спирається структурність відображення?

7. Охарактеризуйте топологічні гештальт-якості як фактори структурності відображення: близькість і щільність, гомогенність, неперервність та ін..

8. Що таке цілісність відображення як властивість сприймання?

9. Що таке якісна структура виду, роду, класу об'єктів?

10. Що таке перцептивна модель?

11. Що таке сенсо-моторна схема за Ж. Піаже?

12. опишіть і поясніть рухи очних яблук в процесі зорового сприймання, сновидінь, вікарних перцептивних дій.

13. Охарактеризуйте сенсорні перешкоди: спотворення, втрати, домішки.

14. Що таке константність відображення як властивість сприймання?

15. Охарактеризуйте фактори константності сприймання забарвлень, розмірів, руху і сталого стану предметів.

16. Що показали експерименти Ітельсона?

17. Що показали експерименти Еймза і Йоганссона?

18. висвітліть сутнісний зміст вибірковості сприймання та його чинників.

## Розділ 8.

### УЯВА

Видатний психолог Лев Семенович Виготський (1896–1934) зауважив, що всі речі, створені людьми, від ложки до літального апарату, спочатку виникли в уяві їх творців, являють собою кристалізовані образи їхньої уяви, що все, вироблене руками людини, увесь світ культури, на відміну від світу природи, є продуктом людської уяви і творчості, заснованій на уяві.

*Уява* – здатність суб'єкта спонтанно (невимушено), під впливом певних чинників чи за допомогою цілеспрямованих зусиль відтворювати або створювати у своїй психіці образи об'єктів (предметів, явищ, ситуацій), котрі в цей час не сприймаються ним (не перебувають у полі його сприймання) або взагалі відсутні у його перцептивному досвіді; притім, суб'єкт усвідомлює, розуміє, що його образи уяви є власне уявними, не є відображенням навколишньої дійсності.

*Уявлення* – процес утворення образів уяви. Цим терміном також позначають образи уяви.

Але, не всі психічні образи тих об'єктів (предметів, явищ, ситуацій, подій), котрі в цей час не сприймаються суб'єктом, не перебувають у його перцептивному полі, є власне образами уяви.

#### **8.1. Проективні та ейдетичні образи. Галюцинації. Сновидіння. Гіпнотичні стани**

Будемо пильно дивитись на білий лист паперу, всередині якого намальовано чорний квадрат, протягом 30 секунд, а потім швидко переведемо погляд на однорідно забарвлену світлу поверхню. Ми побачимо білий квадрат на темно-сірому тлі. Або зелений на червоному, якщо лист – зелений, а зображення на ньому – червоне, або жовтий на синьому, якщо зображення – синього кольору, тощо. Форма зображення може будь-яка – вона буде бачитись уповні забарвленою у протилежно-доповнюючий колір (увесь спектр зеленого – увесь спектр червоного, увесь спектр синього – увесь спектр жовтого) щодо свого реального забарвлення, котре сприймалось суб'єктом, як і тло цього зображення. Якщо одразу після споглядання такого стимула заплющити очі, то цей стимул,

забарвлений у протилежно-доповнюючий колір, декілька секунд стоятиме перед очима.

Образ об'єкта, який виникає одразу після пильного погляду на цей об'єкт протягом не менше 30 сек на якомусь однорідно забарвленому тлі або перед очима, якщо вони заплющені, і забарвлений у протилежно-доповнюючий щодо забарвлення самого об'єкта колір, називається *проективним*.

Проективні образи утримуються протягом декількох секунд, а потім зникають. У одних осіб кольори проективного образу не змінюються, у інших – забарвлення поступово змінюється, наближаючись до забарвлення стимулу, який його викликав.

*Ейдетичні* (грец. *eidōs* – образ, вигляд) образи утворюються так само, як проективні, але відрізняються від них: по-перше, ейдетичні образи забарвлені так, як зображення, котрі їх викликали; по-друге, розміри проективних образів прямо пропорційно змінюються щодо віддалі до площини, на яку вони проектується, а розміри ейдетичних образів залишаються незмінними, такими ж, як розміри стимула; по-третє, ейдетичний образ, на відміну від проективного, не змішується з кольором фону площини, на яку він проектується. Тобто, ейдетичний образ виглядає як перцептивний. Залежно від якихось індивідуальних особливостей зорового аналізатора, у одних осіб виникають проективні образи, у інших – ейдетичні.

Зустрічаються особи зі здатністю продукувати вельми виразні, сталі й тривалі ейдетичні образи. До прикладу, вони можуть бачити в такий спосіб десятки сторінок книг і читати їх.

І проективні, і ейдетичні образи стимула виникають одразу після споглядання його і тривають якийсь час після усунення цього стимула з поля зору суб'єкта. Отже, вони є *слідками перцептивних образів*, тобто, *являють собою лиш утримання образів сприймання*, що, напевне, пов'язано з інерцією зорових відчуттів (див.: 6.9.), а не відтворення чи створення образів об'єктів у внутрішньо-психічному плані. Тобто, *вони не є власне образами уяви*.

Нагадаємо, що *галюцинації* (лат. *hallucinatio* – маячня, видіння) – це порушення відображення дійсності, суть якого полягає в появі у психіці суб'єкта образів об'єктів, відсутніх в цей час у полі його сприймання, які, однак, сприймаються ним як відображення реальної, справжньої дійсності. Це можуть бути відчуття: зорові, слухові, нюхові, смакові, органічні, – та цілісні



образи й ситуації. У психічно здорових осіб галюцинації можуть виникати під впливом галюциногенів та інших психотропних речовин і гіпнотичного навіювання (див.: 4.5.6.; 4.5.7.). Різноманітні галюцинації – від окремих відчуттів до цілісної і розлогої картини світу – симптом шизофренії та інших психозів (див.: 15.2.).

У психічно хворих найчастіше зустрічаються слухові та нюхові галюцинації. Суб'єкт чує гуркіт грому, шум прибою, ревіння двигуна, мелодії тощо, чує голоси, які, здебільшого, дорікають йому, сварять і звинувачують його у важких провинах, розголошують його сороміцькі таємниці, які він старанно приховує, і т. ін. Звучать галюцинаторні голоси з різних зовнішніх предметів або/та безпосередньо в голові. Їх звучання буває для суб'єкта настільки виразним і реальним, що вони стають для нього нестерпними. Він благає їх замовкнути, несамовито кричить, намагаючись заглушити їх, щільно затуляє вуха.

Серед зорових галюцинацій частіше зустрічаються так звані прості: спалахи, кольорові плями, калейдоскопічна зміна розмаїтих барв і форм, іскри тощо. У складних зорових галюцинаціях постають якісь химери, неіснуючі тварини, людиноподібні істоти. До прикладу, алкогольний психоз продукує чудернацьких жуків, маленьких слоників та інших тварин, чортиків, іноді зеленого або рожевого кольору, тощо.

Як виразний приклад галюцинаторної картини світу, що розгортається в просторі й часі, згадаємо розповідь індіанця-сіу про видіння, які охопили його після вживання психоделічного гриба теонанакатла водночас із участю в чаклунському дійстві (див.: 4.5.7.). В тих видіннях відбулось ілюзійне здійснення найзаповітніших мрій тубільців Америки – звільнитись від гноблення білих завойовників, що не могло відбутись реально. Зауважимо, згідно з З. Фройдом, ілюзійне здійснення потужних, але реально нейздійснених потягів, потреб, бажань, зокрема, витіснених у несвідоме, є основною функцією сновидінь, які полегшують для суб'єкта тягар цих його нездійснених спонук, завдяки тому, що безпосередньо або в завуальовано-символічних формах задовольняються у його снах. (Див.: № 37. 9. у стиску літ-ри до Частини III.).

Гіпнотичним (грец. *hypnos* – сон) впливом можна навіяти найрізноманітніші, найскладніші видіння галюцинаторно-сновидного характеру. До прикладу, що в певний, вказаний

конкретно час, навіть з точністю до секунди, у психіці суб'єкта постане виразний образ якоїсь особи, котрий він сприйматиме як реальну зустріч з цією особою, спілкуватиметься з нею, зокрема й інтимно, тощо. Так і станеться, і він не збагне, що це спілкування – нав'язна галюцинація. Понад це, остаточно переконати його, що та зустріч – ілюзія, можна лиш посередництвом гіпнозу.

З наведених пояснень зрозуміло, що сновидіння слушно називають галюцинаціями уві сні, галюцинації – сновидіннями наяву, а гіпнотично нав'язні стани – гіпнотичними сновидіннями. Істотним спільним в усіх цих феноменах є поява та динаміка образів об'єктів у психіці суб'єкта за реальної відсутності цих об'єктів у полі його чуттєвого відображення. Тобто, його органи чуття якимось чинником «відключені» від навколишньої щодо нього реальності: психічним захворюванням, галюциногеном, сном, сильним виснаженням нервової системи і психіки, кисневим голодуванням, сенсорною депривацією, гіпнотичним нав'юванням та ін., – не реагують на неї, не відображають її. Іншими словами, ті образи, що продукуються в голові суб'єкта, цілковито «перемикають» його сенсорний зв'язок з реальністю. Але, *сам суб'єкт вважає їх реальністю, реальною дійсністю свого життя*, принаймні тоді, коли вони оволодівають його психікою.

Видіння, ілюзійність яких суб'єкт усвідомлює вже в процесі їх перебігу, називаються *псевдогалюцинаціями* (грец. *pseudos* – обман). (Див.: 4.5.6.). Отже, за ключовим психологічним змістом псевдогалюцинації є власне образами уяви.

## **8.2. Образи уяви. Види образів уяви**

*Ключовий психологічний зміст образів уяви полягає в тому, що суб'єкт усвідомлює, розуміє, знає, що в цих образах не відображена навколишня реальність, що вони не є образами сприймання тощо. Це – та істотна властивість образів уяви, яка відрізняє їх від феноменів, висвітлених у попередньому параграфі (differentia specific).*

Виразною ілюстрацією здатності усвідомлювати віртуальність образів уяви є втрата здатності уявляти. До прикладу, один хворий, який страждав правобічним паралічем внаслідок перенесеного інсульту, був спроможний повторювати почуті слова, писати їх, але ніяк не міг повторити і написати фразу: «Я

вмію добре писати моєю правою рукою». Замість «правою» він завжди говорив і писав «лівою», тому що був шульга – насправді завжди писав лівою. Цей хворий не міг ні сказати, ні написати те, що не відповідало дійсності, а могло б тільки уявлятися, на кшталт: «дощить», якщо насправді стояла сонячна погода, тощо. Можна сказати, що він втратив здатність усвідомлювати, розуміти, що уявити можна і те, що не відповідає дійсності, що існуватиме лиш в його уяві, і це буде відомо і йому, й іншим.

Критерій основного поділу образів уяви на види можна характеризувати як спосіб або «технологія» їх продукування. Так, ті з них, що впливають з пам'яті суб'єкта як образні спогади про предмети, явища, котрі він колись сприймав, про події, ситуації, у яких брав участь, побував, можна назвати *репродуктованими* (лат. *reproductio* – відтворення) *образами уяви*. Тобто, вони являють собою репродукцію, відтворення в уяві суб'єкта якогось фрагменту чуттєво-образної інформації, закарбованої у його пам'яті.

Образи уяви, які можна назвати *продукованими* (лат. *production* – створення), виникають в процесі читання або слухання суб'єктом описів того, що він ніколи безпосередньо або зображеними в той чи інший спосіб не сприймав. Але, необхідною умовою появи таких створених образів є перцептивне знайомство суб'єкта бодай з подібними, аналогічними властивостями, ознаками елементів, складових об'єктів, які описуються. Інакше він не зможе уявити ці об'єкти. До прикладу, щоб уявити Арктику за описанням, ніколи жодним чином не бачивши ні її, ні навіть снігу, необхідно мати закарбований у пам'яті перцептивний досвід про якусь речовину, схожу на сніг (білу цукрову пудру або дуже дрібно змелену білу сіль тощо), і про неосяжну та однорідну за складом і забарвленням поверхню. Тобто, і в процесі утворення продукованих (створених) образів уяви активно функціонує образна пам'ять – в ній постає (згадується) необхідна для цього процесу чуттєва інформація.

Уява людини спроможна створювати образи об'єктів, які ще реально не існують. Як зауважувалось на початку цього розділу, йдеться про кожну без виключення новостворену річ – від ложки й колеса до структури комп'ютера та орбітальної станції. Кожній з них передувало створення, конструювання її образу в уяві її творця. Такі образи уяви можна назвати *продуктивними*.

А от втілення образів казкових та міфологічних істот і предметів уможлиблюється лиш в описах, малюнках та інших зображеннях, зокрема, переодягненими в них людьми. До прикладу: кентавр, пегас, русалка, Хлопчик-мізинчик, Дюймовочка, циклоп, Змій-Горинович з трьома головами, людина-амфібія і т. ін. На стіні печери Ле-Труа-Фрер у Франції знайшли вирізьблену й пофарбовану в чорний колір фігуру загадкової, неіснуючої істоти, у якої – людське тіло, лапи – як у ведмеда, борода – як у сарни, дзьоб сови, очі вовка, роги й вуха – як в оленя, хвіст – як в коня. Встановили, що цю фігуру вирізьбили кроманьйонці – безпосередні еволюційні предки власне людини (виду *Homo sapiens sapiens*). Отже, вже кроманьйонці були здатні створювати казково-міфологічні образи, що свідчить про творчо-продуктивний потенціал їхньої уяви та інтелекту.

Але, вочевидь, що й казкові та міфологічні образи утворюються з перцептивного досвіду їх творців – у їхніх структурних елементах (складових) немає нічого такого, що б не існувало в реальному світі. Інша справа, що ці структурні елементи поєднані між собою або трансформовані (перетворені) ірреальним чином – таким, якого не може бути реально в нашому матеріальному світі.

Уявно-ірреальне поєднання елементів, які в реальному житті не поєднані між собою, називається *аглотинація* (лат. *agglutination* – *склеювання*). До прикладу: істота, зображена кроманьйонцями у печері Ле-Труа-Фрер; русалка – голова і тулуб дівчини та хвіст як у риби замість ніг; кентавр – верхня частина тіла – чолов'яга, нижня – кінь і т. ін.

Уявно-ірреальна трансформація об'єкта – це неможливе в умовах наших земних реалій збільшення чи зменшення його розмірів: Дюймовочка, Хлопчик-мізинчик, велетень та ін., – або кількості тих чи інших структурних складових. До прикладу: циклоп (велетенська людиноподібна істота з одним оком на місці перенісся та копитами замість ступнів); багаторукі богині в індуїзмі; дволикий Янус, три-головий змії і т. ін. Уявно-ірреальне збільшення об'єктів та/або кількості їх структурних елементів називається *гіперболізація* (грец. *hyperbolē* – *перебільшення*), зменшення – *літота* (грец. *litotēs* – *простота*).

Ще один спосіб продуктивної трансформації об'єкта, який починається в уяві суб'єкта, називається *схематизація* (грец. *schēma* – *зовнішній вигляд, конфігурація, форма*). Це –

редукування, нівелювання, усунення неістотних, другорядних елементів, їхніх контурів і виокремлення й підкреслення істотних, відрізняльних, характерних конфігурацій об'єктів. Виразний приклад – орнамент, основними структурними елементами якого є схематизовані характерно-типові обриси рослин.

Продуктивна уява і розглянуті та інші операції, якими вона послуговується, – істотні складові образного, а відтак, творчого мислення, і художнього, і наукового. Своєрідним поєднанням цих видів творчого мислення є жанр художньої літератури, який називається наукова фантастика (*грец. phantasia – уява*). (Див.: 9.6.).

Образи уяви поділяють також на *одиничні* та *узагальнені*. Одиничні – це уявні образи конкретних предметів з їх неповторними властивостями: пес Бровко, сестричка Галя, рідна смерекова хата тощо. Узагальнені образи уяви в більшості існуючих визначень і тлумачень цього поняття, на нашу думку, характеризуються як зображені уявленням поняття. Мовляв, у цих образах предмети і явища постають в узагальненому вигляді, на кшталт: собака взагалі, дівчина взагалі, будинок взагалі, море взагалі і т. ін. Однак, згадаємо, що «взагалі» – це ключовий предикат (логічний присудок) понять, до прикладу, дерево взагалі (загалом) – це...; меблі взагалі (загалом) – це... тощо. Жодні такі «взагалі» реально не існують, їх немає (якщо не поділяти ідеї Платона про «Царство Ідей»). (Див.: 2.3.; 2.4.). Отже, неможливо зобразити їх зовнішній вигляд як такий, зокрема, в уяві, уявити його. Тому, напевне, що більш коректним предикатом так званих узагальнених образів буде не «взагалі», а «якийсь» або «просто»: «якийсь або просто пес», «якась або просто дівчина», «якась халупа», «просто хвилі» і т. ін.

*Образно-символічні означення*, як і будь-які знаки, створюються конвенційно, тобто, вони не є і не вважаються власне образами того, що позначають; виразний приклад – ієрогліфічне і будь-яке ідеографічне письмо (див.: 9.4.3.; 4.8.). Якщо запропонувати уявити, скажімо, мир, радість та хижака, то в уяві багатьох людей постануть: голуб у польоті, широка щаслива посмішка і морда звіра з оскаленими іклами. (Неодноразово перевірено автором цього підручника у дослідях зі студентами). Перший з цих образів – давно відомий і поширений символ миру; другий і третій – найбільш однозначні й виразні зовнішні, експресивні прояви названих стану і властивості, котрі, зазвичай, також слугують їх символами. Тому, попри відмінності їх вигляду

в уяві кожного суб'єкта, предикати «взагалі», «загалом» коректні щодо них, як і щодо всіх образів-символів.

### 8.3. Чинники образів уяви

Першим серед чинників образів уяви вчені дослідили *асоціації* (лат. *assotiatio* – *поєднання, з'єднання*). Нагадаємо, сутність асоціації полягає в тому, що актуалізація у психіці (поява в образах сприймання, уяви, у спогадах, в думках) якогось об'єкта стимулює появу в ній інших об'єктів, пов'язаних з актуалізованим якоюсь із видів асоціацій: за суміжністю, за подобою, за контрастом. (Див.: 2.6.; 2.8.2.). Нагадаємо також, що І. П. Павлов вбачав у сигнальному зв'язку (між умовним та безумовним подразниками) асоціацію за суміжністю, в якому *антиципація* (лат. *anticipatio* – *передбачення, очікування*) підкріплення є психічним феноменом, який належить до семантичного поля уяви, являє собою протоуяву, філогенетичний зародок і базис уяви. (Див.: 2.9.2.). Мовляв, підкріплення, яке тварина очікує після дії безумовного подразника, постає у її психіці у вигляді якогось образу на кшталт протоуявного. Ще більш виразно прояви протоуяви постають в інтелектуальних актах тварин. (Див.: 9.1.; 9.2.). Опис експериментального вивчення асоціювання образів уяви у процесі уявлення – див.: 8.5.

Ще один чинник образів уяви – *вербальний вплив* – вокативне або письмове мовлення, яке у той чи інший спосіб стимулює та спрямовує уявлення того/тих, кому воно адресоване. Так, в процесі повсякденного спілкування ми постійно закликаємо одне одного: «Уяви собі!» Письмовим мовленням, яке потужно будить уяву, спонукає інтенсивно уявляти, брати уявну співучасть у подіях, що описуються, є художня література. Художній текст можна характеризувати і як низку команд, котрі стимулюють уяву читача і тримають її в емоційно насиченому тонусі. До прикладу, опис природи, з якого починається поема Тараса Шевченка «Причинна»:

Рече та стогне Дніпр широкий,  
Сердитий вітер завива,  
Додолу верби гне високі,  
Горами хвилю підійма.

І блідий місяць на ту пору  
Із хмари де-де виглядав,  
Неначе човен в синім морі,  
То виринав, то потопав.

Потужним чинником образів уяви є діяльність, яка вимагає активного й креативного (*лат. creatio – творення, створення*) уявлення її суб'єктів. А цього вимагають всі так звані творчі професії, і мистецькі, й науково-дослідницькі, а також ті, у яких ключовим процесом є «вгадування» – уявлення можливого перебігу подій: слідчого, оперативного працівника, контррозвідника тощо. Така уява – необхідна умова й функціональна основа їх професійного образного інтелекту й мислення (*див.: 9.3.; 9.6.*).

Основним, базисним чинником образів уяви, який визначає зміст і уявно-образного асоціювання, і образів уяви, викликаних вербальним впливом та вимогами діяльності суб'єкта, є його потреби, бажання, прагнення, потяги, мотиви, мрії та інші психічні спонуки і пов'язані з ними емоційні переживання, які інтегруються в почуттях.

Л. С. Виготський вивів «Закон подвійного вияву почуттів», згідно з яким: «Фантазія – це внутрішня мова наших почуттів. А діяльність фантазії – це розрядка афектів (*лат. affectus – хвилювання, пристрасть*) негативно забарвленого невдоволення».

**Фантазія** (*грец. phantasia – уява*) – уявлення всілякого неймовірного та бажаного, але неможливого.

Мовляв, ті особистісно значущі потреби, бажання, прагнення тощо, які суб'єкт не може реалізувати, задовольнити реально, спричиняють накопичення у його психіці осаду негативно забарвлених, неприємних, гнітючих емоційних переживань фрустраційного характеру, які мордують його, дошкуляють йому. Тому він прагне та свідомо й несвідомо намагається позбутись їх, розрядити їх патогенний (*грец. pathos – біль, страждання, хвороба і genos – рід, походження*) потенціал.

**Фрустрація** (*лат. frustratio – марні сподівання, обман, руйнування планів*) – стан відчаю, розпачу, зумовлений нездоланими для суб'єкта перепонами на шляху до важливої, значущої для нього мети.

Єдиний однозначно ефективний та надійний спосіб і засіб зведення нанівець такого патогенного потенціалу – реально

задовольнити ті потреби, бажання, які спричиняють його накопичення. У багатьох випадках ефективним у цьому відношенні є корегування рівня домагань (див.: 18.3.). А коли суб'єкт не може зробити ні перше, ні друге, йому на допомогу приходить фантазія, яка здійснює уявну корекцію (лат. *correctio* – виправлення, покращення) незадовільної для нього ситуації. Вона так чи інак здійснює бажане для суб'єкта в його уяві прийнятним для нього чином. (Порівняймо з основною функцією сновидінь за З. Фройдом – див.: 8.1.).

Така розрядка посередництвом фантазування може бути доволі ефективною для суб'єкта у психотерапевтичному (грец. *psychē* – душа і *therapeia* – лікування) вимірі – допомогти йому «скинути з душі» частину тягару гнітючих переживань, на якийсь час полегшити його. «Давно вже з'ясована та обставина, – зауважив Л. С. Виготський, – що, за висловом Гьоте, почуття не обманює, обманює судження. Коли ми будуємо за допомогою фантазії якісь нереальні образи, ці образи не є реальною дійсністю, але почуття, які вони викликають, переживаються так само, як справжні. Коли поет говорить: «Над вигадкою сльозами обіллюсь», – то вигадку він усвідомлює як щось нереальне, але проліті над цим нереальним сльози належать дійсності.»

Ця компенсуюча фантазія грає важливу роль в житті підлітків з їх віковими внутрішніми конфліктами між вже дорослими бажаннями й прагненнями і ще обмеженими можливостями дитини. Л. С. Виготський зауважив, що якраз старанне приховування підлітками своїх фантазій вказує на те, що їхня фантазія щільно пов'язана з найсокровеннішими бажаннями, потягами та емоційними переживаннями – вона задовольняє їх посередництвом солодких мрій.

#### **8.4. Властивості образів уяви. Основні психологічні концепції уяви**

Згідно з результатами коректних експериментальних досліджень, переважній більшості образів уяви притаманні такі властивості, що відрізняють їх від образів сприймання:

1. *Відсутність стереоскопічності* (грец. *stereos* – твердо і *skopeo* – дивитись, спостерігати), *проективності* (лат. *projectio* – виносити, викидати). Це означає, що вони – не предметні, не



винесені зовні у певні просторові параметри, не переживаються суб'єктом як такі, що знаходяться у зовнішньому світі перед ним. Мовляв, враження таке, що вони перебувають у якомусь примарно-віртуальному середовищі, «в голові» і притім виглядають не як реальні речі, а як плоскі картинки речей тощо.

2. *Примарність*. Образи уяви не лише перебувають у якомусь примарно-віртуальному середовищі, а й самі напівпрозорі, немов примари, привиди, фантоми.

3. *Фрагментарність* (лат. *fragment* – шматок). Образи уяви нерівномірно виразні. Одні елементи відображених у цих образах об'єктів більш виразні, інші – менш, чимало з них – взагалі відсутні.

4. *Схематичність*. Фрагменти об'єктів, представлених в образах уяви, також неповні, в них відсутні ті чи інші структурні елементи, складові, деталі. Більшою чи меншою мірою вони наближаються до власне схематичних зображень. (Див.: 8.2.).

5. *Плинність* (динамічність). Мало кому вдається утримати образ своєї уяви незмінним і нерухомим хоча б декілька секунд. Уява немов вихоплює різні його частини і «показує» їх суб'єкту одна за одною. Образ бачиться як динамічна картинка, що безперервно змінюється, складається то з тих, то з інших структурних елементів. А нерідко змінюється образом іншого об'єкта, котрий так чи інакше асоціюється з попереднім.

Натомість, не лише перцептивні образи, а й, здебільшого, галюцинаторні та чимало сновидінь – предметні, тобто, розгортаються в реальному, виразному й стабільному просторі, цілісні, доволі яскраві, повні й детальні, стабільні й сталі тощо.

Однак, досліді, які автор цього підручника періодично проводив протягом двадцяти п'яти років зі студентами-психологами, показують, по-перше, що уява майже половини з них не продукує власне образи (цей факт відповідає результатам репрезентативних експериментів – див.: 8.5.), по-друге, що в образах уяви, принаймні, більшості тих студентів, у яких вони виникають, значно більше ознак перцептивних образів, ніж вказаних властивостей. Ми можемо гіпотетично пояснити цей факт тим, що, по-перше, переважна більшість з досліджуваних нами студентів – дівчата, а у жінок, як ви вже знаєте, на загал, домінує права, «образна» півкуля головного мозку. (Див.: 4.6.). Це припущення підтверджується, зокрема, тим, що образи уяви майже всіх тих досліджуваних юнаків, у яких вони виникають, загалом

відповідають зазначеним властивостям. По-друге, тим, що сучасна молодь постійно сприймає великі масиви динамічних, яскравих, барвистих, строкатих візуальних вражень через інтернет, телебачення, мобільність (подорожі тощо), що мало б стимулювати її продуктивний потенціал у вимірі насиченості формами й барвами – «соковитості». Зрозуміло, що це припущення – поверхове й спрощене, не є достатньо ґрунтовним і вагомим поясненням виявленої нами невідповідності, та й сама ця невідповідність – не доведена, не є фактом, перевіреном належним чином.

Воднораз, віддавна існують відомості про осіб, уява яких продукує образи, котрі за своєю повнотою, яскравістю, насиченістю барвами й виразно структурованими формами з дрібними деталями мало чим поступаються образам сприймання. До прикладу, німецький драматург Отто Людвіг розповідав: «Час від часу я бачу в уяві дуже виразні образи людей, один чи більше, в певних ситуаціях, з характерною для кожного з них мімікою і жестами. <...> Слідом за першою ситуацією виступають нові образи осіб і груп, допоки вся драма не буде готовою в усіх своїх сценах.» Він зауважував, що ці його бачення в уяві настільки виразні, реалістично-живі, що в нього постійно виникає серйозний сумнів – чи все це, часом, не дійсно відбувається поруч з ним. Відомий російський письменник Іван Олександрович Гончаров писав: «Особи, які нерідко дуже виразно вимальовуються в моїй уяві, не дають спокою, чіпляються, позують у сценах, я чую уривки їхніх розмов – і мені часто здається, прости Господи, що я це не вигадую, а що все це обертається в повітрі навколо мене, і мені тільки треба дивитись і вдумуватись.»

Спроби науково-психологічних трактувань уяви представлені у декількох концепціях. Ми торкнемось основних. Хронологічно перша серед них – *асоціаціаністська*. Ключова ідея цієї концепції полягає в тому, що образи уяви являють собою відтворення за асоціацією відповідних образів сприймання, зафіксованих і збережених у пам'яті суб'єкта. Протягом цього зберігання дещо забувається – стираються якісь фрагменти, образ «старіє» – розмивається, тьмяніє, втрачає насиченість контурів і барв. Так, мовляв, можна пояснити властивості уяви, висвітлені вище. Але, дослідження показують, що таким чином трансформуються не лише «старі» перцептивні образи, які тривалий час зберігаються в пам'яті, а й ті, що нещодавно сприймалися суб'єктом, котрі

відтворюються в його уяві по «гарячих слідах». Отже, справа не в «утрусці» й «усушці» образів сприймання на «складах» пам'яті.

Перше питання, що виникає у зв'язку з цією концепцією: Як зі збережених у пам'яті конкретно-одиничних перцептивних образів продукуються узагальнені образи уяви?

Відповідь на це питання пропонує *концепція сумачії колишніх перцептів* (образів сприймання). Мовляв, процес запам'ятовування образів сприймання функціонує подібно до техніки виготовлення «колективного портрета», створеної наприкінці ХІХ ст. відомим англійським вченим Френсісом Гальтоном. Беруться негативи фотопортретів кровних родичів (генетично споріднених), на яких положення і розміри їхніх лиць однакові (однаковий ракурс) і накладаються один на одного. Одержаний в такий спосіб «колективний» негатив друкується. На ньому риси, обриси, притаманні всім або більшості цих лиць, стають більш виразними. Різні, навпаки, робляться менш помітними, редукуються, так, що їх легко прибрати. В результаті виходить «портрет роду» – зображення «спільного обличчя» кровних родичів. Згідно з концепцією сумачії перцептів, подібним чином формуються і відкладаються у пам'яті перцепти кожного з відображуваних об'єктів (дерев, листя, людей тощо) – накладаються один на одного, утворюючи їх «спільне обличчя».

Але, виникає питання: Як виникають одиничні образи? Адже вони мали б вливатись у закарбоване в пам'яті суб'єкта їхнє «спільне обличчя» і зливатись з ним...

У пошуках відповіді на ці питання, Вільям Джемс висунув гіпотезу: У пам'яті фіксуються й зберігаються не перцептивні образи окремих об'єктів і не узагальнені образи, сформовані шляхом їх накладання та сумачії, а *психо-фізіологічні програми конструювання (формування й розгортання) образів уяви*. Згодом ця гіпотеза була підтверджена експериментально.

Згадаємо, що необхідною умовою та механізмом побудови перцептивних образів є перцептивні дії. Так, очі «обмацують» об'єкти зорового сприймання за допомогою «стрибків» по їхніх контурах та інших інформативних точках. Під час сновидінь, в галюцинаторному стані і під гіпнозом суб'єкт бачить не навколишню реальність, а свої сновидіння, галюцинаторні й гіпнотичні видіння, котрі породжуються й розгортаються тільки у його психіці. Однак, його очні яблука рухаються так, ніби він дивиться на реальний світ і бачить його. Тобто, вони

«розглядають» картину, що породжується й розгортається тільки у психіці, у внутрішньо-психічному плані, так само, як і зовнішній світ – посередництвом «обмацуючих» об'єкти, стрибкових рухів очей. (Див.: 7.3.). В цей час у електроенцефалограмі (ЕЕГ) мозку суб'єкта домінують  $\alpha$ -ритми й  $\beta$ -ритми. (Див.: 4.4.). Якщо записати траєкторії рухів очних яблук досліджуваного під час сновидіння, а відтак, розбудити і попросити розповісти, що йому щойно приснилось, то записані траєкторії цілком відповідатимуть траєкторіям рухів погляду в процесі зорового сприймання тієї ситуації, тих предметів, які він бачив у цьому сновидінні.

Відтак, В. П. Зінченку вдалось записати рухи очних яблук досліджуваних у процесі уявлення ними різних предметів. Основний результат: траєкторії рухів очей в процесі сприймання і в процесі уявлення того самого предмета – дуже схожі, майже ідентичні. Найбільш виразно цей факт постав у дослідах, в яких досліджувані проходили лабіринт зором, а потім – у своїй уяві. Наступний крок В. П. Зінченка: лабіринт спочатку обстежувався тактильно – обмацуванням пальцями із зав'язаними очима. Потім досліджуваних просили намалювати вивчений у такий спосіб лабіринт, що вимагало уявляти його. Виявилось, що в процесі тактильного проходження ними лабіринтів у їхній психіці формувалось і щось на кшталт зорових образів цих лабіринтів – траєкторії рухів очних яблук і тих досліджуваних, які малювали лабіринти, вивчені ними тактильно, і тих, котрі обстежували ці самі лабіринти тільки візуально (зором), були дуже схожими, практично ідентичними.

Згодом експерименти такого роду з різноманітними ускладненнями й варіаціями неодноразово проводились в багатьох розвинених країнах світу. Всі вони підтвердили, що рухи очних яблук суб'єкта в ході сприймання і в процесі уявлення ним того самого об'єкта – практично ідентичні. Це – вагоме підтвердження гіпотези В. Джемса: образи уяви дійсно конструюються (формується й розгортаються) на основі зафіксованих і збережених у пам'яті психо-фізіологічних програм конструювання відповідних перцептивних образів, тобто, являють собою реконструкцію процесу сприймання тих об'єктів, що уявляються. Отже, образи уяви, як і перцептивні, бачать очі посередництвом обстежуючих перцептивних рухів. Але, в процесі уявлення, як і під час сновидінь та гіпнотичних видінь, вони якимось чином «дивляться» не на зовнішній світ, а «всередину» психіки, на

перцептивний досвід, акумульований в ній у формі перцептивних моделей.

Воднораз, коли суб'єкт тільки уявляє собі якісь рухи свого тіла, кінцівок, м'язи, що забезпечують ці рухи, іннервуються і редуковано напружуються, ніби він реально здійснює їх. Цей феномен одержав назву *ідеомоторні акти*.

Якщо взяти якийсь достатньо важкий невеликий предмет, підвісити його на шнурку, тримати цей шнурок в руці, заплющити очі і *лиш уявляти*, що підвішений на ньому предмет обертається (описує коло в горизонтальній площині), без жодних свідомо контрольованих зусиль насправді обертати цей предмет таким чином. Невдовзі розплющимо очі і побачимо, що він дійсно обертається так, як ми уявляли. Феномен ідеомоторної активації використовують, зокрема, у сучасних технологіях протезування.

На цілеспрямованому стимулюванні чи, навпаки, гальмуванні тих чи інших органічних процесів посередництвом їх уявлення суб'єктом базується аутогенна (*грец. autos – сам і genesis – походження*) психопрофілактика і психотерапія. Прикладів феноменальної та потужної ефективності такої саморегуляції – дуже багато. Вони розглядаються в спеціальних навчальних курсах з клінічної психології. Тут наводимо лиш один, який переконливо показує дивовижні можливості уяви суб'єкта щодо впливу на власний організм.

О. Р. Лурія писав про індивіда з феноменальними, надзвичайними пам'яттю та уявою якого він досліджував протягом багатьох років: «Достатньо було Шерешевському щось уявити собі, чи, як він говорив, «побачити», і ми могли констатувати дивовижні зміни в його тілі. В процесі спеціальних дослідів ми спостерігали, як він міг довільно підвищити температуру правої руки на 2 градуси і, водночас, знизити температуру лівої руки на 1,5 градуси. Для цього йому було достатньо «побачити», що його права долоня лежить на краю гарячої плити, а лівою він тримає шматок льоду. Без великих зусиль Шерешевський прискорював ритм роботи серця («побачив», що він біжить за трамваем), або сповільнював його («побачив», що спокійно лежить у ліжку). У нього виникала депресія  $\alpha$ -ритму у електроенцефалограмі, коли він, сидячи в темноті експериментальної камери, довільно починав «бачити» яскравий пучок світла (*нагадаємо, що  $\alpha$ -ритм фіксується в бадьорому стані із заплющеними очима, тобто, коли суб'єкт не*

*бачить світла*). Він міг легко переносити видалення зуба без наркозу, «побачивши», що в кріслі стоматолога сидить не він, а хтось інший, і що тому іншому, а зовсім не йому, рвуть зуб.»

### **8.5. Зміни образів уяви в процесі уявлення**

Нагадаємо, що образи уяви плинні та мінливі не лише в тому розумінні, що в них постійно з'являються й зникають, висвітлюються більш чи менш виразно то одні, то інші фрагменти, елементи (структурні складові), а й в тому, що вони, здебільшого, доволі швидко змінюються іншими образами, так чи інакше трансформуються (перетворюються) в образи інших предметів. Тобто, «повнокровний», насичений процес уявлення – це потік різних образів, які або стрибками змінюють один одного, або плавно, поступово трансформуються, перетворюються в інші.

Неперевершене дотепер репрезентативне експериментальне дослідження трансформацій образів уяви в процесі уявлення здійснив відомий психолог українського походження Павло Петрович Блонський (1884–1942). Він почав зі створення сприятливих умов для ефективного функціонування уяви досліджуваних, тому що уявлення – досить «делікатний» процес, який, по-перше, важко стимулювати – «ввімкнути», «запустити», по-друге, його легко «збивають», переривають навіть слабкі сторонні подразники.

Виявилось, що найбільш сприятливими умовами щодо оптимального функціонування уяви є: тиша, цілковитий спокій, зручна нерухома поза, розслаблення м'язів усього тіла. Більшість досліджуваних, вимагаючи «тиші й спокою», не хотіли напружати навіть слух (мовляв, заважає) і просили експериментатора сідати якомога ближче і говорити якомога тихіше. Не лише м'язеве напруження на кшталт: «стиснувся», «напряглись руки» тощо, а й незначний рух тіла міг цілковито анулювати процес уявлення навіть у досліджуваних з найбільш потужною і продуктивною уявою. Ці факти привели П. П. Блонського до висновку, що рухи тіла і образи уяви – антагоністи. Від тілесних рухів, здебільшого, настає «смерть образу» – він цілковито нівелюється, сходить нанівець, зникає. Якщо рух короткотривалий, то з якогось аксесуару зруйнованого – «материнського» – образу може розпочатись розгортання нової за змістом низки образів.

Але й у сприятливих щодо процесу уявлення умовах жодні стимули не викликали жодних образів уяви, не могли «ввімкнути й запустити» цей процес у більшості досліджуваних (понад 50%). Замість власне образів уяви у свідомості багатьох з них поставали слова-назви тих об'єктів, які так чи інакше асоціювались зі стимулом, а відтак, тих, що асоціювались з попередніми словами-назвами, утворюючи потік суто вербальних асоціацій. Згодом було виявлено також індивідів, уява яких породжує аудіальні знаки-назви стимулів та асоційованих з ними об'єктів – «ніби якось тихо звучить в голові», – за словами одного з таких суб'єктів.

Натомість, всі ті досліджувані, котрі могли уявляти візуальні образи, впевнено стверджували, що вони їх *бачать* і що це *бачення* – своєрідне, мовляв: «Не так, як я бачу насправді, а так, ніби уві сні». Тобто, це були здебільшого чорно-білі, більш чи менш примарні картинки. Значно рідше – кольорові, барвисті, хоча також більш-менш примарні. При цьому, незалежно від степені ясності, виразності бачення, вона практично в усіх випадках розподілялась нерівномірно: якщо одні частини, фрагменти, елементи об'єктів бачились більш ясно, виразно, то інші – менш, невиразно й дуже невиразно, а деяких зовсім не було. Якщо образ не перетворювався одразу в інший, а утримувався якийсь час, то ті його складові, які були найбільш виразними, починали тьмяніти, водночас, інші робились більш і найбільш виразними і т. ін. (*Порівняємо з властивостями образів уяви – див.: 8.4.*)

Всі досліджувані вказували на пасивність своєї волі щодо появи й перебігу образів у їхній уяві – мовляв, вони виникають якось самі собою, невимушено, мимовільно, автоматично. Ось декілька їхніх висловлювань щодо цього факту: «Краще не намагатись викликати їх, інакше гірше буде». «Треба просто заплющити очі й чекати – вони самі прийдуть». «Зусилля, напруження лиш заважають». «Єдина підготовка – викликати у себе споглядальний настрій». Як виявилось, найбільш сприятливим щодо такого настрою є початковий стан засипання, коли людина вже трохи дремає, «куняє», притім, під час спокійного та глибокого відпочинку після втоми від фізичної праці.

П. П. Блонський укомплектував експериментальну групу з осіб, спроможних продукувати достатньо виразні зорові образи уяви, і створив сприятливі умови для їх появи та перебігу. Відтак, використовував різні стимули: 1) предмети, які досліджувані споглядали протягом 30 секунд; 2) предмети, які вони обмацували руками із зав'язаними очима; 3) виголошені слова, на кшталт:

«рукавичка», «гаманець», «паличка» тощо. Якщо під впливом таких стимулів виникав якийсь візуальний образ уяви, то його пускали на «самоплив». Одні досліджувані розповідали про перебіг потоку образів, викликаних у їхній уяві якимось із таких стимулів, по-ходу цього процесу, інші – після сходження усієї низки пов'язаних між собою образів нанівець.

До прикладу, одному з досліджуваних зав'язали очі і дали помацати смужку паперу. Цей стимул викликав у його уяві низку таких образів: «Бачу білий колір – дуже виразно; з білого робиться труба, жовта, мідна; з труби робиться зірочка і одразу перетворюється в щось пухнасте і чорне – це птах, чи то крук, чи галка; забарвлення птаха швидко змінюється з чорного на сіре – це чайка – розлогий водний простір – вода срібляста – яскрава біла смуга у воді – все зливається у відблисках срібла – біле світло.» П. П. Блонський звернув увагу на перетворення двох властивостей стимулу – паперу, який здебільшого білого кольору, і смужки: з білого почалось і білим закінчилось; з жовтої мідної труби, видовжена форма якої відповідає формі смужки, почалось і білою смугою закінчилось. Він назвав перетворення такого роду *трансформацією* (лат. *trans* – поза і *forma* – форма). В уяві досліджуваних ним респондентів кольори найчастіше трансформувались у подібні (білий у жовтий тощо). Значно рідше спостерігались зміни забарвлення на протилежно-доповнюючі кольори, серед яких найчастіше – червоний на зелений.

В подальшому П. П. Блонський з'ясував, що як внаслідок тілесного руху досліджуваного, так і спонтанно, сама собою, може початись трансформація якогось аксесуару образу, утворюючи нову низку образів, не схожих на «материнський».

Образ може бачитись не ізольовано, а в антуражі. Тобто, разом з появою образу якогось об'єкта в уяві суб'єкта, його образна пам'ять відтворює ситуацію, у якій він колись сприймав цей об'єкт, або продукується щось подібне на цю ситуацію. П. П. Блонський назвав цей феномен *реінтеграція* (лат. *re* – префікс, що означає зворотню або повторну дію, *ta integratio* – відновлення, відтворення). До прикладу, стимул – слово «рукавичка». Низка образів, що виникли у однієї з досліджуваних під впливом цього стимула: біла, маленька, довга рукавичка з кнопками, вона – на жіночій руці – кнопка дзвінка – великі, обтягнуті червоною шкірою, «шикарні» двері на сходовій площадці, «де жили ті пані», зліва – кнопка дзвінка. Цей приклад



цікавий ще й тим, що аксесуар початкового, «материнського» образу – кнопка – дає початок новій низці образів.

У наступних прикладах трансформацій з реінтеграціями він виявив ще декілька процесів уявлення, перебігу образів уяви:

Візуальний стимул – сірникова коробка – викликав в уяві досліджуваної низку таких образів: Якесь коробка невиразно, а відтак, жінка в білому фартусі, подібна на ту, що зображена на пачках какао – ця жінка на пачці соди – магазин і прилавок, за яким продають сірники – все дуже виразно, особливо пачки какао і соди. В цій низці образів жінка, зображена на пачці какао, залишилась і на пачці соди, в яку трансформувалась пачка какао, хоча насправді на пачках соди жодних зображень жінок не було. Таке утримання, збереження частини попереднього образу і перенесення його на наступний у процесі їх трансформації П. П. Блонський назвав *персеверація* (лат. *perseveratio* – наполегливість, упертість, затятість).

Вербальний стимул: «гаманець». Ланцюжок образів, викликаних цим стимулом у одного з досліджуваних: «Старовинний і старий чорний гаманець – худий дідуган з борідкою клином у чорній ермолці – знову чорний гаманець, який одразу перетворюється в якусь морду – невиразний образ, щось на кшталт чорного фартуха – згорнута парасоля, ніби палиця – маса палиць – маса голів народу – все темне – якесь обличчя дуже невиразно – чорний капелюх з червоною плямою – баба в чорній хустці – все пливе і переплітається – місто зверху – ліс зверху – ялинки – будинки – крутиться колесо.» Попри трансформацію стимула (чорний гаманець – чорний фартух і т. д.) і реінтеграцію (напевне, досліджуваний якое ситуативно асоціював гаманець, котрий намалювала його уява, з дідуганом у ермолці), П. П. Блонський розгледів у цьому самозвіті процес, який назвав *мультиплікація*, що в перекладі з латинської означає *множення*: палиця – маса палиць, голова – маса голів.

Науково-психологічна інтерпретація багатьох протоколів таких дослідів привела П. П. Блонського до висновку, що будь-які, всі спонтанні потоки образів уяви утворюються посередництвом виявлених ним чотирьох процесів перетворення цих образів: трансформації, реінтеграції, персеверації, мультиплікації, які, здебільшого, взаємопов'язані, взаємопереплетені.

Однак, невдовзі після цього висновку, у одному з подальших дослідів візуальним стимулом була паличка. Низка образів уяви,

викликана ним у одного з досліджуваних: «Дерев'яний шомпол (паличка для чищення стволів вогнепальної зброї) – спис летить до дерева – ліс – ріка, на ній – пліт з палиць – палі біля берега. Маємо не лише трансформацію палички, реінтеграцію та мультиплікацію, а й зміну положень предметів з вертикального на горизонтальне і навпаки (спис летить до дерева – ліс – пліт з палиць – палі). П. П. Блонський назвав такі зміни положень образу уяви *переорієнтація або поворот*.

Згодом він виокремив у трансформації образів уяви такі процеси: *дисоціацію* (лат. *dis* – порушення, руйнування і *assotiatio* – поєднання) – розкладання образу на фрагменти і/або вичленування з нього якоїсь деталі, якогось елемента, фрагмента, котрий може започаткувати низку нових образів; *інтеграцію* (лат. *integratio* – відновлення від *integer* – цілий, цілісний) – поєднання частин, що утворились внаслідок дисоціації, у якийсь новий образ; *гіперболізацію* (грец. *hyperbolē* – перебільшення) – збільшення або зменшення образу об'єкта до невластивих йому розмірів.

Відтак, було виявлено різновиди асоціацій, які можуть бути чинниками саморуху низки образів уяви, зокрема: *Асоціації за подібністю форми*. Аудіальний стимул – «гора». Потік образів: «Гострий пік з засніженою вершиною – гребінь високої хвилі напливає на піщаний берег – засніжена ялинка із зіркою на чубку. *Асоціації за подібністю функцій*. Візуальний стимул – собака. Виник образ всячого замка. Аудіальний стимул – корабель. Образи: літак – велосипед – ціпок (засоби пересування). Візуальний стимул – кований паркан. Образи: загразоване вікно – металеві двері з гачками і засувами. *Асоціації за суміжністю в часі*. Вербальний стимул «хмара». Ланцюжок образів: грізна темно-синьо-фіолетова хмара з білими краями затуляє сонце – блискавки і спалахи – потужні потоки води ллються міською вулицей, заливають тротуари – веселка на тлі суцільної синьої хмари.

Врешті-решт, П. П. Блонський, а відтак, інші дослідники експериментально довели, що в основі змін образів об'єктів, що уявляються, можуть лежати будь-які, всілякі асоціативні зв'язки цих об'єктів.

## Контрольні запитання та завдання

1. Що таке уява і уявлення?
2. Що є істотним спільним, однаковим між образами уяви, з одного боку, та проєктивними й ейдетичними образами, сновидіннями, галюцинаціями, гіпнотичними станами, з іншого, і що – суттєво відмінним?
3. Що таке репродуктовані, продуковані і продуктивні образи уяви?
4. Що таке аглютинація, гіперболізація, літота і схематизація в процесі створення образів уяви?
5. Охарактеризуйте одиничні та узагальнені образи уяви.
6. Охарактеризуйте чинники процесу уявлення: асоціації, вербальний вплив, вимоги професійної діяльності.
7. Розкрийте основний психологічний зміст мотиваційних спонук і компенсуючої фантазії як чинників уявлення.
8. Висвітліть психотерапевтичний вимір фантазування.
9. Охарактеризуйте основні особливості фантазування підлітків.
10. Назвіть і охарактеризуйте властивості образів уяви. Перевірте їх коректність за допомогою самоспостереження.
11. Розкрийте основний зміст концепцій уяви: асоціаністської та «сумачії колишніх перцептів».
12. Висвітліть сутність гіпотези В. Джемса щодо конструювання образів уяви.
13. Висвітліть експерименти, які засвідчили правильність гіпотези В. Джемса щодо конструювання образів уяви.
14. Що таке ідеомоторні акти?
15. Які властивості уяви містять аутогенний психотерапевтичний потенціал?
16. Що таке трансформація, реінтеграція, персеверація, мультиплікація образів уяви?
17. Що таке переорієнтація, дисоціація, інтеграція, гіперболізація образів уяви?
18. Які види асоціацій можуть бути чинниками саморуху низки образів уяви? Наведіть приклади таких асоціацій.

## Розділ 9.

### МИСЛЕННЯ

*«Я не впевнений, що можна справді  
збагнути диво мислення.»*

Альберт Ейнштейн.

Сучасному етапу науково-технічного прогресу властиве інтенсивне створення й використання наукоємних технологій у більшості галузей виробництва та організації буття суспільства і управління ним. Це вимагає високої та якісної освіти, складних знань і вмінь від осіб, котрі мають справу з цими технологіями (теоріями, концепціями, методами, методиками, обчисленнями, технікою), на базі і за допомогою яких вони функціонують. Освіта, знання і вміння набуваються і реалізуються посередництвом пізнавальних психічних процесів: уваги, сприймання, уяви, мислення, пам'яті. Чим більш розвинені, чим краще функціонують ці процеси у психіці суб'єкта, тим більш ефективно навчання вони йому забезпечують. Своєю чергою, належний розвиток та оптимізація функціонування пізнавальних психічних процесів особи вимагає інтенсивного та поглибленого наукового вивчення їх.

Воднораз, життєво необхідним і тому надцінним для прогресу науки й техніки є творче мислення. Адже сенс і спосіб існування науки – творчість, відкриття, знаходження нових знань про світ і людину в ньому, винаходи нових підходів до важливих для буття людини об'єктів світу, засобів використання цих об'єктів тощо. Тому розвиток творчого мислення, творчого інтелекту – одна з найактуальніших проблем психології XXI століття.

Отже, вивчення мислення, інтелекту, усіх пізнавальних психічних процесів з метою забезпечення належної ефективності їх функціонування є пріоритетно актуальною науковою проблемою сучасності, а відтак, необхідною умовою формування й розвитку професійної компетентності майбутніх фахівців-психологів.

Психологічну проблематику мислення та інтелекту розробляли видатні вчені: Л. С. Виготський, М. Вертхаймер, Ж. Піаже та ін.. Їхні здобутки – фундаментальні, ґрунтовні, вагомі. Чимало сучасних психологів плідно досліджують практично спрямовані

аспекти цієї проблематики. Але, все ще не виведені загальноновизнані функціональні сутності цих дуже складних психічних феноменів. Згадаємо, що у функціональних сутностях об'єктів постають їхні найбільш істотні властивості. (Див.: 1.1.1.). Тому в цьому підручнику висвітлено саме такі сутності, як їх розуміє і тлумачить студентам-психологам його автор.

### **9.1. Функціональна психологічна сутність інтелекту та мислення**

Згідно з видатним знавцем психологічної феноменології мислення і мовлення Л. С. Виготським, мислення – це процес розв'язування задач. Зауважимо, що він мав на увазі і проблемну ситуацію, котра відрізняється від власне задачі лиш тим, що в задачі вказано і відоме (умови задачі), і те, що треба знайти, а у проблемній ситуації суб'єкт, особина (окрема тварина) мусить самотужки виявити те, що він/вона має знайти, щоб забезпечити ефективний вихід з неї. У завданні мають вказуватись способи, засоби та шляхи досягнення поставленої мети.

Однак, попри безумовну правильність, таке трактування функціональної сутності мислення, на нашу думку, незавершене, тому що в ньому не вказана істотна властивість власне мисленевого розв'язування задач і пошуку виходу з проблемних ситуацій.

Згадаємо з навчального курсу *«Зоопсихологія та порівняльна психологія»*, що тварини можуть знаходити вихід з проблемних ситуацій шляхом «спроб і помилок» (за Е. Торндайком). *«Спроби й помилки»* – це вид оперантного наочіння (набування індивідуального поведінкового досвіду, вироблення поведінкових навичок особини), сутність якого полягає в тому, що, опинившись у новій для неї проблемній ситуації, особина здійснює хаотичні пошукові рухи, допоки випадково не зробить такі, котрі ведуть до успішного виходу з неї. У подальших повтореннях цієї проблемної ситуації тварина щоразу з меншою кількістю помилкових спроб, тобто, швидше здійснює рухи, котрі забезпечують їй успіх. Чим більше повторень цієї ситуації, тим менше помилок робить тварина, за умови знаходження правильних дій кожного разу. Вочевидь, що мислення в цьому процесі відсутнє. І люди нерідко намагаються знайти вихід з проблемних ситуацій, розв'язувати

задачі подібним чином – шляхом спроб і помилок (методом «втику»). Якщо це вдається, то, на відміну від тварин, люди, зазвичай, одразу запам'ятовують випадково знайдені успішні дії.

Водночас, деякі тварини спроможні знаходити вихід з проблемних ситуацій посередництвом інтелектуальних актів. Нагадаємо, що інтелектуальну спроможність тварин відкрив В. Кьолер у експериментах з шимпанзе Султаном. До стелі вольєру він підвісив банан на такій висоті, щоб Султан не зміг, підстрибуючи, дотягнутись і схопити його. У кутку вольєра лежав ящик, цілком придатний щодо використання у якості підставки («трампліна») для успішного стрибка з метою дістати підвішений банан. Спочатку антропоїд декілька разів підстрибнув, намагаючись схопити фрукт – той висів не надто високо. Зазнавши невдачі, Султан пильно озирнувся навколо, на мить зупинив погляд на ящику і одразу, без жодних вагань рушив до цього предмета, взяв його, приніс, поставив під бананом і використав як підставку для стрибка, що завершився успіхом.

В. Кьолер ускладнив проблемну ситуацію – поклав у кутку декілька ящиків і підвісив банан вище, щоб, стрибнувши тільки з одного з них, шимпанзе не міг дотягнутись до приманки. Виявивши це, Султан на мить зупинився, немов замислився, пішов і взяв другий ящик, поставив його на той, який вже стояв під бананом, підстрибнув з цієї вищої підставки і легко заволодів ним. Так дійшло до п'яти. Більшу кількість ящиків він не зміг поставити один на одного так, щоб, принасувавшись краями, вони не падали – це для шимпанзе надто тонка маніпуляція. У наступній проблемній ситуації у вольєрі були тільки підвішений банан, В. Кьолер і Султан. Озираючись навколо, шимпанзе потягнув В. Кьолера за поли халата, поставив під приманкою, виліз йому на плечі і використав як трамплін для успішного стрибка.

З цих та інших подібних експериментів В. Кьолер вивів основні відрізняльні властивості (*differentia specific*) інтелектуальних актів тварин, серед яких перша і основна – *insight* (англ. *insight* – осяяння). Це означає, що Султан знаходив вихід з проблемних ситуацій розумово і відносно швидко, без жодних локомоційно-маніпуляційних спроб і помилок. В. Кьолер порівняв інсайти шимпанзе зі «спалахами» наукових відкриттів. Це – влучне порівняння, тому що не лише науковим відкриттям, а й всім без винятку проявам інтелекту і тварин, і людей притаманна однакова, та сама функціональна сутність, психологічний «ключ» якої – інсайт.

Візьмемо, до прикладу, відомі задачі, котрі не вимагають якихось особливих, спеціальних, розлогих тощо знань, тобто, інтелект у них «демонструє» себе в «чистому вигляді». Так, для розв'язання задачі про гусей необхідно знати лише, як співвідносяться між собою ціле, половина і чверть, скажімо, літр, півлітра і чвертка. Отже: Летіла ватага гусей. Назустріч їм – один гусак.

– Привіт, сто гусей, – каже цей гусак.

– Нас не сто, – відповідає вожак ватаги, – от якби нас було стільки, як є, та ще стільки, та ще половина, та ще чверть, та ще ти з нами, нас було б сто.

Питання: скільки гусей було у ватазі?

Інтелект виявляє необхідні для розв'язання задачі властивості та співвідношення об'єктів, даних в її умовах, а саме: що кількість гусей в усіх групах, названих вожаком, дорівнює 99 (100 відняти того 1-го гусака, якого вони зустріли) і що ці групи можна поділити на рівні частини – чверті, тому що половина містить дві чверті, а ціле – чотири. Виявлення можливості цього поділу являє собою інтелектуальне осяяння, інсайт. Відтак, чверть плюс 2 чверті плюс 4 і ще 4 чверті дорівнює 11 чвертей; 99 поділити на 11 = 9. У чверті – 9 гусей. У цілому – 4 чверті. 9 помножити на 4 = 36. Відповідь: у ватазі було 36 гусей.

Задача про ковпаки вимагає від інтелекту спроможності думати за інших: Три мудреці сперечались – хто з них мудріший. Один з тих, до кого вони звертались з проханням розсудити їх, показав їм п'ять ковпаків – 3 чорні і 2 білі. Потім зав'язав їм очі і одягнув на кожного чорний ковпак, а білі заховав. Відтак розв'язав тим мудрагелям очі і запропонував кожному визначити, якого кольору ковпак у нього на голові. Хто першим розв'яже цю задачу – наймудріший.

Кожен з них бачить, що у обох його опонентів на головах чорні ковпаки і кожен припускає, що його ковпак може бути або чорним, або білим. Ті з них, котрих їхній інтелект веде до правильного висновку, мислять далі так: «Якщо у мене білий ковпак, то кожен з опонентів вже здогадався б, що у нього чорний, тому що міркував би так: «Якщо у мене білий ковпак, то той, у кого чорний, одразу зголосився б, що у нього – чорний, бо ж білих всього два, але він мовчить, отже, на моїй голові чорний ковпак». А те, що вони *обидва мовчать*, означає, що у мене також – чорний

ковпак». Висновок, зроблений внаслідок продуктивного осмислення мовчання обох суперників – інсайт.

Ці приклади та вивчені автором цього підручника тисячі різноманітних проявів інтелекту людей і тварин дозволили йому визначити функціональну сутність або основну, базисну функціональну здатність інтелекту:

*Інтелект* – це пізнавальна спроможність, яка являє собою здатність виявляти ті властивості, співвідношення та можливі способи використання об'єктів, їх властивостей, застосування яких забезпечує розв'язання задач, знаходження виходу з проблемних ситуацій.

З цього визначення випливає, що інтелект є основним засобом мислення.

І в зарубіжній, і у вітчизняній науковій та навчально-методичній літературі мислення здебільшого трактується як процес опосередкованого й узагальненого відображення дійсності. Йдеться про опосередкування поняттями. (Про поняття як психологічне поняття – див.: 2.2.3.; 2.2.4.). Однак, власне поняттями оперує лиш понятійне або дискурсивне (лат. *discursivus* – *пояснювальне, логічне, розумове*) мислення. Наочно-дійове мислення послуговується сенсо-моторними схемами, котрі являють собою *узагальнений* перцептивний і кінестезичний досвід суб'єкта, особини. Наочно-образне мислення тварин і дітей раннього дошкільного віку – образами, які можна назвати протоуявними. Поняття як елементи розлогої системи усвідомлених дискурсивних знань в цих образах відсутні.

Однак, і це уточнення не рятує наведене трактування мислення. Адже *сприймання* – *також опосередковане й узагальнене відображення дійсності*. Нагадаємо, що засобом *узагальненого опосередкування* в цьому пізнавальному психічному процесі є перцептивні моделі – закарбовані генетично (вроджені) або, здебільшого, сформовані на основі відповідного перцептивного досвіду суб'єкта, особини образи основних, відрізняльних, типових, інваріантних форм, структур (будови) класів (видів, типів тощо) об'єктів (предметів і явищ), притаманних усім об'єктам кожного класу (*узагальнення*), а також загальних співвідношень просторових структур: ближче-далі, зверху-знизу, між, тощо. (Див.: 7.3.; 7.4.). Тобто, перцепція (сприймання) ідентифікує (впізнає), а відтак, адекватно відображає об'єкти посередництвом відповідних їм перцептивних моделей,



що є опосередкованим і узагальненим відображенням дійсності. Відкрита система перцептивних моделей являє собою фундаментальну основу перцептивного досвіду суб'єкта, особини. *Уява і образна пам'ять також оперують цими моделями.* (Див.: 8.4.; 10.2.1.).

Понад це, принаймні переважну більшість своїх відчуттів, образів сприймання і уяви, спогадів, потреб, мотивів, емоційних переживань та інших процесів і станів своєї психіки люди усвідомлюють, тобто ідентифікують їх з тими поняттями, до яких належать представлені у цих процесах і станах об'єкти. Отже, *не лише мислення, а й всі ті феномени психіки людини, які усвідомлюються, опосередковані узагальненими знаннями – поняттями. Тобто, оперування узагальненнями різних рівнів та форм – не differentia specific мислення щодо усіх інших психічних процесів.*

Водночас, у інтелектуальних актах тварин, які є «двигуном», функціональною основою наочно-дійового мислення, понятійне опосередкування відсутнє – тварини власне поняттями (як елементами розлогої системи усвідомлених дискурсивних знань) не оперують.

Всі ці стисло наведені аргументи дозволяють нам визначити функціональну сутність мислення:

*Мислення – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій, вирішення проблем за допомогою інтелекту.*

З цих позицій виразно постає психологічна функціональна специфіка видів мислення.

## 9.2. Наочно-дійове мислення

*Наочно-дійове мислення – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій за допомогою сенсомоторного інтелекту.*

*Сенсомоторний інтелект – це здатність виявляти ті властивості, співвідношення та можливі способи використання об'єктів, їх властивостей, застосування яких забезпечує розв'язання задач, знаходження виходу з проблемних ситуацій, за допомогою оперування сенсомоторними схемами.*

Нагадаємо, що сенсомоторна схема – це функціональна структура, у якій поєднані перцептивні моделі об'єктів і вроджені

або сформовані (вироблені) адекватні реакції на ці об'єкти, способи поводження з ними, дії щодо них і за їх допомогою тощо.

Комплекси взаємоузгоджених сенсомоторних схем особини являють собою поведінкові навички. До прикладу, коли хижак переслідує потенційну здобич (проблемна ситуація для нього), він мусить адекватно й блискавично реагувати на ті її рухи, якими вона намагається врятуватись. А потенційна здобич хижака має враховувати його маневри, щоб здійснювати такі рухи, які дають їй шанс на порятунок, – її проблемна ситуація. (Див.: 7.3.). Оперування особиною наявними у неї поведінковими навичками, спрямоване не пошук ефективного виходу з таких проблемних ситуацій, є вагомою підставою вбачати у таких пошуках філогенетичну основу, зародки сенсомоторного інтелекту та наочно-дійового мислення.

Згадаємо з курсу («Зоопсихологія і порівняльна психологія», що в одному з експериментів В. Кьолера шимпанзе Султан мав дістати банан, який покладали за межами вольєру на такій віддалі, щоб його можна було підсунути ближче за допомогою відносно довгого і твердого предмету (палиці, дроту тощо). У розпорядженні шимпанзе, зокрема, були: достатньо довга і вочевидь закоротка палиці для здійснення такої операції; дві короткі палички, з яких можна було зробити достатньо довгу, з'єднавши їх, – на торці однієї з них просвердлили отвір, у який щільно вставлялась друга; такого ж діаметру отвори були по всій довжині першої палички, так що другу можна було вставити в неї і перпендикулярно; скручений дріт; ганчірка та інші предмети, непридатні для розв'язання цієї задачі. Султан одразу зметикував, що не дістане банан рукою – у шимпанзе чудовий окомір. Оглянувши наявні предмети, він без вагань взяв довгу палицю і підсунув нею банан (інсайт).

Наступного разу цієї палиці вже не було – В. Кьолер вилучив її. Султан розкрутив дріт (інсайт) і успішно використав його, після чого дріт вилучили. Єдиним придатним знаряддям залишились дві палички, які треба було з'єднати, вставивши одну в торець іншої. Султан пильно оглянув їх і одразу вставив правильно, без жодної спроби з'єднати їх перпендикулярно (інсайт). За цю операцію В. Кьолер назвав Султана геніальним. Щоправда, цей геній мав певний досвід такого конструювання – раніше випадково з'єднав такі палички в такий спосіб у процесі маніпулювання ними без певної мети, що, напевне, якимось зафіксувалось у його психіці.

Згодом Султан не лише легко з'єднавав 2 палички, а й 3 очеретини, притім, спочатку обгризав кінці кожної з тих, які він записав у інші (інсайт).

Подібним чином шимпанзе Парис, з яким працювала відома радянська дослідниця психології тварин Н. М. Ладигіна-Котс, безпомилково знаходив такі значущі у відповідних проблемних ситуаціях властивості предметів, як довжина, ширина, щільність, товщина, а відтак, вибирав придатні для ефективного використання. Якщо не було готового придатного, то виготовляв його. До прикладу, відламував бокові відростки гілок, обгризав надто товсті, щоб зробити їх тоншими, відкушував щепки від дошки, розпрямляв закручені дроти для виштовхування приманки з трубки.

Ці приклади показують, що чимало інтелектуальних актів тварини здійснюють за допомогою опосередковуючих знарядь, які вони знаходять або виготовляють. Воднораз, чимало інстинктивних та набутих наочним поведінкових актів тварин включають опосередковуючі засоби, частину яких вони виготовляють. Відрізняльна особливість (*differentia specific*) інтелектуального опосередкування полягає в тому, що придатність предмета для застосування у якості опосередковуючого засобу особина виявляє самотужки посередництвом інсайту. Інстинктивне використання опосередковуючих засобів запрограмоване генетично. Вироблене наочним – результат пошуку шляхом «спроб і помилок».

Деякі з наведених вище прикладів демонструють інтелектуальне виявлення особиною в предметах та їх складових властивостей, подібних на ті, завдяки яким вона успішно використала інший предмет в якості опосередковуючого засобу, знаряддя в попередньому інтелектуальному акті. Так, за відсутності ящиків Султан побачив ті їх властивості, котрі дозволяли використовувати їх як трамплін для стрибка (вертикальний вимір твердої опори), у фігурі експериментатора. Тобто, шимпанзе екстраполював (переніс) властивості ящика як трампліна на Кьолера на підставі наявності в обох достатньо високого і твердого вертикального виміру. Відколи знайшов палку як знаряддя для оволодіння бананом, впізнавав необхідний йому твердий горизонтальний вимір, зокрема й прихований (скручений дріт), у інших предметах, тощо. Тобто, в усіх таких актах сенсомоторний інтелект тварини знаходить у різних предметах

схожі властивості, уподібнює, виокремлює і узагальнює їх. Згідно з Л. С. Виготським, такі узагальнення слід назвати «*потенційне поняття*».

Розглянемо ще один цікавий прояв інтелекту Султана. В. Кьолер розповідає: «Я намагався спонукати Чіку (самка шимпанзе – В. М.) скласти дві палки. Султан присів поряд і уважно спостерігав за тим, що відбувається. Коли, врешті-решт, стало зрозуміло, що Чіка абсолютно не розуміє, що від неї вимагається, я дав обидві палки Султану, сподіваючись, що він хоч якось прояснить ситуацію. Султан узяв їх, вставив одну в іншу, але не став діставати плід, а лінювим жестом підштовхнув його до Чіки». Цей випадок, згідно з В. Кьолером, – «виразно показав, що Султан здатен розглядати завдання, яке треба виконати, з точки зору іншої тварини.» Тобто, він розв'язав задачу, занадто складну для інтелекту Чіки, *за неї і для неї*. В цій ситуації вочевидь працює не лише сенсомоторний інтелект, як функціональна основа наочно-дійового мислення, а й виразний зародок соціально-психологічного механізму ідентифікації з іншим суб'єктом – спроможність поставити себе на його місце, щоб збагнути «його проблему», а відтак, за необхідності, вирішити її за нього, що є особливим проявом інтелекту, який демонструє наведена вище задача з чорними і білими ковпаками.

Згодом з'ясували, що здійснювати інтелектуальні акти здатні не лише шимпанзе, а й інші антропоїди, дельфіни і деякі особини багатьох нижчих видів. До прикладу, український дослідник В. П. Протопопов навчив собаку натискати лапою на клямку, щоб відчиняти дверцята проблемної клітки і діставати з неї приманку. Потім цей пес інсайтом збагнув підтягнути зубами й лапами за мотузку шматок м'яса, прив'язаного до неї, і простягнутої до нього по підлозі. У новій проблемній ситуації клямку поставили на такій висоті, що він не міг дотягнутись до неї ні пащею, ні лапою. До клямки була прив'язана мотузка. Без жодних вагань собака схопив зубами мотузку і потягнув її (інсайт). Дверцята відчинились і він заволодів м'ясивом.

Наочно-дійове мислення людини функціонує «в чистому вигляді» у тих проблемних ситуаціях, в яких її сенсомоторний інтелект працює несвідомо, без рефлексованого усвідомлення цього процесу. Таке відбувається в екстремальних умовах, коли виникає загроза життю і/або здоров'ю людей, руйнацій тощо. Фахівці (вояки, рятувальники, пожежні, пілоти, диспетчери

аеропортів та ін.) не мають часу, щоб поміркувати, як треба діяти. Блискавично думає їхній сенсомоторний інтелект. Притім, у абсолютній більшості таких проблемних ситуацій їх свідомість взагалі «вимикається» і вони діють автоматично – не усвідомлюють, що відбувається і що й навіщо вони роблять. Таке «відключення» свідомості суб'єкта, який діє у екстремальних умовах, істотно сприяє ефективності його дій – не рефлексуючи небезпеку свідомо, він не реагує на неї емоційно – не хвилюється, не боїться. Емоційні реакції не «перегривають» його розум, завдяки чому точність, швидкість і координація рухів – не порушені.

Зауважимо, що далеко не всі автоматичні дії людини (ті, які не контролюються її свідомістю), є наочно-дійовим мисленням, а лиш ті, котрі спрямовані на розв'язання задач, на пошук виходу з проблемних ситуацій за допомогою інтелекту. Хоча розмежувати мисленнєві і не мисленнєві автоматичні дії в багатьох випадках нелегко, а то й неможливо, до прикладу, в процесі спортивних єдиноборств, ігор (вельми динамічна низка проблемних ситуацій) спортсмени не мають часу розмірковувати у пошуку ефективних впливів на суперників, які ведуть до перемоги над ними, а повинні миттєво реагувати на їхні дії (на кшталт наведеного вище прикладу «змагання» хижака-мисливця та його потенційної здобичі). Здійснюється це посередництвом майстерності, яка являє собою комплекс складних сенсомоторних схем.

Мислення немовлят (дітей, які ще «не мовлять», тобто не володіють поняттями) – наочно-дійове, воно оперує вже виробленими сенсомоторними схемами. До прикладу, в одному з експериментів Ж. Піаже створив для немовляти, яке оволоділо сенсомоторною схемою «смикни шнур – будуть звуки й рухи» (деренчання й коливання кольорових брязкалец), проблемну ситуацію. Біля його коліски рухались предмети й лунали звуки, котрі привертали його увагу. Коли їх припинили, дитина одразу почала шукати і смикати той самий шнур, яким вона викликала звуки й рухи брязкалець, вочевидь, щоб вирішити аналогічну проблему – продовжити цікаву для неї «виставу» інших звуків і рухів (інсайт на основі уподібнення й узагальнення).

Більшість інтелектуальних актів дітей, які ще не оволоділи мовленням, ідентичні інтелектуальним актам тварин. Так, якщо немовля не може дотягнутись до якогось предмета, то тягне до себе підстилку, на якій цей предмет стоїть, коли цікава для нього річ зникає за ширмою, пересувається до протилежного кінця цієї ширми і т. ін.

В одному з експериментів Ж. Піаже немовля знайшло ефективну дію посередництвом оригінального пластичного зображення її. «Я кладу ланцюжок в коробку, – розповідає Ж. Піаже, – і залишаю щілинку всього 3 мм. Зрозуміло, що Люсі не знає про закривання й відкривання коробки і не бачила, як я підготовлюю експеримент. Вона володіє двома схемами: перевертання посудини з метою звільнити її від вмісту і запихання пальчика в щілину, щоб схопити й витягнути щось. Спочатку дитина пробує застосувати останній спосіб – намагається запхати пальчик всередину і дістати ланцюжок, але зазнає невдачі. Настає пауза, протягом якої Люсі демонструє дуже цікаву реакцію, <...> Люсі *зображує* відкривання. Вона дивиться на щілину, потім декілька разів підряд відкриває і закриває ротик, спочатку ледь-ледь, а потім – все ширше й ширше. <...> Невдовзі після цієї фази «пластичного розмірковування» Люсі рішуче вставляє пальчик в щілинку і, замість того, щоб намагатись, як раніше, дістати ланцюжок, тягне шухлядку коробочки так, щоб отвір збільшився. Їй це вдається і вона бере ланцюжок».

Нагадаємо, що спроможність зображення предметів, явищ, дій забезпечує уява. Отже, Люсі продемонструвала, що розвиток уяви немовлят стимулюють ті проблемні ситуації, в яких її зародки, що оперують сенсомоторними схемами, можуть продукувати інсайт.

І в багатьох інтелектуальних актах тварин виразно постають феномени, яким притаманні істотні ознаки образів уяви. До прикладу, молодого шимпанзе Тараса навчили відчиняти дверцята клітки-ящика, натискаючи на важіль, розташований на невеликій віддалі від неї, і створили проблемну ситуацію: поставили у клітку баночку компоту, щодо якого Тарас був вельми ласий, а важіль розташували на такій віддалі від дверцят, що атропоїду не вистачало довжини обох рук, аби натиснути на нього і водночас схопити дверцята, котрі автоматично зачинялись, якщо цей важіль пустити. Зазнавши невдачі, Тарас на якусь мить немов замислився і рішуче рушив до найближчих чагарників, дорогою підняв невелику гілку і одразу кинув її. Потім відчахнув тонку суху гілку від куца вільхи, уважно подивився на неї і також кинув. Нарешті відламав доволі довгу й міцну галузу, відкусив від неї гілочку і рушив з нею до клітки-ящика. Не виявляючи жодних ознак гри, шимпанзе натиснув на важіль, заклинив дверцята, що відчинились, стрімко кинувся до ящика і заволодів компотом. Вочевидь, що він якось уявляв, що має зробити тим, за чим рушив у чагарники – про

це незаперечно свідчить вже його візуальна експертиза придатності гілок для тієї справи. Згадаємо з курсу *«Зоопсихологія і порівняльна психологія»*, що подібні інтелектуальні акти демонстрували й демонструють не лише шимпанзе, а й особини інших видів і не лише антропоїдів (людиноподібних мавп).

Два останні та чимало інших подібних прикладів дозволяють констатувати, що зародки уяви немовлят і протоуява тварин, головно антропоїдів, функціонально пов'язані з їх наочно-дійовим мисленням, сенсомоторним інтелектом.

### **9.3. Наочно-образне мислення**

*Наочно-образне мислення* – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій за допомогою наочно-образного інтелекту.

*Наочно-образний інтелект* – це здатність виявляти ті властивості, співвідношення та можливі способи використання об'єктів, їх властивостей, застосування яких забезпечує розв'язання задач, знаходження виходу з проблемних ситуацій, за допомогою оперування образами уяви.

Оперуючи образами уяви, людина практично завжди відносить їх до тих понять, якими вони охоплюються. Тому в «чистому вигляді» можна спостерігати лиш відносно примітивне наочно-образне мислення у дітей, які ще не оволоділи мовленням, та у тварин, як от у останніх прикладах з попереднього параграфу. Йдеться і про ті способи розв'язування задач, котрі в багатьох публікаціях трактуються як образне мислення. Наведемо відомий приклад такого розв'язання вже знайомою вам особою з феноменальними пам'яттю і уявою – Шеришевським: «Блокнот в чотири рази дорожчий, ніж олівець. Олівець дешевший ніж блокнот на 30 копійок. Скільки коштують блокнот і олівець?» Шеришевський розв'язав цю задачу так: Він виразно уявив, що на столі лежать блокнот і 4 олівці. Три олівці відсуваються вправо, а на їх місці з'являються 30 копійок, а за ними зображення двох чисел – 10 і 40. Це і є відповідь на питання задачі, яку він побачив. Вочевидь, що в цьому образно-мисленневому процесі фігурують поняття як його невід'ємна складова. Подібним чином такі задачі нерідко розв'язують розумово обдаровані діти.

В образах феноменальної уяви Шерешевського виразно постає і віднесення образів уяви до відповідних їм понять. До прикладу,

він розповідав: «Одного разу дружина Виготського спитала мене: «Вам не можна на хвилинку підкинути Асю?» І я вже бачу, як вона крадеться біля паркана, як щось обережно підкидає – це дитина. Але хіба можна так говорити... І ще – «колоти дрова»: колоти – це ж голкою! А тут дрова. Або «вітер гнав хмари»; гнав – це пастух з батоном, і стадо, і пилюка на дорозі. І «рубка капітана»... Або, мати говорить дитині: «Так тобі й слід». А «слід» – це за кимось слід, я ж все це бачу».

Цікаво, що в цій розповіді Шерешевський навіть не згадав про переносні значення тих слів, зміст яких він виразно уявив – у наведених фразах ці слова коректно вжито у їх переносних значеннях (вторинних лексичних значеннях багатозначних слів або коннотатах – *див.: 9.4.3.*). Напевне, в уяві Шерешевського слова-назви були якимось чином жорстко «прив'язані» до візуального образу тільки одного, основного поняття (до денотата), який він дуже виразно уявляв, що унеможливило уявлення переносних значень цих слів.

У цій розповіді добре відслідковується утворення переносних значень шляхом уподібнення позначуваного ними, тобто, асоціювання за подібністю (*див.: 2.6.; 2.8.2.*). Дійсно, усі змісти багатозначних слів (денотатів і коннотатів – *див.: 9.4.3.*) чимось схожі, подібні між собою, здебільшого, наочною образністю.

Але асоціювання за подібністю – когнітивна основа утворення не лише переносних значень слів, а й інших назв, словотворення як такого, розвитку мовлення й мислення і особи, і людських спільнот.

## **9.4. Взаємозв'язки мислення і мовлення**

### *9.4.1. Домисленнєва стадія розвитку мовлення і домовленнєва стадія розвитку мислення дитини*

Відомий німецько-австрійський психолог Карл Бюлер (1897–1963) першим ґрунтовно дослідив інтелектуальну спроможність дітей віком 10-12 місяців за допомогою експериментів, подібних на ті, які В. Кьолер та інші вчені проводили з тваринами. Про інтелектуальні акти досліджуваних ним дітей К. Бюлер, зокрема, писав: «Це були дії, цілковито схожі на дії шимпанзе, тому цю фазу життя дитини можна доволі вдало назвати



шимпанзеподібним віком». Основний, найбільш значущий для науки результат цих експериментів, він слушно вбачав у тому, що *інтелектуальні акти і тварин, і дітей, які ще не оволоділи мовленням, не залежать від мовлення.*

Своєю чергою, зародки, початкова стадія розвитку мовлення дитини – крики, гуління, лепетання і навіть перші слова – вочевидь доінтелектуальна. *Основна функція цих домовленнєвих вокативних феноменів – комунікативна (лат. *communico* – з'єдную, повідомляю, спілкуюсь).* Тобто, вони, насамперед, є сигналами, за допомогою яких дитина привертає до себе увагу оточуючих задля задоволення своїх потреб.

В результаті аналітичного узагальнення великого масиву матеріалів власних експериментальних досліджень і проведених В. Кьолером, К. Бюлером та ін., Л. С. Виготський констатував, що основний факт, з яким ми стикаємось при генетичному розгляді мислення і мовлення, полягає в тому, що *співвідношення між цими процесами – не постійна, незмінна протягом всього розвитку величина, а величина змінна.* Вони розвиваються не паралельно і не рівномірно. Криві їх розвитку багаторазово сходяться і розходяться, пересікаються, вирівнюються в окремі періоди і йдуть паралельно, навіть зливаються в окремих своїх частинах, потім знову розгалужуються.

Так, у дослідях В. Кьолера маємо цілком виразний доказ того, що зачатки інтелекту, тобто мислення у власному розумінні слова, з'являються у тварин незалежно від розвитку їхнього «мовлення» і зовсім не у зв'язку з його успіхами. «Винаходи» мавп, що виявляються у виготовленні та використанні знарядь і в застосуванні обхідних шляхів у розв'язуванні задач, утворюють, без жодного сумніву, первинну фазу розвитку мислення, але фазу *домовленнєву.* «Наявність людиноподібного інтелекту за відсутності хоч якось людиноподібного мовлення і незалежність інтелектуальних операцій від «мовлення» антропоїда – так, – згідно з Л. С. Виготським, – можна було б стисло сформулювати основний висновок щодо співвідношення мислення і мовлення у експериментах В. Кьолера.»

Отже, згідно з Л. С. Виготським, є всі підстави стверджувати, що, по-перше, мислення і засоби спілкування тварин у філогенезі: а) мають різні генетичні корені; б) розвиваються незалежно одне від одного; в) істотно менш, порівняно з людиною, взаємопов'язані функціонально.

По-друге, мислення й мовлення, в онтогенезі людини: а) мають різні генетичні корені; б) до певного віку розвиваються незалежно одне від одного – у розвитку мовлення дитини існує доінтелектуальна, домисленнева стадія, а в розвитку мислення – домовленнева стадія; в) перетинаються у певному віці, після чого мислення стає мовленнєвим, а мовлення – інтелектуальним.

#### 9.4.2. Асоціативні комплекси. Синкретичні образи. Трансдукція

Дитина починає самостійно узагальнювати за участю мовлення з перенесення значень своїх перших слів посередництвом поверхових наочно-образних асоціацій, в результаті чого утворюється те, що Л. С. Виготський назвав «асоціативним комплексом» і «синкретичним (грец. *synkretismos* – з'єднання, об'єднання) образом». Один з виразних прикладів цього процесу він запозичив у німецького дослідника Г. Ідельбергера: На 251-му дні свого життя дитина назвала «вау-вау» фарфорову фігурку дівчинки, з якою охоче гралась. На 307-му дні цим самим словом – собаку, що гавкала у дворі, портрети дідуся й бабусі, іграшкову конячку, годинник на стіні. На 331-му – хутряне боа з собачою головою, притім, особливу увагу звернула на скляні очі тієї голови, відтак, – боа без голови. На 334-му – гумового чоловічка, який пищав при натисканні. На 396-му – чорні запонки на сорочці батька. На 433-му – виголошувала «вау-вау», побачивши перлини на платті і термометр для ванни.

У ще одному виразному прикладі, хлопчик спочатку називав «ква» качок, що плавали у ставку, потім – всі рідини, зокрема й молоко, яке пив з пляшечки. Зображення орла на монеті також назвав цим словом, а відтак, «ква» стали всі монети та круглі, схожі на них за формою предмети.

Отже, на відміну від власне понять, у асоціативно-комплексних, синкретично-образних узагальненнях, які позначаються псевдо-словами, відсутні властивості, ознаки, однакові в усіх об'єктів, котрі поєднуються узагальненням, як підстава цього узагальнення.

Так, в останньому прикладі у «ква», яким хлопчик спочатку назвав качок на воді, невдовзі були включені всі рідини, зокрема й молоко, вочевидь, за ознакою рідкої субстанції, орел на монеті разом з самою монетою – напевне, за ознакою конфігурації качки, круглі предмети – за ознакою округлої форми. Отже, кожна з груп

предметів того самого асоціативного комплексу, утворених за якоюсь спільною для кожної з них ознакою (у цьому прикладі – рідкої субстанції, конфігурації птаха, округлої форми), не має спільних ознак з усіма іншими його групами. Качок і воду, у якій вони плавали, хлопчик поєднав у синкретичному образі, названому «ква», посередництвом асоціації за суміжністю. Відтак, посередництвом асоціювання за подібністю: рідкі субстанції, як у тієї води, – всі рідини, зокрема, молоко; форми, яка здалася хлопчику схожою на качку, у комплекс, позначений «ква» увійшли орел на монеті разом з нею самою; знову форми – всі предмети, схожі за округлою конфігурацією на ту монету.

Отже, *асоціативно-комплексне, синкретично-образне узагальнення робиться на основі зовнішньої, суто наочно-образної подібності та/або суміжності предметів, явищ та їх властивостей.*

Відомий німецький психолог Вільям Штерн (1871–1936) назвав такі узагальнення *трансдукцією* (лат. *transductio* – *переведення*).

Дорослі допомагають дитині «розбивати» її асоціативні комплекси на більш адекватні узагальнення. До прикладу, дитина засвоїла назву kota, яку почула від дорослих – «киця». Відтак називає цим словом бороду сусіда, мамину шубу, кролика та інші волохаті речі (асоціація за подібністю). Її виправляють, на кшталт: «Це не киця, а борода».

– «Додуда», – повторює дитина.

– Так, борода, скажи правильно – бо-ро-да.

Величезний масив відповідних етнографічних матеріалів свідчить, що узагальнені знання всіх без виключення первіснообщинних спільнот були продуктом трансдукції. Цей феномен називається *партиципація*. До прикладу, індіанці північно-бразильського племені бороро стверджували, що вони є червоними папугами араара. Не йдеться про те, що, ніби то, араара колись були перетворені в бороро, або, що після своєї смерті індіанці бороро стають папугами араара тощо. Йдеться про ототожнення, котре вочевидь стало результатом асоціативного поєднання їх в одному комплексі на основі якоїсь суто зовнішньої подібності або суміжності, виявленої тими бороро, які здійснили це поєднання.

Немає ні можливості, ні потреби докладно розглядати партиципацію в підручнику із загальної психології. Зауважимо лиш,

що всі поділи первісних общин, племен на тотеми, братрії і касти, вся логіка класифікацій тотемного характеру, всі їхні уявлення про світ та про себе в ньому є партиципацією посередництвом трансдукції – узагальнення на основі поверхового, випадкового, здебільшого, наочно-образного уподібнення.

#### 9.4.3. Символ. Словесний символізм. Слово як знак

Асоціювання за подібністю – когнітивна основа творення слів-назв і знаків-символів. Видатний український лінгвіст Олександр Опанасович Потебня (1835–1891) довів, що словотворення – утворення назв у процесі розвитку мов – здійснювалось, насамперед і головним чином, посередництвом асоціювання за подібністю різних ознак, властивостей об'єктів, їх функціональної приналежності та структурної суміжності. Він назвав цей феномен *словесним символізмом*.

Згідно з влучним визначенням видатного німецького філософа Георга Вільгельма Фрідріха Гегеля (1770–1831), *символ – це особливий знак, котрий уже в своїй зовнішній формі втілює зміст того поняття, яке позначає*. До прикладу: коло, зокрема, змія, що кусає себе за хвіст – символ вічності, нескінченності (у кільця – ні початку, ні кінця); трикутник – триєдності; собака – відданості й вірності; слон в різних культурах – або мудрості, або сили (слони – одні з наймудріших і найсильніші суходільні тварини); лисиця – хитрості; дарування квітів – символ почуттів, прекрасних і, нерідко, недовговічних, як квіти (любові, вдячності, поваги тощо); стояння на колінах – ієрархії та покірливості (мовляв, я менший перед тобою і в твоїй владі).

Стародавні греки й римляни вважали, що гроза – це експресія гніву Зевса (Юпітера). Мовляв, коли він гнівається, то кидає громи й блискавки, розряджає в такий спосіб свою божественну злість. В європейській культурі вираз «кидає громи й блискавки» став вербальним символом гніву. Феміда – антична богиня з терезами і зав'язаними очима – символ правосуддя. Мовляв, вона справедливо зважає і судить вчинки всіх людей, не дивлячись на їхній соціальний та/чи економічний статус, тобто, не бачить, в розумінні, не бере його до уваги. В наш час скульптурний портрет Феміди – символ права в усьому цивілізованому світі.

Відтак, розглянемо декілька виразних прикладів власне словесного символізму, з наведених О. О. Потебнею та іншими

дослідниками: Плід кукурудзи, яку завезли з Америки, наші предки назвали початком, тому що за формою він схожий на веретено з пряжею на початку прядіння, яке називається початок. Своєю чергою, таке веретено назвали так, тому що з нього починалось прядіння. Веретено ж, напевне, – від вертїти, вертїтись. Слова дочка, донька походять від доїти – важливим обов'язком дочок у родинах стародавніх українців (русів, русичів) було доїння худоби. Місяць – від міряти, або, можливо, навпаки. Російське «луна» походить від латинського слова мінливий, не постійний. Наше слово «луна» асоціюється з «лунає». Копито – копати. Голуб – голубий. А в мові аранда однаково називаються голубий і небо – «алкіра». «Іпіта» в цій мові – і яма, і глибокий; «кнара» – і батько, і великий. Ведмідь у нашій мові (в російській – медведь) – той, що «відає» мед, тобто, полюбляє попоїсти меду. Індіанці-алгонкіни позначили тим самим словом бобра і працелюбність. Назва «поняття» походить від стародавньо-руського слова «ятї» – схопити, взяти, обняти, яке, своєю чергою, утворено поєднанням слів «я і «ті» (ти).

Чимало слів у різних мовах мають основне значення, яке називається денотат, і декілька чи тільки одне додаткове або переносне значення, яке назвали коннотат. Коннотати слів утворюються, здебільшого, посередництвом уподібнення, асоціювання за подібністю. До прикладу, англійське слово *light* має основне значення – світло – і низку додаткових значень, асоційованих за: 1) зовнішньою подобою – яскравий, блідий відтінок, білява людина (блондин/ка); 2) функцією освітлення, джерела світла – свічка, лампа, маяк, вікно, віконне скло, освітлювати, запалюватись; 3) власне символічним уподібненням – громадська думка, знаменитість (у нас аналогічно – світило).

В усіх так званих аглютинативних (*lat. agglutinatio* – *склеювати*) мовах, базові «першослова» – дуже короткі і мають широке загальне значення, але посередництвом різноманітних «склеювань», тобто, поєднань їх з іншими словами і частинами мови утворюються влучні образні назви. До прикладу: У слові *мата* племені самоа (Нова Гвінея) – дві складові: *ма* – базове слово, яке означає *всілякі, будь-які зв'язки й відношення* – «для, до, з, і, та тощо» (широке узагальнення); *та* – «Я». «Склеєні», поєднані ці слова могли б означати: «мені», «для мене», «до мене», «зі мною», «і я» і т. ін., залежно від контексту фрази. Але, їх аглютинативне поєднання в одному слові означає «обличчя»,

«око» і дивитись». Образна влучність цього «склеєного» слова полягає в тому, що найбільш інформативними в кожному «я» є його обличчя і вираз очей, погляд.

Своєю чергою, *mata* в поєднанні з іншими словами утворює низку цікавих образних означень. Так: *Mata*'у дослівно – «похмуре лице», а означає жадібність, скупість, заздрість, переляк, страх, боягуз та відповідні прикметники й дієслова. *Matanya*'a – дослівно «обличчя свині» – означає неподобство, потворність, потворний, бридкий, огидний, обурливий, чинити гидко, мерзенно, бешкетувати тощо. *Muli* – *закінчити, завершити, кінець*; *matamuli* дослівно – *закінчене, кінцеве обличчя*, а означає – *вирішити, прийняти рішення*. Самоанці однаково називають число 10 і крокодила, найбільш вірогідно, тому, що ця тварина залишає на піску 10 слідів від пазурів, і т. ін. і т. п.. (За П. П. Блонським).

Наведені приклади показують, що *словесно-символічне означення або називання являє собою асоціювання за подібністю – знаходження чогось схожого у структурі, функціях, в інших ознаках та властивостях у тому об'єкті, який означають, і в тому, назва якого береться для означення*. (За О. О. Потєбнею).

Специфічний прояв асоціювання за подібністю (уподібнення) в означенні об'єктів представлено у назвах на кшталт: ніс корабля, підшва гори, бики моста, горло пляшки, ніжка стола, стільця, рукав ріки, ручка дверей і т. ін. Морські леви, морські свинки, морські слони не є, відповідно, левами, свинями, слонами. Але, ті, хто назвав їх так, знайшли у них щось подібне з цими тваринами: у морського слона – великий ніс, дещо схожий на хобот, тощо.

Нерідко цікаві асоціації такого роду виникають у дітей. До прикладу: «Індик – це качка з бантиком». «Страус – це жирафа, тільки птаха вона». (З творів талановитого письменника, який писав для дітей і про дітей, українця за походженням Корнія Чуковського).

*Асоціативно-образним є ідеографічне та ієрогліфічне письмо (писемне мовлення)*. Схематизовані зображення предметів, явищ, дій, їх окремих ознак, ситуацій, подій тощо називаються піктограми. А схематизовані малюнки-символи – ідеограми. До прикладу, горизонтальна половина силуету сонця на горизонті, може означати, залежно від контексту, або «ранок», «вечір», тобто, бути піктограмою, або «початок», «кінець» – ідеограмою. У ієрогліфічному письмі є і схематизовані зображення (піктограми), і символи об'єктів (ідеограми). До прикладу, китайський ієрогліф

«собака» – це схематично-стилізований рисунок цієї тварини (пиктограма); три в купі ієрогліфи «собака» означає «вихор», «смерч», «сильний порив вітру» (ідеограма); «собака» під «людиною» значить «покора», «покірливість», «слухняність» (ідеограма).

У буквах і написаних ними словах, як і в усіх інших власне знаках, немає жодної подоби з тим, що вони позначають. (Див.: 4.8.). Букви *м, і, с, я, ць* не мають нічого схожого з відповідними їм звуками. Утворене послідовним поєднанням цих букв слово *місяць* – з цим супутником Землі, як і його назви всіма іншими мовами, котрі, своєю чергою, не схожі між собою за складом звуків: *муун* – англійською, *монд* – німецькою, *ай* – турецькою, *хольд* – угро-фінською, *луна* – російською і т. ін.. Це стосується усіх видів знаків (окрім знаків-символів): цифрових, Азбуки Морзе, мови свистів, барабанів, прапорців, вогнів і димів, жестів, рухів і поз – тіло людини може прийняти понад 1000 різних поз, кожна з яких може стати знаком, – і т. ін.

Багато, але не всі, слова-жести мовлення глухонімих (амслену, азі та ін.) є і знаками-символами, і просто вказуванням на об'єкт. До прикладу, показати на зуби, залежно від контексту фрази, може мати *значення*, означати: власне зуби, зуб; біле, білий; камінь, кам'яне; «мати зуб» – затамувати злобу, неприязнь, образу.

#### 9.4.4. Значення слова як одиниця єдності мислення і мовлення

Процес поєднання мислення і мовлення у психіці людини починається у віці біля двох років, коли дитина відкриває для себе, що кожна річ має назву. Відтак, вона починає інтенсивно й швидко збільшувати свій запас слів – активно питає дорослих, як називаються об'єкти, що потрапили в поле її уваги, і легко запам'ятовує їх назви. Суттєвою особливістю цих назв є те, що діти позначають ними ті самі об'єкти, що й дорослі, але *значення*, зміст тих самих слів-назв у дітей та в дорослих *істотно відрізняються* між собою.

Істотна відмінність значень, змісту тих самих слів у дорослих і у 2-5-річних дітей полягає, насамперед, в тому, що діти вважають слова-назви об'єктів їх невід'ємними атрибутами, властивостями. Відтак, намагаючись пояснити назву об'єкта, вони «прив'язують» її до якогось із відомих їм атрибутів, властивостей цього об'єкта, що вибирається, здебільшого, навмання. Приклад з дослідів

Л. С. Виготського: Дитині пропонують пояснити назви: «корова», «теля», «кінь», «собака». Вона тлумачить: «Корова називається «корова», тому що вона має роги (цікаво, що це правильно, згідно з теорією «словесного символізму» О. О. Потебні); а теля називається «теля», тому що в нього роги ще маленькі. Кінь називається «кінь», тому що він не має рогів, а собака називається «собака», тому що в нього немає рогів і він маленький».

На питання: «Чи можна замінити назву одного предмета іншим, до прикладу, корову назвати олівцем, а олівець – коровою?» – діти відповідають, що це неможливо, тому що олівцем малюють, а корова дає молоко. Тобто, перенесення назви речі означає для них і перенесення її властивостей. Якщо вдається схилити дітей до таких перенесень, то вони не можуть здійснити це уповні. Ще один приклад з дослідів Л. С. Виготського: З дитиною все ж домовляються поміняти між собою назви «корова» і «собака», а відтак, питають: «Чи є у корови роги?» Відповідь: «Є».

– «Але ж корова – це собака, а хіба у собаки є роги?»

– «Ну раз собака – це корова, раз так називається – корова, то і роги мають бути. Раз називається корова, значить роги мають бути! У такої собаки, котра називається корова, маленькі роги обов'язково мають бути!».

Л. С. Виготський назвав такі значення слів дітей псевдопоняттями і характеризував їх так: «ззовні – поняття, всередині – комплекс»; «це міст, перекинутий між синкретичним, наочно-образним і абстрактним мисленням дитини». Діти переходять через цей міст за допомогою дорослих. Головний, «магістральний» вектор цього переходу – систематизація значень слів.

Істотна особливість псевдопонять – їх несистематизованість. Інтегровані в систему слова істотно інакше співвідносяться з відповідними їм об'єктами, ніж неінтегровані. Поза системою дитина пов'язує значення слів синкретично, асоціативно-комплексно, трансдуктивно. Понятійна систематизація значень здійснюється шляхом ієрархізації – між ними встановлюються ієрархізовані взаємозв'язки типу «рід – вид»: До прикладу, дитині, котра запам'ятала слово «киця», а відтак, на основі візуального виявлення подібних на кицю зовнішніх ознак, називає цим словом бороду, шубу, кролика і т. ін. (див.: 9.4.2.), описово пояснюють на кшталт: Киця – це тваринка; тваринки бігають, стрибають, у них є ніжки, хвостики, мордочки, вони їдять і п'ють. Отже, кролик, як і киця – тваринка, а борода і шуба – не киці і не тваринки.



На основі глибокого аналітичного вивчення процесу систематизації значень слів дитини шляхом їх ієрархізації, Л. С. Виготський, зокрема, констатував, що дитина спочатку користується найбільш загальними поняттями. Тобто, мислення дитини розвивається шляхом переходу від роду до виду і різновиду, а не навпаки. Істотним підтвердженням цієї позиції є той факт, що перше слово, яке вживає дитина, є, дійсно, загальним означенням, а часткові й конкретні означення з'являються згодом. Дитина, зазвичай, раніше засвоює слово «квітка», ніж назви окремих квітів, і навіть якщо їй чомусь доводиться раніше оволодіти якоюсь частковою назвою і вона, до прикладу, опановує слово «ружа» раніше, ніж слово «квітка», то вона користується цим словом і застосовує його не лише щодо ружі, а й щодо всілякої квітки, тобто, користується цим частковим означенням як загальним (трансдукція). Зміст засвоєних у такий спосіб понять поступово збагачується.

Систематизація дитиною значень слів, які вона засвоює, вимагає від неї оволодіння логічними співвідношеннями та операціями, відображеними у відповідних граматичних конструктах: «тому що», «інакше», «якби, то» тощо. Чисельні експерименти засвідчують, що діти спочатку засвоюють слова-назви цих конструктів, а потім доходять розуміння власне тих логічних співвідношень і операцій, які вони позначають. Так, дошкільнята, зазвичай, не можуть логічно правильно доповнити каузальні (причинно-наслідкові) судження. До прикладу: «Людина впала з велосипеда, тому що...». Вони завершують їх на кшталт: «... тому що вона впала і дуже забилася». Або: «Я загубив мою ручку, тому що...» – «...тому що я не маю чим писати». «Я пішов купатися, тому що...» – «...тому що потім я був чистий». (За Ж. Піаже). В усіх цих прикладах маємо каузальність, але іншу, яку умовно можна назвати зворотною («ззаду – наперед»). Тобто, ці сполучники в цьому віці – також псевдопоняття. (За Л. С. Виготським). Водночас, у висловлюваннях, які відображають їх власний життєвий досвід, діти дошкільного віку загалом правильно вживають ці сполучники і розуміють їх зміст у фразах інших людей.

Важливим фактором успішної трансформації псевдопонять дитини у власне поняття є виявлення *істотних однакових властивостей* у предметах, з якими вона має справу. Л. С. Виготський констатує: «...Усвідомлення схожості

з'являється у дитини пізніше, ніж усвідомлення відмінності. Дійсно, дитина просто поводитьсь однаково щодо предметів, які можуть бути уподібнені один одному, не маючи потреби усвідомити однаковість своєї поведінки. Вона діє, так би мовити, за схожістю раніше, ніж її продумає. А відмінності у предметах унеможливають пристосування, що тягне за собою усвідомлення.» Тобто, дитина опиняється у проблемній ситуації, яку мусить осмислювати (інтелектуально опрацьовувати) з метою пошуку виходу з неї.

Основний висновок з результатів досліджень систематизації значень слів шляхом їх ієрархізації Л. С. Виготський назвав загальним законом. Цей закон гласить: *«Розвиток процесів, які приводять згодом до утворення понять, сягають своїм корінням глибоко в дитинство, але тільки в перехідному віці визрівають, складаються і розвиваються ті інтелектуальні функції, які у своєрідному сполученні формують психічну основу утворення понять.»*

Відтак, на основі цього закону він довів, що *поняття або значення слова є одиницею, яка являє собою єдність мислення і мовлення.* «Це така єдність обох процесів, яка далі не розкладається, – підкреслює Л. С. Виготський, – про яку не можна сказати, що вона являє собою: феномен мислення чи феномен мовлення. Слово, у якому відсутнє значення, не є словом, воно є звуком порожнім. Отже, значення – це необхідна, констатуюча ознака самого слова. Значення слова є самим словом, що розглядається з внутрішнього боку. Таким чином, ми маємо право розглядати його з достатньою підставою як феномен мовлення. Водночас, значення слова з психологічного боку є ні що інше, як узагальнення або поняття. Узагальнення і значення слова суть синоніми. Всіляке ж узагальнення, всіляке утворення поняття є найбільш специфічний, найбільш істинний акт думки. Отже, ми маємо право розглядати значення слова як феномен мислення. <...> Значення – це зафіксована в словах класифікація, категоризація предметів, явищ, їх станів та властивостей. <...> Значення або поняття є феноменом словесної думки чи осмисленого слова, *єдністю слова і думки*». (Див.: 2.3.; 2.4.).

Водночас, Л. С. Виготський зауважував, що діти, котрі вже володіють багатьма власне поняттями, продовжують використовувати і псевдопоняття, які ще тривалий час кількісно переважають у їхньому мисленні. І дорослі не завжди оперують

власне поняттями. Іноді загалом зріле, а то й розвинене понятійне мислення використовує псевдопоняття і навіть синкретично-комплексні узагальнення. (Див.: 9.4.2.).

#### 9.4.5. Егоцентричне мовлення дитини як засіб мислення

Необхідною умовою і засобом понятійного мислення є внутрішнє мовлення. Зовнішнє мовлення, згідно з Л. С. Виготським, – це процес перетворення думки в слова, її матеріалізація і об'єктивація, а внутрішнє – зворотний за напрямом процес, що йде ззовні всередину, це процес «випаровування мовлення в думку».

Л. С. Виготський довів, що внутрішнє мовлення людини розвивається з того мовлення дитини, яке Ж. Піаже назвав егоцентричним (*лат. ego – «Я» і centrum – центр*) на тій підставі, що діти раннього віку в процесі гри, малювання та інших занять говорять лиш про себе і для себе. Мовляв, дитина, яка егоцентрично мовить, ні до кого конкретно не звертається, не цікавиться тим, чи слухають її, не чекає відповіді на свої висловлювання, не виявляє бажання повідомити щось оточуючим, вплинути на них, як і слухати й почути їх. Все це істотно відрізняє егоцентричне мовлення від тих висловлювань дітей, посередництвом яких вони цілеспрямовано обмінюються інформацією, повідомляють, задають питання, просять, наказують, погрожують, критикують тощо.

Ж. Піаже дослідив егоцентричне мовлення дітей і дійшов висновків, основний зміст яких Л. С. Виготський виклав так: «Мовлення дитини раннього віку здебільшого егоцентричне. Воно не слугує цілям повідомлення, не виконує комунікативних функцій, воно лиш скандує, ритмізує, супроводжує діяльність і переживання дитини, як акомпанемент супроводжує основну мелодію. Воно нічого істотно не змінює ні в діяльності дитини, ні в її переживаннях, як акомпанемент не втручається в плин і стрій основної мелодії, яку він супроводжує. Між тим та іншим є швидше якась узгодженість, ніж внутрішній зв'язок. <...> Тобто, егоцентричне мовлення не виконує жодної об'єктивно корисної, потрібної функції в поведінці дитини. Це – мовлення для себе, для власного задоволення, якого могло б і не бути, внаслідок чого ніщо істотно не змінилось би в дитячій діяльності. Можна сказати, що це цілковито підпорядковане егоцентричним мотивам дитяче мовлення, майже незрозуміле оточуючим, є ніби вербальним

сновидінням дитини чи, принаймні, продуктом її психіки, який ближче стоїть до логіки мрії та сновидіння, ніж до логіки реалістичного мислення.» <...> Відтак, «...природно визнати в ньому симптом слабкості, незрілості дитячого мислення і природно очікувати, що в процесі розвитку дитини цей симптом зникатиме, <...> звучатиме все тихіше й тихіше, допоки, нарешті, не зникне з її мовлення.» Справді, дослідження Ж. Піаже показали, що коефіцієнт егоцентричного мовлення до 7-8 років життя дитини наближається до нуля. Мовляв, воно просто відмирає, згортається, зникає як непотріб.

Л. С. Виготський перевіряв правильність цих висновків за допомогою низки експериментів, які мали показати, чи є в дітей віком 3-5 років *ілюзія розуміння* їхнього егоцентричного мовлення оточуючими, що вимагало, насамперед, усунути підстави (фактори) такої ілюзії. В усіх серіях цих експериментів він спочатку вимірював коефіцієнт егоцентричного мовлення досліджуваної дитини в оточенні інших дітей так, як це робив Ж. Піаже.

У першій серії досліджувану дитину вводили або в групу глухонімих дітей, або тих, що розмовляють іншою мовою. Коефіцієнт егоцентричного мовлення усіх досліджуваних в процесі усіх занять (малювання, гри та ін.) стрімко падав, здебільшого до нуля, у решті випадків – зменшувався в середньому у 8 разів.

У другій серії дитину ізолювали: або садили за окремий стіл, поставлений досить далеко від інших дітей у кутку кімнати, або залишали саму в кімнаті – експериментатор виходив, однак бачив і чув її, або вводили в середовище незнайомих їй дітей, з якими вона не розмовляла ні до, ні в процесі досліду. Результати аналогічні – здебільшого різке падіння егоцентричного мовлення до нуля або зменшення його приблизно у 6 разів.

У третій серії досліджувану дитину вводили в ситуацію, у якій вона мала здогадатись, що інші її не чують: 1) її садили на доволі далекій віддалі від інших, знайомих їй дітей, між якими також були великі проміжки, у великій залі; 2) за стінами лабораторії, у якій проводився дослід, грав оркестр чи зчинявся галас, що цілковито заглушало не лише голоси інших, а й її власний; 3) їй забороняли говорити голосно і пропонували розмовляти тихо, пошепки або взагалі без звуків. Результат – стрімке падіння кривої

коефіцієнта егоцентричного мовлення, однак, менше, приблизно у 5 разів.

На основі узагальнення результатів цих експериментів, Л. С. Виготський вивів три особливості егоцентричного мовлення: 1) воно функціонує тільки у дитячому колективі за наявності інших дітей, притім, зайнятих тією самою діяльністю, отож, його можна назвати «колективним монологом»; 2) цей «колективний монолог» ґрунтується на ілюзії розуміння – дитина вважає, що її не звернені ні до кого персонально висловлювання зрозумілі всім оточуючим, що вони є спільним надбанням; 3) за формою це мовлення, як і соціалізоване (цілеспрямовано звернене до інших), озвучується, а не виголошується пошепки, невиразно, для себе.

У іншій серії експериментів Л. С. Виготський ускладнював діяльність дітей – створював проблемні ситуації. До прикладу, в процесі малювання у них не було під руками необхідних кольорових олівців, паперу, фарби тощо. Коефіцієнт егоцентричного мовлення в таких утруднених умовах швидко зростав майже вдвічі, порівняно з коефіцієнтами тих самих дітей в умовах без утруднень (останні відповідали коефіцієнтам, виведеним Ж. Піаже). Діти, котрі наштотувались на утруднення, починали міркувати вголос, на кшталт: «Де олівець? Тепер мені потрібен синій олівець... Нічого, я замість синього намалюю червоним і змочу водою, воно потемнішає і буде як синє». Отже, ці експерименти засвідчили, що *утруднення перебігу діяльності, тобто, виникнення проблемної ситуації, потужно стимулює інтенсивність егоцентричного мовлення дітей.*

Діти молодшого шкільного віку в аналогічних проблемних ситуаціях поведуться інакше: вони вдивляються й міркують у пошуках виходу з них. На прохання міркувати вголос, висловлювати свої міркування, молодші школярі завжди виголошують посилення й умовисновки, вельми схожі за змістом і формулюваннями на вирішення ситуативних проблем дошкільнятами за допомогою егоцентричного мовлення. На підставі цієї схожості та ілюзії розуміння їхніх егоцентричних висловлювань оточуючими (феномену «колективного монологу»), Л. С. Виготський припустив, що дошкільнята здійснюють мисленнєві операції посередництвом мовлення вголос, а молодші школярі – за допомогою мовлення внутрішнього, беззвучного. З цього випливало, що *егоцентричне мовлення – засіб мислення. Тобто, воно являє собою озвучений інтелектуальний пошук,*

*спрямований на подолання утруднень і перепон, на пошук виходу з проблемних ситуацій тощо.* Правильність цього припущення (гіпотези) засвідчили відповідні експерименти та спостереження.

До прикладу, хлопчик віком 5,5 років малював трамвай і надто сильно натиснув на олівець, коли зображував одне з коліс. Графіт зламався. Він спробував завершити коло, ще сильніше натискаючи зламаним олівцем, але це йому не вдалось. Тоді хлопчик тихо, ніби сам до себе виголосив: «він зламаний», – констатував розуміння проблеми. Відтак, вголос вирішив цю проблему – вніс правки у сюжет малюнка: мовляв, вагон поламався в аварії і тепер його ремонтують в депо. І почав фарбами малювати «зламаний» трамвай, продовжуючи говорити про змінений сюжет малюнка.

Коментуючи цей та інші подібні приклади, Л. С. Виготський констатує, що в усіх проблемних ситуаціях такого роду егоцентричні висловлювання дітей настільки виразно пов'язані з перебігом їхньої діяльності, настільки недвозначно свідчать про спрямованість на розуміння проблем, які виникають у її процесі, про пошуки шляхів і способів вирішення їх, про внесення таких змін у проблемні ситуації, які визначають усі їхні подальші дії, що увесь цей вербальний процес неможливо відрізнити від процесу мислення, що прийняти його за «простий акомпанемент», який не втручається в перебіг «основної мелодії», за побічний продукт дитячої активності просто неправильно. *Егоцентричне мовлення – це озвучений процес мислення дитини.*

Воднораз, Л. С. Виготський, наголошує, що це мовлення виконує не лише цю інтелектуально-мисленеву функцію і що ця його функція виникає не одразу.

За допомогою ґрунтовних експериментів і спостережень він з'ясував, що: 1) в егоцентричному мовленні дітей у процесі діяльності обов'язково зазначаються результати та важливі поворотні пункти їхніх дій, операцій; 2) разом зі збільшенням віку дитини, її егоцентричне мовлення все більше зсувається до середини, а відтак, до початку дій, операцій, набуваючи функції планування й спрямування їх; 3) висловлений підсумок дії слугує поясненню, плануванню й скеруванню наступних дій, операцій.

З віком зростає також незрозумілість егоцентричного мовлення дитини для інших – у 3-річному віці воно ще цілком зрозуміле, у 7-8-річному – вже цілком незрозуміле. Воднораз поступово зменшується його вокалізація, тому що воно трансформується у внутрішнє мовлення, яким все більше послуговуються когнітивні

процеси: усвідомлення, мислення, розуміння. Оскільки швидкість перебігу внутрішнього мовлення помітно більша, ніж вокативного (виголошування), зокрема й егоцентричного, то останнє просто не встигає за мисленням, а відтак, стає непотрібним, зайвим.

Л. С. Виготський остаточно довів, що егоцентричне мовлення дитини поступово зводиться нанівець не тому, що не виконує жодної об'єктивно корисної, потрібної функції в поведінці дитини, а тому, що трансформується у внутрішнє мовлення, за допомогою оригінального експерименту. Він пропонував дорослим людям розв'язувати задачі вголос, тобто, вокалізувати, озвучувати своє внутрішнє мовлення. Ці експерименти показали, що такі міркування дорослих вголос вражаюче подібні на егоцентричне мовлення дітей віком 7-8 років, тобто, на етапі завершення його трансформації у внутрішнє мовлення.

Насамперед, і те, й інше просто неможливо зрозуміти, якщо слухати або читати їх записаними в протоколі поза процесом тих мисленнєвих операцій, які вони організовують і скеровують, тобто, відокремленими, ізольованими від нього. Їх може більш-менш зрозуміти лиш той суб'єкт, котрий спостерігає за процесом розв'язування задачі, пошуку виходу з проблемної ситуації, що озвучується такими міркуваннями вголос.

Ця незрозумілість зумовлюється тим, що вони скорочені, з пропусками, з «короткими замиканнями», за визначенням Л. С. Виготського. Він назвав ці властивості внутрішнього мовлення *предикативністю* (лат. *praedicatum* – сказане; *предикат* – присудок судження, висловлювання, який повідомляє про ознаки, властивості, особливості, стан підмета).

#### 9.4.6. Предикативність внутрішнього і письмового мовлення

Згідно з Л. С. Виготським, суб'єкт завжди знає, про що, про кого йдеться у його внутрішньому мовленні. Тобто, усвідомлює, має на увазі підмети своїх суджень і без їх називання вголос чи подумки. Тому це мовлення обходиться малою кількістю слів, які передають найбільш істотний зміст суджень – це предикати, котрі інформують про ті властивості підметів, які необхідно врахувати, можна і варто використати, про можливі способи їх застосування тощо. Звідси – «короткі замикання», фрагментарність, скороченість, згорнутість, уривчастість внутрішнього мовлення. Тому, якби внутрішнє мовлення суб'єкта почули інші, вони б не

зрозуміли його, що й продемонстрував висвітлений вище експеримент.

А от письмове мовлення – найбільш розгорнуте і конкретизоване. Воно вимагає розлогіх пояснень навіть тієї інформації, яку в процесі безпосереднього спілкування посередництвом усного мовлення можна передати інтонаціями, мімікою, пантомімікою тощо. Адже письмове мовлення адресоване «заочним» комунікантам, що не передбачає безпосереднього зворотного зв'язку – моніторингу розуміння й сприйняття ними його змісту, а відтак, роз'яснень, тлумачень, поточнень в його процесі, «по ходу». Отже, дописувач мусить переконливо, аргументовано пояснити, що він хоче сказати, щоб читачі адекватно зрозуміли цю інформацію.

Формування письмового мовлення вимагає від дитини довільного свідомого контролю. Розмовляючи, вона не добирає свідомо звуки, які виголошує, тобто, не здійснює ніяких цілеспрямованих операцій щодо їх артикуляції. Навчаючись писати, дитина мусить щоразу свідомо, цілеспрямовано розчленовувати слова, які пише, на звуки, з яких ці слова складаються, і перекодовувати ці звуки у відповідні їм букви. Таким самим чином діти вчаться писати фрази. Нарешті, семантика письмового мовлення вимагає свідомо-мисленнєвого опрацювання значень необхідних слів з метою розгортання їх у логічній послідовності і т. ін. Все це здійснюється посередництвом внутрішнього мовлення.

Отже, письмове мовлення формується, розвивається і функціонує на основі й посередництвом внутрішнього і разом з ним.

## 9.5. *Понятійне мислення*

Таким чином, можемо констатувати, що *понятійне мислення, яке називають також предикативним і дискурсивним (лат. discursus – розмірковування, аргумент, доказ), є мовленнєвим, тому що воно оперує понятійними знаннями, базисною системою яких є мова.*

Операції, якими послуговується предикативне мислення: *аналіз і синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення і визначення.*

*Аналіз (грец. analysis – розкладання, розчленування) – ідеальне (тобто не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) виявлення*



різних складових об'єктів – властивостей, особливостей, ознак, станів тощо.

**Синтез** (грец. *synthesis* – поєднання, з'єднання) – співвіднесення і співставлення тих складових об'єктів, що виявляються посередництвом аналізу, з уже наявними у суб'єкта знаннями про ці складові (властивості, особливості, ознаки тощо), з тими поняттями, які їх включають і/або так чи інакше стосуються їх; з відповідним досвідом особини.

Отже, аналіз є водночас і водночас синтезом, тобто, ідентифікацією, впізнаванням аналітично виявлених складових – актуалізацією в свідомості суб'єкта наявних у нього знань, котрі стосуються цих складових (властивостей, особливостей, ознак тощо). І. В. Гьоте влучно порівняв нерозривну єдність аналізу і синтезу з вдиханням і видиханням. Відтак, будь-яке речення-судження, що пов'язує підмет з присудком (мовою логіки – об'єкт і предикат), являє собою нерозривну єдність аналізу і синтезу.

**Порівняння** – це співставлення виокремлених аналізом і синтезом складових об'єктів (властивостей, особливостей, ознак тощо) з метою виявлення, встановлення їх однаковості, подібності та/чи відмінностей.

**Абстрагування** (лат. *abstractio* – відтягування, відривання, виокремлення) – ідеальне (тобто не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) виокремлення, відокремлення складових об'єктів (властивостей, особливостей, ознак тощо), виявлених аналізом, синтезом, порівнянням.

**Узагальнення і визначення** – це поєднання об'єктів (предметів, явищ, їх властивостей) на основі виявлених у них однакових складових (властивостей, ознак тощо) в одно поняття, яке виокремлюється на підставі цієї однаковості. Утворення нового поняття завершується **називанням** або **означенням** його.

Основний поділ понять – на емпіричні й теоретичні. У емпіричних поняттях відображені знання про *значущі для практичної діяльності* властивості об'єктів. У теоретичних – *істотні, сутнісні*, які постають у законах, способах існування, функціонування, створення об'єктів. До прикладу, функціонально життя – це спосіб існування білкових (протеїнових) у своїй основі тіл, істотним моментом якого є метаболізм (обмін речовин). Ссавці – це хордові (хребетні) тварини, які народжують живих дитинчат і вигодовують їх молоком. За цією істотною ознакою, китоподібні (всі види китів і дельфінів) – ссавці, попри життя у воді та відповідну йому форму

тіла. Отже, емпірично-художньо-образна назва «чудо-юдо – рибакит» з науково-теоретичних позицій є некоректною.

Одна з істотних відмінностей теоретичних понять від емпіричних полягає в тому, що більшість з них – абсолютно абстрактні та ідеальні в тому розумінні, що об'єкти, представлені в них, не існують і не можуть існувати реально – вони є і продуктом, і предметом тільки мислення. До прикладу, кола, як геометричного місця точок, рівновіддалених від центра, не існує і не може існувати, що впливає з корпускулярної, перервної будови матерії та з її безперервного руху на всіх рівнях її існування. Отож точки кола – це об'єкти, які вийшли б реально, якби вдалось звести до нуля просторовий вимір і рух мікрочастинок. «Чистий» інерційних рух можна було б спостерігати, якби вдалось цілковито ізолювати тіло, що рухається, від впливу всіх інших тіл та енергій. Але ні перше, ні друге неможливо зробити.

Ця властивість теоретичних понять призводить до суперечностей, які у їх власних межах не розв'язуються. Вперше така суперечність виразно постала в Елладі у апоріях (*грец. aporia – утруднення, перепона від a – не, заперечення і poros – вихід*) Зенона Елейського. До прикладу, апорія «Стріла»: Щоб пролетіти увесь шлях до цілі, в яку її випущено, стріла мусить пролетіти половину цього шляху, відтак, половину цієї половини, і так – до нульової довжини, до її відсутності. Але, в умовах відсутності просторового виміру не може бути руху в просторі, яким є політ стріли. Отож, навіть з нескінченної кількості таких нерухомих станів не можна утворити жодного матеріального руху. Отже, стріла не може полегіти. Однак, варто стати на шляху пущеної стріли, щоб остаточно переконатись, що таки так, може... Насправді, проблеми в цій та усіх інших апоріях Зенона немає, тому що в нашому матеріальному світі реально не існує і не може існувати ні нуль простору, ні нуль часу – такі нулі є суто теоретичними абстракціями.

Для «гри розуму» наводимо цікавий поетичний «коментар» Александра Пушкіна основної ідеї апорій – жодного руху бути не може:

Движенья нет, сказал мудрец брадатый.  
Другой смолчал и стал пред ним ходить.  
Сильнее бы не мог он возразить;  
Хвалили все ответ замысловатый.

Но, господа, забавный случай сей  
Другой пример на память мне приводит:  
Ведь каждый день пред нами солнце ходит,  
Однако ж прав упрямый Галилей.

Відомий приклад абстрактної суперечності, яку неможливо розв'язати, – парадокс Рассела: Дано множину ( $A$ ) всіх множин, які не включають самих себе. Якою вона буде? Припустимо, що множиною, яка не включає себе. Тоді вона має входити в число тих множин, які включає, тобто, бути множиною, що включає себе. Припустимо тепер, що вона відноситься до множин, які включають себе. Тоді за визначенням вона не може входити в число множин, які не включають себе. Отже, маємо нездоланну суперечність. Задля роз'яснення суті парадоксу Рассела, його, зазвичай, ілюструють прикладами, на кшталт: У місті  $N$  працює перукар, який голить всіх тих і тільки тих, котрі не голяться самі. Цей перукар – чоловік, який голиться. Отже, якщо він голиться сам, то відноситься до тих, кого він не має голити. Якщо ж не сам – тоді мусить голити себе сам.

Ієрархічно координувана (лат. *co* – префікс, що означає об'єднання, спільність, сумісність, і *ordinatio* – узгодження) система теоретичних понять, зокрема, викладена у формулах, яка містить знання про істотні властивості систем об'єктів, називається теорією. До прикладу, теорія інформації, теорія відносності, теорія конвергенції (В. Штерн). Теорії продукує творче мислення.

## 9.6. Творче мислення

Про сутність, умови, функціональні структури, фактори, механізми творчого мислення відомо дуже мало. Істотними феноменами у його функціональній структурі є *інтуїція*, *натхнення*, *інсайт*.

**Інтуїція** (лат. *intueri* – пильно, уважно дивитись) – здатність суб'єкта несвідомо дізнаватись про щось, розуміти щось, тобто, інтуїція продукує знання й розуміння якимось незрозумілим для суб'єкта чином – вони з'являються немов самі собою, як інсайт, осяяння. Чимало видатних вчених з власного досвіду стверджують, що до відкриттів веде не логіка дискурсивних

міркувань та умовисновків, а інтуїтивне проникнення в суть об'єктів пізнання, що відбувається поза контролем свідомості.

Так, згідно з Б. Спінозою, *творча інтуїція* – це безпосереднє інтелектуальне бачення властивостей та зв'язків речей. Цей відомий філософ наголошував, що саме інтуїція, а не виведення шляхом логічної побудови міркувань та умовисновків, грає головну роль у творчому мисленні. Таке трактування інтуїції та її ролі у науковій творчості поділяв А. Ейнштейн, який писав, що його власне творче мислення перебігає, головним чином, мінаючи слова і притім *несвідомо, інтуїтивно*. Мовляв, до відкриттів веде не логіка, а інтуїтивне проникнення в суть речей, що здійснюється поза контролем свідомості. Г. Гельмгольц зазначав, що творчі думки у нього виникають невідомо звідки, несподівано і без напруги, з раптового натхнення. Видатний математик К. Ф. Гаусс писав: «Як вдаряє блискавка, так була розгадана загадка. Я сам не міг довести зв'язок між тим, що знав раніше, і останніми своїми дослідженнями, а також знайти спосіб цієї розгадки». Таке саме розповідав А. Пуанкаре.

Момент власне відкриття називають *інсайтом* – це інтелектуальне осяяння, в якому виразно постає нове знання, нова істина.

Але, підкреслимо, що творчих осяянь в науці не буває без попереднього щодо них періоду важкої розумової праці, спрямованої на глибоке вивчення відповідної проблематики. Тобто, необхідною умовою творчого інсайту є не лише потужний творчий інтелект, що послуговується інтуїцією, а й високий рівень компетентності у відповідній галузі наукових знань.

Іноді інсайт народжується з образу сприймання, який творча уява вченого посередництвом асоціювання за подібністю трансформує у образ відкриття. Виразний приклад – винахід інженером Брауном ланцюгового моста. Перед ним стояла складна проблема – створити міст без проміжних підпор. Відтак, його уява проєктувала мости в усе, в чому можна було побачити щось схоже на міст: галуза лежить поперек канави – міст; мураха повзе по травинці – міст; людина сидить на лавці – міст на стовпчиках, а на ньому – велетень; дерева спілітають гілки над доріжкою – зелений міст; ворота відкриваються – також міст ввижається – розвідний; кришка на колодязі – міст, що піднімається. Отож не дивно, що в павутинні, натягнутому поміж гілками, його творчий інтелект «впіймав» наочний образ тоді ще небувалого, всячого ланцюгового моста. Так само Фрідріх Август Кекуле відкрив

циклічну формулу бензолу – побачив її у мавпах, котрі висіли в клітці, зчепившись кінцівками. Мавпи – атоми вуглецю, їхні кінцівки – валентності, якими ці атоми зчіплюються між собою, а хвости – вільні валентності вуглецю, що з'єднуються з воднем. Отже, асоціювання за подібністю, здебільшого наочно-образні уподібнення, грають помітну роль і в творчому мисленні.

А. Ейнштейн неодноразово зазначав, що важливими елементами його мислення, пов'язаного з науковою діяльністю, є більш чи менш виразні зорові образи фізичних реальностей і навіть якісь м'язеві утворення, котрі спонтанно постають і комбінуються у його свідомості.

Є також достовірні свідчення про науково-творчі інсайти уві сні, втілені в образи сновидінь. Найбільш відомі з них: 1. Р. Декарту приснилась низка аксіом аналітичної геометрії. 2. Д. Менделєєв побачив уві сні періодичну систему хімічних елементів. 3. Творець, засновник *Google*, Ларрі Пейж принаймні, офіційно не заперечує поголос, що принципи функціонування цієї потужної комп'ютерної технології йому наснилися.

Мисленнєве оперування образами уяви, фантазії – основа художньо-естетичної творчості та сповненого особистісно-значущими переживаннями сприймання мистецтва. Художні образи насичені осмисленням емоційно забарвлених ставлень митця до тих духовних цінностей та життєвих ситуацій і подій, котрі він втілює у ці образи. Відтак, емоційні переживання, які викликає сприймання художніх образів, спонукають кожного суб'єкта і збагнути авторське осмислення їх, і по-своєму, зі своїх життєвих позицій розмірковувати про зображене в них, знаходити в них якісь нові для себе життєві істини або переосмислювати й переоцінювати наявні тощо. Іншими словами, художньо-образне мислення, сповнене емоційними переживаннями, допомагає суб'єкту вирішувати особистісні проблеми, пов'язані з його ставленнями до світу і до себе в ньому, тобто, творити й перетворювати свою Я-концепцію – знання про себе і ставлення до себе (*див.: 18.3*). Здобує в цьому процесі розуміння своїх особистісних та пов'язаних з ними життєвих проблем, а відтак, бачення шляхів, способів і засобів їх вирішення очищує душу суб'єкта від «бруд» і «сміття» негативно забарвлених почувань, пов'язаних з деструктивною мотивацією тощо, полегшує їх гнітючий тягар і називається *катарсис* (*грец. katharsis – очищення*).

Осередком найбільш глибоких, розлогих і витончених художньо-естетичних образів є так звана висока художня

література. Основний психологічний зміст цієї літератури, на нашу думку, полягає у виявленні істотних проблем людської душі та людських взаємин і пошуку життєдайних підходів до вирішення цих проблем посередництвом творчого моделювання їх життєвої динаміки у художньо-літературних текстах. Таке трактування цих текстів цілком відповідає модерному постнекласичному науковому підходу до них – їх досліджують як *дискурси* (лат. *discursus* – осмислення, розмірковування, міркування), тобто, як мисленнєве осягнення світу людини посередництвом створення й сприймання описових, сповнених глибокими емоційними переживаннями, художньо-образних моделей різних сторін та проявів існування цього світу.

Водночас, чимало високо-художніх науково-фантастичних творів являють собою не лише такі моделі, а й описи технологій та апаратів, які винайшли, дійсно сконструювали через роки після публікації цих творів. До прикладу, Герберт Уеллс у романі «Війна світів» описав таку зброю, зокрема, тепловий промінь. Через 19 років А. Ейнштейн теоретично обґрунтував технологію лазера. Функціонування теплового променя, створеного фантазією Г. Уеллса, загалом відповідає цій технології. На сьогоднішній день лазерна техніка – буквально скрізь та інтенсивно розвивається. Прогнозують, що невдовзі у США сконструюють лазери, якими можна буде збивати не лише літаки, а й випущені ракети одразу на старті. В цьому ж романі описані повітряні бої, танки («суходільні броненосці»), біологічна й хімічна зброя. На біду, все це невдовзі зробили. Так, попри всі угоди про заборону сатанинської хімічної зброї, тоталітарно-терористичні режими використовують її і в XXI столітті: режим Асада в Сирії, спроба кремлівської банди убити Скрипаля та ін.. Понад це, Г. Уеллс «нафантазував» і про ядерну зброю і назвав її «атомна бомба»... Через 11 років атомну бомбу вперше випробували в пустелі Аламагордо, США. В романі Г. Уеллса «Машина часу» викладено ключові ідеї теорії відносності, створеної А. Ейнштейном через 10 років після публікації цього роману.

Жюль Верн досить правдоподібно описав у своїх пригодницьких романах підводний човен та політ на Місяць. Тут варто зауважити, що *науково-технічні* розрахунки траєкторії польоту до Місяця і посадки на його поверхню зробив видатний українець С. Кондратович (Шаргей) у 40 р.р. XX ст.. На основі саме цих розрахунків американським астронавтам вдалось відвідати супутник нашої планети у 70 р.р..

Не менше дивовижних передбачень знаходимо у творах Артура Чарльза Кларка, якого заслужено визнали справжнім пророком від наукової фантастики.

### Контрольні запитання та завдання

1. Що таке інсайт у функціональній структурі інтелекту?
2. Визначіть функціональну сутність інтелекту і доведіть, що інтелект є основним засобом мислення.
3. Доведіть, що мислення – це розв'язування задач посередництвом інтелекту.
4. Що таке наочно-дійове мислення і сенсомоторний інтелект?
5. Знайдіть однакове й різне (відмінне) у наочно-дійовому мисленні тварин, немовлят і дорослих людей.
6. Назвіть і охарактеризуйте ситуації, в яких наочно-дійове мислення людини функціонує в «чистому вигляді» (несвідомо, автоматично).
7. Розкрийте основний психологічний зміст наочно-образного мислення і наочно-образного інтелекту.
8. Охарактеризуйте домисленнєву стадію розвитку мовлення і домовленнєву стадію розвитку мислення дитини.
9. Що таке асоціативний комплекс, синкретичний образ, трансдукція, партиципація?
10. Розкрийте сутнісний зміст символу, словесного символізму і слова як знака.
11. Доведіть, що значення слова є одиницею єдності понятійного мислення і мовлення.
12. Доведіть, що егоцентричне мовлення дитини є засобом її мислення, що розвивається.
13. Розкрийте сутнісний зміст предикативності внутрішнього і письмового мовлення.
14. Що таке предикативне мислення?
15. Висвітліть сутнісний зміст мисленнєвих операцій: аналізу і синтезу, порівняння, абстрагування, узагальнення, визначення.
16. Що таке емпіричні й теоретичні поняття і в чому полягає основна відмінність між ними?
17. Що означає абсолютна абстрактність більшості теоретичних понять?
18. Що таке творче мислення?
19. Що таке інсайт та інтуїція у функціональній структурі творчого мислення?
20. Як працює асоціаціювання за подібністю в науковому творчому мисленні?
21. З позицій психології творчого мислення охарактеризуйте художню літературу загалом і наукову фантастику зокрема.

## Розділ 10.

### ПАМ'ЯТЬ

*«Мета пам'яті – запобігти зникненню минулого задля майбутнього, щоб в майбутньому очікувати і активно шукати те бажане, що було в минулому.»*

П'єр-Марі-Фелі Жане.

Згадаємо, що необхідною умовою і засобом функціонування усіх систем, що самоорганізуються: біологічних, соціальних, технічних, – є збирання, опрацювання та застосування інформації, значущої щодо забезпечення його ефективності. (Див.: 2.9.1.; 4.8.; 6.1.). Відтак, психіку можна характеризувати і як систему приймання, опрацювання, накопичення, збереження й використання інформації, значущої щодо відображення та адаптації її носія – суб'єкта, особини. Функції накопичення, збереження та, за необхідності, відтворення, актуалізації збереженої інформації у психіці виконує пам'ять.

#### *10.1. Функціональна сутність пам'яті*

*Пам'ять – це процеси накопичення, зберігання і відтворення (актуалізації у внутрішньо-психічному плані) відображеної органами чуття та розумово опрацьованої інформації.*

Це лаконічне визначення вказує на основні функції, тобто, на психологічну функціональну сутність пам'яті. Воно цілком відповідає позиції відомого радянського психолога Сергія Леонідовича Рубінштейна (1889–1960), який вбачав функціональну основу пам'яті у загальній та елементарній спроможності («способности») карбувати та за відповідних умов відтворювати дані чуттєвості. Ця спроможність є необхідною умовою і базовим засобом та механізмом всіх, вже відомих вам з курсу *«Зоопсихологія та порівняльна психологія»*, рівнів, видів і форм наочності тварин, як вироблення поведінкових навичок особини (окремої тварини): реактивного (габітуації, сенсibiliзації, імпринтингу, облігаторного), умовно-рефлекторного (утворення сигнальних зв'язків); оперантного («спроб і помилок»);



наслідування на основі спостереження; латентного; інтелектуальних актів. Інстинкт можна характеризувати і як закарбовані на рівні генетичних програм – у «генетичній пам'яті» – форми поведінки роду/виду тварин.

Вочевидь, що пам'ять є необхідною умовою та істотною функціональною структурою здобування й використання понятійних знань, формування, розвитку і застосування комунікативних (спілкування), пізнавальних, ціннісно-орієнтаційних, трудових, ігрових умінь і навичок людини.

Отже, інформація, закарбована (накопичена), збережена та відтворена у пам'яті особи чи особини, є тим матеріалом, на основі якого розгортаються, яким оперують, який використовують усі психічні процеси, без якого вони унеможливаються. Водночас, посередництвом цих процесів збирається й опрацьовується інформація, якою оперує пам'ять. Відтак, вони слугують трьома різними критеріями (з п'яти) поділу пам'яті на види.

## 10.2. Види пам'яті

Пам'ять поділяють на види за такими критеріями:

– за модальністю відчуттів, посередництвом яких надходить інформація, що карбується у пам'яті: зорова, слухова, нюхова, смакова, тактильна, пропріоцептивна, органічна;

– за домінуючою психічною модальністю інформації, яка запам'ятовується: чуттєво-образна, словесно-логічна або вербальна («пам'ять розуму»), емоційна або афективна («пам'ять серця»), кінестезична або рухова («пам'ять тіла»); «пам'яттю тіла» називають також закарбовані в ній тактильні та органічні відчуття;

– за участю цілеспрямованості на запам'ятовування посередництвом вольових зусиль: довільна й мимовільна (вимушена і невимушена);

– за тривалістю збереження інформації: оперативна, короткотривала і довготривала;

– за засобами карбування інформації: генетичним кодом (видова, інстинктивна) і набута кожною особою чи особиною індивідуально посередництвом мнемічних (*грец. мнете – пам'ять*) психо-фізіологічних функціональних структур.

### *10.2.1. Види пам'яті за модальністю відчуттів і за домінуючою психічною модальністю мнемічної інформації*

Внаслідок провідної ролі зорового аналізатора у відображенні людиною навколишнього світу, зорова пам'ять досліджена найбільш ґрунтовно. Слухова також доволі вивчена, адже вона є істотною складовою усіх видів акустичної, музичної тощо діяльності. Про інші (тактильну, нюхову, смакову, пропріцептивну) відомо менше. Хоча, необхідність сенсibilізації (підвищення чутливості) органів чуття, зумовлена вимогами професійної діяльності або компенсаторними (незрячі, глухі, сліпо-глухі особи) свідчать про потужний потенціал пам'яті, пов'язаної з чутливістю цих модальностей, як і зорової та слухової. (Див.: 6.6).

Всі види пам'яті за модальністю відчуттів функціонально взаємопов'язані як між собою, так і з таким її видом за домінуючою психічною модальністю інформації, як *чуттєво-образна пам'ять*. Адже цей вид пам'яті являє собою запам'ятовування, збереження і відтворення цілісних *чуттєвих* образів об'єктів. Найбільш виразний приклад чуттєво-образної пам'яті: перцептивні моделі та сенсомоторні схеми, що формуються на основі перцептивного досвіду суб'єкта, особини. (Див.: 7.2; 7.3.).

Чуттєво-образна пам'ять починає формуватись у ранньому дитинстві, на другому році життя (за В. Штерном) і досягає найбільшої інтенсивності розвитку та функціонування в підлітковому віці у зв'язку з компенсуючою фантазією підлітка (див.: 8.3.). В юнацькому віці розвиток чуттєво-образної пам'яті помітно гальмується і, здебільшого, зупиняється на досягнутому рівні. Чуттєво-образна пам'ять є мнемічною умовою, основою і фактором образного й творчого мислення (див.: 9.3.; 9.6.).

*Словесно-логічна або вербальна пам'ять* починає швидко розвиватись в ранньому дитинстві (1-й–3-й роки життя), що забезпечує інтенсивний розвиток мовлення дитини, засвоєння нею мови, а відтак, формування понятійних основ дискурсивного мислення, потужний розвиток якого продовжується протягом дошкільного, молодшого шкільного, підліткового та юнацького вікових періодів. (Див.: 9.4.1.; 9.4.4.; 9.4.5.; 9.4.6.; 9.5.).

Коректні й чисельні експерименти і спостереження показують, що в ранньому віці дитина легко, без жодних зусиль оволодіває не

лише так званою материнською мовою – тією, якою здебільшого розмовляють у її безпосередньому оточенні та з нею, – а й ще двома, а то й трьома іншими мовами, якими з нею хтось постійно і достатньо спілкується, без жодного гальмуючого, сповільнюючого впливу жодної з них на засвоєння будь-якої іншої з цих мов, незалежно від їх схожості, родинності чи несхожості. Тобто, словесно-логічна пам'ять у ранньому дитинстві функціонує дуже інтенсивно, потужно, ефективно й продуктивно.

Свою чергою, коректні й чисельні експерименти та спостереження засвідчили, що найбільш швидко й ефективно діти навчаються писати у віці 5-6 років – помітно легше й краще, ніж у 7-8 років. Отже, відповідно функціонує той різновид вербальної пам'яті, який забезпечує засвоєння і використання письма, формування і розвиток писемності, писемного мовлення.

Істотний зміст понять, зокрема, власне теоретичних, та логіку мовлення і, водночас, дискурсивного (понятійного) мислення найбільш швидко й продуктивно засвоюють і використовують підлітки та юнаки й дівчата (старший шкільний та студентський вік), що забезпечується відповідною потужністю словесно-логічної пам'яті в цьому віці.

Всі різновиди так званої розумової праці вимагають від фахівців постійної підтримки «в належній формі», тобто, інтенсивного та змістовного функціонування словесно-логічної пам'яті у взаємодії з дискурсивним мислення протягом усього часу їхньої професійної діяльності.

*Емоційна або афективна (лат. affectus – хвилювання, пристрась) пам'ять* являє собою запам'ятовування, утримання і згадування суб'єктом своїх емоційних переживань, пов'язаних з різними життєвими ситуаціями, об'єктами, проблемами. Згідно з відомим французьким психологом і психіатром П'єром Марі Фелі Жане (1859–1947), закарбований у пам'яті суб'єкта емоційний досвід чинить істотний, а нерідко, вирішально-визначальний вплив на його ціннісні орієнтації та значущі життєві вибори, на мотивацію, а відтак, на самоорганізацію, саморегуляцію діяльності і поведінки. Мовляв, людина свідомо й несвідомо тягнеться до того, що вона пам'ятає як приємне, цікаве, втішне, веселе, і відсторонюється, відчужується, відмовляється від закарбованого у її пам'яті неприємного, страшного, нудного, огидного. Тому *досвід, збережений емоційною пам'яттю, – істотний фактор емоційного ставлення людей до світу і до себе (див.: 2.4.), що,*

зокрема, виявляється у обережності й фобіях (*грец. phobos – страх*), симпатіях і антипатіях, налаштуваннях та установках.

Зауважимо, *емоційна пам'ять згадує, коли й що, у зв'язку з чим було приємним чи неприємним, радісним, веселим, страшним, цікавим, сороміцьким, огидним тощо, а не відтворює самі ці емоційні переживання. Іншими словами, вона продукує не їх, а спогади про їх позитивне чи негативне (приємне чи неприємне) забарвлення тих подій, ситуацій, що згадуються. Емоційне забарвлення цих спогадів не є їх відтворенням.*

Якби уможливилось самоідукування емоційних станів посередництвом відновлення їх у пам'яті, то радикально полегшилось би лікування депресивних розладів, абстиненцій та залежностей від психотропних речовин (наркотиків, алкоголю та ін.) тощо. І взагалі, напевне, що було б дуже багато суттєвих змін у земному житті людей, які, можливо, звели б його нанівець, адже доступні всім відновлення приємних емоційних станів стали б «наркотиком», від якого не було б жодного порятунку...

Самонавіювання власне емоційних станів – це дуже складні аутогенні психотехнології, які вимагають складної і тривалої підготовки. Успішно пройти й завершити таку підготовку спроможні далеко не всі. Найбільш ефективно її практикують йоги, монахи-буддисти, зокрема, японські дзен-буддисти та самураї. Головною, а здебільшого єдиною, метою усіх психотехнологій саморегуляції емоційних процесів і станів є створення та підтримка стану емоційної незворушності, рівноваги і сталого душевного спокою – «стабільного штилю в морі емоцій».

У власне емоційній модальності пересічна людська пам'ять здатна спонтанно або під впливом асоціацій відтворити негативно забарвлені емоційні реакції і стани, які суб'єкт колись пережив: злість-лють, ненависть, огиду, сором, страх-жах. Якщо такі спогади постійно повторюються, то вони стають невротичним симптомом і фактором невропатичних та психосоматичних розладів – руйнують психічне й соматичне здоров'я суб'єкта. (Див.: 17.2.3.).

Вагомий психологічно-педагогічний досвід, накопичений в багатьох країнах світу, показує, що *кінестезична або моторна пам'ять* найбільш ефективно й продуктивно функціонує у молодшому шкільному віці (6-й–10-й роки життя). В цьому віці найкраще формуються й розвиваються найрізноманітніші моторні уміння й навички, окрім тих, що вимагають значної сили м'язів або

філігранної точності дрібних рухів (оптимальна готовність до ефективного засвоєння й використання і перших, і других визріває в юнацькому віці). Сформовані та закарбовані у кінестезичній пам'яті тілесні уміння й навички функціонують на несвідомо-автоматичному рівні, тобто, не потребують свідомого контролю, навпаки, такий контроль суттєво перешкоджає їх перебігу і може цілковито руйнувати їх у ситуаціях, які вимагають швидких і безпомилкових реакцій, дій, насамперед в екстремальних. (Див.: 9.2.).

У зв'язку з поділом пам'яті на види за модальністю відчуттів та за домінуючою психічною модальністю інформації, що запам'ятовується, виокремлюють її *типи, котрі вказують на індивідуальні здатності щодо мнемічного опрацювання певної чуттєвої інформації*. Це – істотна складова і показник відповідних здібностей. До прикладу, у майстрів образотворчого мистецтва домінує *образно-зоровий тип пам'яті*; у музик – *образно-слуховий*; у спортсменів-професіоналів – *кінестезичний*; у фахівців усіх видів розумової праці – *вербально-логічний* і т. ін.

З цих прикладів випливає, що, з одного боку, відповідність типу пам'яті суб'єкта змісту його професійної діяльності істотно сприяє її ефективності, успішності, з іншого, що в процесі професійної діяльності розвивається відповідний їй тип пам'яті. Так, видатні полководці Олександр Македонський і Наполеон Бонапарт цілеспрямовано (довільно) запам'ятовували і пам'ятали не лише обличчя, а й імена практично всіх своїх офіцерів і солдат, тому що це – переконливий вияв небайдужого ставлення й поваги до особистості вояка, що потужно стимулює його довіру до командувача, котрий гідно ставиться до нього, та відданість йому зі всіма позитивними для боєздатності війська наслідками, які випливають з цього.

### 10.2.2. Мимовільна й довільна пам'ять

Запам'ятовування і збереження інформації посередництвом *мимовільної або невимушеної пам'яті* відбувається власне невимушено, спонтанно, нецілеспрямовано – суб'єкт не ставить собі мети запам'ятати й закарбувати цю інформацію, а відтак, не докладаеться щодо цього жодних вольових зусиль, не використовує жодних мнемонічних (*грец. mnemonicon – мистецтво ефективного запам'ятовування*) або мнемотехнічних методик, засобів, прийомів, щоб зберегти її.

Переконливі факти свідчать, що ще ненароджена дитина чує і розрізняє позитивне та негативне емоційне забарвлення людського голосу, її організм відчуває різні впливи на нього, а зародки пам'яті невимушено карбують ці емоційні та чуттєві впливи, що позначається на її емоційній сфері, а відтак, на сфері спрямованості протягом усього подальшого життя. Невимушена пам'ять забезпечує формування й функціонування перцептивного досвіду і кінестезичних умінь та навичок дитини від народження. Діти раннього віку невимушено запам'ятовують мову та зміст невербальних засобів спілкування – міміки, пантоміміки, інтонацій голосу. Лиш у дошкільному віці (4–5 років) у дітей з'являється спроможність запам'ятати й пам'ятати щось цілеспрямовано, за допомогою початкових розумових і вольових зусиль. Невимушена пам'ять функціонує протягом усього життя людини.

*Довільна або вимушена пам'ять* активується й скеровується свідомим наміром суб'єкта запам'ятати певну інформацію, що здійснюється за допомогою вольових зусиль та, за потреби, мнемонічних засобів і прийомів.

Результати експериментальних досліджень ефективності мимовільної та довільної пам'яті, які проводились з другої половини ХІХ ст., засвідчують, що загалом довільне запам'ятовування значно більш ефективне, ніж мимовільне. До прикладу, показовим є факт поганого запам'ятовування експериментаторами того матеріалу, який вони пропонують досліджуванам запам'ятати довільно. Досліджувані, здебільшого, добре запам'ятовують такі матеріали. А дослідники, котрі десятки разів зачитували їм те, що вони мають довільно запам'ятати, а самі не були налаштовані на таке запам'ятовування, по завершенню дослідів спроможні відтворити цей матеріал вкрай погано.

### *10.2.3. Оперативна, короткотривала й довготривала пам'ять*

*Оперативна* (лат. *operatio* – дія) пам'ять забезпечує запам'ятовування, збереження та використання інформації, необхідної для здійснення якихось дій, операцій, протягом їх виконання – від декількох секунд до десятків хвилин. За необхідності, оперативна пам'ять знаходить у «сховищах» довготривалої пам'яті необхідну їй інформацію, «висвітлює її променем свідомості» та використовує.

*Короткотривала або короткочасна пам'ять* утримує інформацію протягом 20–30 секунд. Її обсяг – обмежений. У ній

зберігається лиш 5-6 останніх одиниць тієї інформації, яку суб'єкт відображає, опрацьовує, зокрема, осмислює з метою зрозуміти. Встановлено (Дж. Сперлінг та ін.), що та інформація, яка надійшла у короткотривалу пам'ять через візуальний аналізатор (зорова), загалом стирається швидше, ніж одержана через аудіальний (слухова). Тільки свідомі зусилля з використанням певних мнемічних прийомів можуть допомогти утримати інформацію, відображену у короткотривалій пам'яті, довше, а щоб закарбувати її у довготривалій пам'яті, необхідно декілька разів повторити такі зусилля. («Повторіння – мати учіння»). Найбільш ефективним з таких повторювань є промовляння подумки інформації, яку суб'єкт прагне надовго запам'ятати, спрямоване на встановлення асоціативно-смыслових зв'язків з тими відповідними цій інформації знаннями, якими він володіє (Р. Ч. Аткинсон та ін.).

Деякі дослідники виокремлюють ще й *миттєву пам'ять* – це збереження інформації, що надходить через органи чуття, від 0,05 до 1,0 сек. Але, цієї миті вистачає лиш для первинного опрацювання подразнень в рецепторно-аферентних відділах аналізаторів...

*Довготривала або довгочасна пам'ять* зберігає інформацію протягом відносно тривалого часу – від декількох тижнів до назавжди, до кінця земного життя суб'єкта. Її зміст – це інформаційна база його діяльності, поведінки, всього життя-буття. Вона являє собою відкриту систему, що постійно оновлюється, очищується, переструктурується тощо.

### 10.3. Мнемічні процеси

Пам'ять – це складна динамічна система процесів повного циклу мнемічного опрацювання інформації: *запам'ятовування, збереження, впізнавання, згадування, відтворення, забування*. Всі ці процеси вивчають у якісному та в кількісному вимірах. Якісний – це адекватність, глибина, міцність карбування та ефективність відтворення й використання в діяльності суб'єкта мнемічного матеріалу тієї чи іншої психічної модальності: відчуттів, перцептивних образів, емоційних переживань, тілесних рухів та операцій, науково обґрунтованих знань тощо. Кількісний – обсяг інформації, якою оперують усі мнемічні процеси.

### 10.3.1. Запам'ятовування

**Запам'ятовування** – це процес карбування інформації у пам'яті. Основний поділ запам'ятовування – на мимовільне або невимушене та довільне або вимушене.

*Невимушене або мимовільне запам'ятовування* – це нецілеспрямований процес, що не скеровується і не стимулюється свідомим наміром запам'ятати. Жодні мнемонічні засоби, прийоми організації мнемічних операцій тощо в процесі невимушеного запам'ятовування не застосовуються. Згадаємо, що лиш у дошкільному віці (4–5 років) у дітей з'являється спроможність запам'ятати й пам'ятати щось за допомогою розумових і вольових зусиль. У дітей раннього віку функціонує тільки невимушена пам'ять, тобто, їхнє запам'ятовування – виключно невимушене; цей вид запам'ятовування залишається провідним у дошкільному та в молодшому шкільному віці і продовжує активно функціонувати протягом усіх вікових періодів життя людини. (Див.: 10.2.2.).

Згідно з результатами чисельних коректних досліджень, провідний і найбільш потужний чинник невимушеного запам'ятовування – емоційне забарвлення цього процесу. На фоні інтенсивних емоційних переживань, як позитивно, так і негативно забарвлених (і приємних, і неприємних), суб'єкт може добре запам'ятати не лише важливе, а й несуттєве та випадкове в ситуації, з якою пов'язані ці переживання, навіть якийсь дріб'язковий антураж. Таке мимовільне мнемічне карбування нерідко буває досить глибоким і довготривалим.

Притім, ще Арістотель зауважив, що асоціююча сила вдовolenня значно дужча, ніж невдовolenня, відтак, приємне пам'ятається довше, ніж неприємне. І аргументував це твердження, зокрема, тим, що старшим людям властиво згадувати старі *добрі* часи, а не погане з тих часів. Більшість дослідників зв'язків пам'яті з емоціями, зокрема, З. Фройд, також дійшли висновку, що матеріал, забарвлений приємними емоційними переживаннями, краще запам'ятовується як мимовільно, так і довільно, ніж забарвлений неприємними. Ці дослідники стверджують, що ця залежність – переважно прямо-пропорційна. Мовляв, чим більш вдовolenений, більш радісний суб'єкт у ситуації, тим краще закарбує цю ситуацію його мимовільна пам'ять. Чим інтенсивніший позитивно забарвлений інтерес, приємно піднесу



зацікавленість викликає інформація у суб'єкта, тим краще, більш повно й міцно він невимушено запам'ятає цю інформацію, водночас, тим дужче таке забарвлення сприяє довільному заучуванню інформації.

Хоча, П. П. Блонський вважав, що навпаки, людська пам'ять краще карбує виразно неприсмне – будь-яку інформацію з негативним емоційним забарвленням.

Але, *все це – на загал*. Ефективність мимовільного запам'ятовування залежить не лише від модальності та інтенсивності емоційного забарвлення цього процесу, а й від інших об'єктивних (зовнішніх) і суб'єктивних чинників. Основний суб'єктивний чинник – це індивідуальні властивості й особливості пам'яті, мнемічний потенціал особи. Наступний – ставлення суб'єкта до інформації, що запам'ятовується, яке детермінується її значущістю (важливістю, цінністю) та актуальністю для нього. Встановлено, що ефективність і невимушеного, і довільного запам'ятовування й збереження інформації у пам'яті суб'єкта, на загал, здебільшого, перебуває у прямо-пропорційній залежності з актуальністю та значущістю її для нього. Все це необхідно враховувати в навчально-виховному процесі.

А виходити варто з того, що від 30% до 70% навчального матеріалу може запам'ятовуватись мимовільно. Отже, необхідно так організувати мимовільне запам'ятовування навчальних матеріалів, щоб воно було родючим ґрунтом для довільного, вимушеного і потужним фактором його. Для цього необхідно, щоб по-перше, учні та студенти розуміли й твердо знали, що цей матеріал є необхідним, важливим, значущим для них, по-друге, щоб він був змістовним і цікавим, вабив і захоплював присмними цікавинками, по-третє, щоб їхні інтелектуально-мисленнєві, пізнавальні зусилля постійно й стабільно винагороджувались вдоволенням від успішності цих зусиль, тобто, від спроможності свого розуму. Згідно з влучним зауваженням С. Л. Рубінштейна: «Треба організувати навчальну діяльність так, щоб істотний матеріал запам'ятовувався учнями і тоді, коли вони зайняті змістом цього матеріалу, а не його запам'ятовуванням.»

Дослідження показали, що в процесі пізнавальної і трудової діяльності добре запам'ятовується невимушено той матеріал, який безпосередньо стосується її основного змісту, мети та очікуваного кінцевого результату. А найкраще – те, що пов'язане з відчутними перешкодами, перепонами, утрудненнями перебігу цих видів

діяльності, бо це потужно стимулює емоційні реакції та інтелектуальну активність, спрямовані на пошук виходу з проблемної ситуації, що інтенсифікує функціонування не лише мислення, а й пам'яті. Способи і засоби, що використовуються в процесі пізнавальної і трудової діяльності, запам'ятовуються гірше. А найгірше – все те, що безпосередньо не стосується змісту діяльності та не використовується, зокрема, фон, антураж, оздоблення тощо.

До прикладу, П. І. Зінченко пропонував досліджуваним класифікувати 15 карток, на яких були кольорові зображення рослин, тварин та іграшок. На цих картках були також виразно виписані чорні цифри. Після того, як вони виконали це нескладне завдання (поділили картки на 3 частини – рослини, тварини, іграшки), їх попросили назвати ті з зображень, які вони запам'ятали, а відтак, згадати цифри, котрі були на тих картках. Досліджувані правильно згадували 80-90%% зображених рослин, тварин, іграшок і не більше 15% цифр. Натомість, коли ставилось завдання знайти алгоритм зв'язку між цифрами і розкласти їх згідно з цим алгоритмом, результати були прямо протилежні щодо запам'ятовування цифр і зображень.

Головний чинник *довільного або вимушеного запам'ятовування* якоїсь інформації – мотивація суб'єкта, що визначається усвідомленою ним необхідністю, значущістю, важливістю для нього розуміти й знати сутнісний зміст цієї інформації, оволодіти нею і т. ін. Тобто, воно спонукається та скеровується свідомо поставленою перед собою мнемічною метою: завчити, запам'ятати, зберегти, щоб використати в навчальній, трудовій, комунікативній, ігровій діяльності тощо. Якщо така мотивація вимушеного запам'ятовування якихось матеріалів достатньо потужна, то воно може бути цілком успішним та ефективним і за відсутності у суб'єкта позитивно забарвленої емоційної зацікавленості змістом цих матеріалів, необхідного часу та умов, за наявності різних перешкод, зокрема, втоми, тощо.

Вимушене запам'ятовування поділяють на *сміслову або логічну і формальну або механічну*. Перше ґрунтується на розумінні сутнісного, істотного змісту того дискурсу (*лат. discursus – розмірковування, аргумент, доказ*), який заучується, а відтак, структурує його згідно з цими властивостями, що формує й розвиває логічно взаємопов'язані, системні знання, які відносно

легко запам'ятовуюються, добре пам'ятаються (зберігаються в пам'яті), згадуються, відтворюються і використовуються у пізнавальній та інших видах діяльності суб'єкта. Тобто, логічно-сміслові запам'ятовування відповідає сучасним вимогам високої якості освіти.

*Формальне або механічне запам'ятовування* влучно характеризує наведена на початку цього підручника настанова Геракліта Ефеського, що у пізнанні слід прагнути не повноти знання, а повноти розуміння, тому що саме лиш багатозн'ання розуму не дає. Якщо суб'єкт не розуміє, тобто, не знає сутнісного змісту суто механічно «зазубрених» положень, то не він може пов'язати їх логікою істотних взаємозв'язків у системні знання. Тому такий мнемічний матеріал непридатний ні для теоретичного пізнання, ні для практичної роботи. (Див.: 9.1.; 9.6.)

Науково обґрунтовані та практично верифіковані *сприятливі умови і фактори довільного або вимушеного запам'ятовування*: Чітка постановка мети і завдань. Відтак, вибір мнемонічних (мнемотехнічних) способів, засобів і прийомів. (Найбільш відомі й ефективні мнемонічні засоби, мнемотехніки висвітлюються у «Практикумі з загальної психології»). Універсальними мнемонічними прийомами у процесі навчання, ефективність яких доведена і емпірично (досвідом), і експериментально, є: заучування насамперед так званих смислових опорних пунктів – визначень та дефінітивних характеристик найбільш істотних властивостей об'єктів, які вивчаються, що, зауважимо ще раз, вимагає адекватного розуміння їх сутнісного змісту; поділ всього матеріалу на блоки відповідно до цих визначень та характеристик і виокремлення з них інформації, яка допомагає більш виразно й глибоко зрозуміти істотний зміст смислових опорних пунктів. Цьому сприяє відтворення інформації, що запам'ятовується, іншими, «своїми» словами.

Матеріал, що довільно заучується, необхідно оптимально дозувати на основі врахування, по-перше, його якісних (змістових) і кількісних (обсяг) особливостей, по-друге, мнемічних спроможностей суб'єктів цього процесу щодо інформації, яка запам'ятовується, котрі визначальним чином залежать від якісного та кількісного вимірів наявних у них знань у цій галузі. Варто також використовувати «ефект краю» – добре, а нерідко й найкраще, і довільно, й мимовільно запам'ятовуються ті положення, якими починається і завершується подача того матеріалу.

Важливим чинником довільного запам'ятовування інформації є налаштування суб'єкта на якийсь певний термін збереження її у пам'яті. До прикладу, результати відомих експериментів: Досліджуваним пропонують запам'ятати два однакових за складністю змісту уривки тексту і орієнтують їх на те, що один з них вони мають відтворити наступного дня, а інший – через тиждень. Однак, несподівано просять відтворити обидва аж через два тижні. Той з них, який запам'ятовувався на довший термін відтворюється значно краще і в якісному, і в кількісному вимірах. Цей феномен виразно постає у підготовці студентів до іспитів – перед іспитом добре вивчив/вивчила все, що вимагається, після іспиту – майже все, а то й все забув/забула. Але, якщо матеріал було вивчено з розумінням сутнісного, істотного змісту його дискурсу, то відновлення його у пам'яті, за необхідності, відбувається легко й швидко.

На завершення цього параграфа зауважимо, що іноді людська психіка демонструє феноменальні, надзвичайні, неймовірні спроможності щодо запам'ятовування і збереження інформації.

До прикладу, у згаданого в попередніх розділах Шерешевського була феноменальна образна пам'ять. О. Р. Лурія, який протягом багатьох років вивчав його надзвичайні здібності й спроможності, писав: «Виявилось, що пам'ять Шерешевського не має виразних меж не лише у своєму обсязі, а й у міцності утримання слідів. Досліди показали, що він з успіхом – і без помітних зусиль – може відтворити довгу низку слів, показаних йому тиждень, місяць, рік, багато років тому. Деякі з цих дослідів, що незмінно завершувались успіхом, були проведені через 15-16-17 років (!) після первинного запам'ятовування низок слів і без будь-якого попередження. У таких випадках Шерешевський сідав, заплющував очі, робив паузу, а потім говорив: «Так-так... це було у вас у тій квартирі... ви сиділи за столом, а я – у кріслі-качалці... ви були в сірому костюмі і дивились на мене так... ось... я бачу, чую, що ви мені говорили» – і далі йшло безпомилкове відтворення прочитаної тоді мною низки слів.

Якщо взяти до уваги, що Шерешевський, який став до того часу відомим мнемоністом і мусив запам'ятовувати багато сотень і тисяч словесних рядів, – цей факт поставав ще більш дивовижним.

Все це змусило мене змінити задачу і зайнятися спробами не стільки виміряти його пам'ять, скільки спробами дати їй якісний аналіз, описати її психологічну структуру.

Згодом до цього приєдналась ще одна задача – уважно вивчити особливості психічних процесів цього видатного мнемоніста. <...>

Протягом усього нашого дослідження, запам'ятовування Шерешевського носило безпосередній характер, а його механізми зводились до того, що він або продовжував бачити показані йому низки слів чи цифр, або перетворював слова чи цифри, які йому диктувались, у зорові образи. Протягом 35-40 секунд він фіксував, ніби фотографував своїм зором низки у 20 цифр, 2,5-3 хвилин – 50 цифр. Відтак, міг бачити їх у внутрішньо-психічному плані, в уяві і «зчитувати», відтворювати у будь-якому порядку – з початку до кінця, з кінця до початку, по діагоналі, з середини. Якщо вони були нечітко написані, міг неправильно «зчитати» – 3 замість 8 чи 4 замість 9. Але, не все так просто. Звуки створювали перешкоди – плями, клуби пари, бризки, які закривали цифри, – своєрідні виразні, розмаїті й розлогі звуко-зорово-образні синестезії. (Див.: 6.2.). «Який у вас жовтий і розсипчастий голос», – сказав він одного разу Л. С. Виготському, котрий розмовляв з ним. <...> Від колірною слуху я не можу позбутись... Спочатку постає колір голосу, а потім він віддаляється – але він заважає... От хтось сказав слово – я його бачу, а якщо раптом сторонній голос – з'являються плями... і я вже не можу розібрати».

У Шерешевського не було виразної межі, яка у кожного з нас відокремлює зір від слуху, слух – від дотику чи смаку. <...>

Значення синестезій для запам'ятовування об'єктивно полягало в тому, що синестезійні компоненти створювали ніби фон кожного запам'ятовування, несли додатково «надлишкову» інформацію і забезпечували його точність. Якщо Шерешевський відтворював слово неточно – додаткові синестезійні відчуття, що не співпадали з вихідним словом, допомагали йому збагнути, що у його відтворенні «щось не так» і змушували його виправляти допущену неточність.

«Я зазвичай відчуваю і смак, і вагу слова – і мені вже не треба нічого робити – воно само згадується, а описати це важко. Я відчуваю в руці – слизьке щось, маслянисте – з маси дрібненьких точок, але дуже легких – це легке лоскотання в лівій руці, – і мені вже більше нічого не потрібно. <...>

Кожне слово викликало у Шерешевського наочний образ. Ці його образи були надзвичайно яскравими і сталими і до них динамічно приєднувались зорові синестезійні компоненти звуків цього слова (колірні плями, бризки й лінії) та голосу мовця. «Коли я почую слово «зелений», з'являється зелений горщик з квітами, «червоний» – чоловік у червоній сорочці. Навіть цифри нагадують

мені образи – ось «1» – це гордий стрункий чоловік; «2» – жінка весела, «3» – похмурий чоловік, не знаю чому.

Коли Шерешевський прочитував довгу низку слів – кожне з цих слів викликало наочний образ. Але слів було багато – і Шерешевський мусив «розставляти» ці образи у цілісний ряд. Найчастіше – і це зберігалось у Шерешевського протягом усього його життя – він «розставляв» такі образи вздовж якоїсь дороги, вулиці. В процесі відтворення-згадування – «йшов» цією дорогою, вулицею, бачив розставлені там матеріалізовані в образах слова і називав їх. Міг «піти» з кінця вулиці до початку або зсередини. Образи були настільки яскравими й міцними, що він міг відвертатись і знову повертатись до них.

Але, міг і забувати. Пропускав при зчитуванні, бо важко було «розгледіти», тому що «поставив» у темне місце, у тінь. Тобто, це було не власне забування, а дефекти уявлення.

«Я поставив олівець біля огорожі – ви знаєте цю частину вулиці, – і ось олівець злився з цією огорожею, і я пройшов мимо нього. <...> Або яйце було поставлене на фоні білої стіни і злилось з нею. Як я міг розгледіти біле яйце на фоні білої стіни? <...>

За всіх переваг безпосереднього образного запам'ятовування, воно викликало у Шерешевського певні труднощі. Ці труднощі ставали тим більш виразними, чим більше він мусив займатись запам'ятовуванням великих обсягів матеріалу, що безперервно змінювався, – і це почало все частіше виникати тоді, коли він став професійним мнемоністом. Він розробив свою ейдотехніку (*грец. eidos – образ*). Перше, над чим Шерешевський змушений був працювати – звільнення слів від тих випадкових впливів, які могли утруднити їх «зчитування». «Я знаю, що мені треба остерігатися, щоб не пропустити предмет, – і я роблю його великим. От я говорив вам – слово «яйце». Його легко було не помітити, і я роблю його великим, і притуляю до стіни будинку, і краще освітлюю його ліхтарем.» Збільшення розмірів образів, їх вигідне освітлення, правильна розстановка – все це було першим кроком тієї «ейдотехніки», якою характеризувався другий етап розвитку пам'яті Шерешевського. Другим прийомом було скорочення і символізація образів, до якої Шерешевський не вдавався у ранньому періоді формування його пам'яті, і який став одним з основних прийомів у період його праці професійним мнемоністом. «Раніше, щоб запам'ятати, я мусив увияти собі всю сцену. Тепер мені достатньо взяти якусь умовну деталь. Якщо мені дали слово «вершник», мені достатньо поставити ногу зі шпорою».

Прийом скорочення і символізації привів до третього прийому, який поступово став основним. <...> Одержуючи на сеансах своїх виступів тисячі слів, часто умисно складних і без смислу, Шерешевський був змушений перетворювати ці слова, які нічого не значили для нього, у осмислені образи. Найкоротший шлях до цього – розкладання їх на слідові елементи зі спробою осмислити виокремлений склад, використавши близьку щодо нього асоціацію. До прикладу, треба запам'ятати першу строфу з «Божественної комедії» Данте: “*Nel mezzo del camin di nostra vita*” – *Nel* – я платив членські внески, а там була балерина Нельська. *Mezzo* – меццо – я скрипаль; я поставив поруч скрипалю. *Поруч* – цигарки «Делі». *Поруч*, тут же – камін – це *camin di* – це рука, показує двері. *Nos* – це ніс, людина потрапила носом у двері і прищемила його; *tra* – вона піднімає ногу через поріг, там лежить дитина, це – *vita*, віталізм. Шерешевському влаштували несподівану перевірку утримання в пам'яті цієї строфи через 15 років – він відтворив її безпомилково!

Однак, в його пам'яті функціонували тільки образи, тільки ейдетика. Жодної логіки. Він був вельми слабкий щодо логічної мнемотехніки. Образи й синестезії заважали йому швидко сприймати тексти і розуміти суть не лише задач, а й смисл ситуацій, що описувались.

Шерешевський погано пам'ятав обличчя. Пояснював це так: «Вони такі непостійні. Вони залежать від настрою людини, від моменту зустрічі, вони увесь час змінюються, плутаються за забарвленням, і тому їх так важко зчитувати». Не міг виокремити в обличчях істотні опорні пункти.

Його виключна пам'ять – це його природна індивідуальна особливість. І всі технічні прийоми, які він застосовував, – лиш надбудовувались над нею, долучались до неї.

Забувати Шерешевський зміг тільки тоді, коли цілеспрямовано, зусиллям волі, довільно, вимушено не хотів згадувати.»

### 10.3.2. Мнемічне збереження

**Мнемічне збереження** – утримання запам'ятованої інформації з метою відтворення (згадування) й використання її за необхідності – основна й ключова функція пам'яті.

Цю функцію важко вивчати безпосередньо внаслідок її прихованості у психіці суб'єкта. Тому ефективність мнемічного збереження досліджують і визначають опосередковано – за

показниками мнемічного відтворення. Але, ці показники не вичерпні, не остаточні. Відомо багато випадків, коли людина раптом досконало відтворювала якісь знання, котрі або, ніби, давно забула, або, ніби, не володіла ними взагалі. До прикладу, неосвічена служниця починає в психотичному стані виголошувати складні філософські тексти досконалою давньогрецькою мовою. Подібних випадків виявлено, занотовано й докладно описано – дуже багато. Таке нерідко стається і внаслідок електричної стимуляції деяких ділянок глибоких структурних утворень головного мозку (експерименти У. Пенфілда, Х. Дельгадо та ін.). Гіпноз переконує, що у нашій пам'яті закарбовано й зберігається значно більше, ніж ми можемо свідомо пригадати, відтворити.

До прикладу, у одному з експериментів у помічника аптекаря запитали, скільки видів ліків у аптеці, в якій він працює? Помічник старанно, цілеспрямовано пригадав і назвав біля десяти. Це цілком відповідає середньому об'єму пам'яті людини – усвідомлено пам'ятати те, що вона сприйняла посередництвом зору та/чи слуху, маючи з цим справу, і не мала на меті цілеспрямовано запам'ятати більше. Відтак, цього чоловіка ввели в гіпнотичний стан і запропонували згадати ліки, які він бачив під час роботи. У цій аптеці налічувалось 150 найменувань ліків. Він назвав 147. Не назвав лише три, можливо тому, що не бачив їх.

Ще один вражаючий приклад: старий муляр (вік – 60 років) під гіпнозом з великою точністю правильно описав вигляд окремих цеглин у будинках, які він мурував 20-30 років тому.

Але, суб'єкт не пам'ятає нічого з того, що згадує чи запам'ятовує під гіпнозом, коли його виводять з гіпнотичного стану. До прикладу, загіпнотизовані дуже добре запам'ятовують слова та речення будь-яких (!) іноземних мов, але не можуть згадати жодного з них, після того, як їм наказують «прокинутись». А коли їх знову вводять в гіпнотичний стан, одразу й уповні згадують всі ті слова й речення.

Щоб суб'єкт докладно згадував якийсь минулий період свого життя, необхідно не лише ввести його у гіпнотичний стан, а й нав'язати в цьому стані, що йому тепер стільки років, скільки було тоді. До прикладу, 7 років, якщо має згадати свій 1-й клас у школі. І він не тільки згадуватиме з багатьма виразними й дрібними деталями, що було тоді, а й його почерк зробиться таким, яким був у той час. А якщо загіпнотизованого «перенесено» у дошкільне дитинство, то на прохання написати щось, він щиро відповідає, що



писати ще не вміє, бо йому лише 4 з половиною рочки. Можна гіпнотично нав'язати дорослій особі, що вона народилась добу тому – і рухи її очних яблук одразу стають неузгодженими – рухаються в різні боки, як у новонароджених.

Одному чоловіку нав'язали, що він – доктор Фауст. Його почерк неспізнано змінився, став таким, як писали в добу середньовіччя. Виникає питання: Суб'єкт десь бачив і неусвідомлено запам'ятав, як писали в ту добу? Чи це якісь інші, глибші сліди? Відповідей на ці й подібні питання немає...

Коректні й репрезентативні дослідження мнемічного збереження посередництвом відтворення (пригадування) показують, що у збережених в пам'яті блоках інформації логічно-сміслові зв'язки між ними і між їх фрагментами, здебільшого, домінують над асоціативно-образними. Тобто, матеріал, опрацьований розумово, осмислений з адекватним розумінням, мисленнєво виражений, логічно обґрунтований зберігається довше й краще. Міцність його логічно-сміслових зв'язків, а відтак, ефективність мнемічного збереження, забезпечують так звані смислові вузли – закарбовані у пам'яті суб'єкта основні визначення та дефінітивні характеристики його дискурсу, істотний зміст яких суб'єкт адекватно розуміє.

Своєю чергою, встановлено, що ефективність, надійність, міцність, обсяг мнемічного збереження інформації залежить від тієї мети запам'ятати цю інформацію, яку поставив собі суб'єкт, а відтак, від особливостей його мнемічних зусиль – що, навіщо і як він має зафіксувати й зберігати у своїй пам'яті: докладно всю інформацію чи, принаймні, більший масив її, сутнісні характеристики, ключові позиції в ній, назавжди, протягом якогось певного часу, для здійснення якихось операцій (оперативно) і т. ін. і т. п.. Зрозуміло, що фактори цього процесу – ті самі, що й запам'ятовування (див.: 10.3.1). Найбільш дієвими щодо зміцнення мнемічного збереження інформації є регулярні відтворення її у пам'яті з метою використання у якійсь діяльності чи шляхом цілеспрямованого повторювання.

Цікавим, але недостатньо вивченим феноменом мнемічного збереження, що виявляється у згадуванні (мнемічному відтворенні), є *ремінісценція* (лат. *reminiscentia* – згадування). Сутність цього феномену полягає в тому, що іноді той матеріал, який суб'єкт довільно запам'ятав, через якийсь час (2-3 доби й більше) відтворюється (згадується) ним помітно краще і в

якісному, і в кількісному вимірах (і зміст, і обсяг), ніж одразу після запам'ятовування цього матеріалу, незалежно від емоційного реагування суб'єкта на нього та на процес заучування його. Найчастіше ремінісценція спостерігається у дітей дошкільного і молодшого шкільного віку. Висунуті гіпотетичні пояснення природи ремінісценції: 1. Втома від заучування матеріалу погіршує негайне відтворення його. Протягом якогось часу пам'ять відпочиває від операцій з цим матеріалом, продуктивність мнемічних функцій відновлюється, що виявляється в кращому відтворенні (згадуванні) його. 2. Заучування матеріалу неусвідомлювано, «замасковано», автоматично продовжується ще декілька діб після свідомого припинення суб'єктом цього процесу.

### 10.3.3. Мнемічне відтворення

**Мнемічне відтворення або згадування** – це процес актуалізації запам'ятованої, тобто, збереженої у пам'яті інформації.

Як зазначалось у попередньому параграфі, за показниками мнемічного відтворення (правильності, точності, повноти тощо) визначається результативність запам'ятовування і мнемічного збереження.

Мнемічне відтворення, як і запам'ятовування, поділяють на *мимовільне (невимушене)* і *довільне (вимушене)*.

Насамперед зауважимо, що будь-яке впізнавання об'єктів, представлених у чуттєво-образній інформації, що відображається аналізаторами (органами чуття), являє собою мнемічне відтворення закарбованого у пам'яті суб'єкта, перцептивного досвіду, перцептивних моделей. (Див. 7.3; 7.4.). Це впізнавання може бути як невимушеним, так і вимушеним.

*Мимовільне або невимушене мнемічне відтворення* – це спогади, що виникають під впливом різних факторів, які суб'єкт не завжди рефлексує, тобто, усвідомлює, розуміє, чому він щось спонтанно згадав, внаслідок чого якісь пережиті ним колись ситуації, події, об'єкти, з якими він мав справу, раптом відтворились в його уяві, свідомості. Мовляв, «знанацька чомусь згадалось». Але, ми добре розуміємо, що «само згадується», здебільшого, так чи інакше пов'язане з тим, що нас хвилює, дошкуляє нам, створює проблеми, які треба вирішувати, або навпаки, з тим, що тішить нас, звеселяє, надихає, що приємно згадати й постійно згадувати. У зв'язку з цим

зрозуміло, що чинниками мимовільних спогадів є всі види асоціацій (див.: 8.3.; 8.5.).

Найбільш сприятливі умови щодо невимушеного мнемічного відтворення: відносна бездіяльність (слухання беззмістовної та/чи нудної промови або лекції, на якій неможливо зосередитись), незайнятість (пасажир у транспорті, очікування в черзі або прибуття когось/чогось тощо); так званий пасивний відпочинок на дозвіллі, релаксація (*лат. relaxatio – полегшення, розслаблення*), зокрема, в стані засинання та прокидання і т. ін.

Під впливом бажань, мрій мимовільні спогади нерідко трансформуються у фантазування – уявне створення з минулого, що згадується, бажаного теперішнього, омріяного майбутнього тощо.

*Довільне або вимушене мнемічне відтворення* – це цілеспрямоване згадування за допомогою вольових та розумових зусиль, тобто, пошук у колись збереженому в пам'яті матеріалі необхідних на даний час положень, концептів, суджень, визначень, термінів та інших назв, чуттєвих образів, рухів, дій і т. ін. та видобування їх звідти – актуалізація в свідомості. Нерідко здійснити це досить важко. К. Д. Ушинський слушно зауважив, що «довільне згадування – це праця, і праця нелегка». Нерідко доводиться «хапатись» за якусь окрему ознаку об'єкта довільного мнемічного відтворення, яку вдалось згадати, за якийсь натяк, щось подібне тощо. До прикладу, в оповіданні відомого російського письменника А. П. Чехова «Лошадіная фамілія» (Коняче прізвище) герой намагається згадати прізвище необхідної йому особи. Він пам'ятає лиш єдину «зачіпку» – в цьому прізвищі є щось, пов'язане з кіньми, щось коняче. За допомогою інших осіб цей герой перебирає десятки прізвищ, у яких так чи інакше фігурують коні, кобили, жеребці, лошаки тощо. Врешті-решт вдалось-таки згадати, що прізвище тієї особи – Овсов. (Овес – найкраща їжа для коней.)

Здебільшого, ефективність відтермінованого мнемічного відтворення за якісними і кількісними показниками прямо пропорційно гірша щодо часу відтермінування – чим більше часу минуло між запам'ятовуванням інформації та відтворенням її, тим гірші ці показники, що зумовлюється забуванням.

Внаслідок психологічних труднощів мнемічного відтворення, не вдається розробити більш-менш ефективні мнемонічні засоби й прийоми, мнемотехніки, котрі б сприяли як полегшенню, так і

ефективності цього процесу, зокрема, використати з цією метою ремінісценцію (див.: 10.3.2.).

Специфічним феноменом власне мнемічного відтворення є «Дежа в'ю» (франц. *d'éja vu* – *колись я це вже бачив, це вже колись було*). Якщо воно справді дежа в'ю (колись воно дійсно було), то це – норма. Відтак, суб'єкт може згадати, де і коли саме він це сприймав. Якщо ж йому тільки здається, що вже було, а насправді – ні, то це розлад пам'яті, який називається *парамнезія* (грец. *para* – *біля і mnesia* – *спогад*). Від парамнезії необхідно відрізнити *криптомнезію* (грец. *kryptos* – *таємний, прихований*) – порушення пам'яті, що виявляється у втраті суб'єктом спроможності відрізнити спогади про дійсно, реально здійснене, пережите ним самим від інформації, у той чи інший спосіб одержаної від інших, та від побаченого у своїх сновидіннях. В межах норми криптомнезія виявляється у впевненості суб'єкта, що йому належать ті чи інші ідеї, жарти, меседжі, що це він самотужки до них додумався і їх висловив, хоча насправді, почув їх від інших і запам'ятав, але забув про це «запозичення».

#### 10.3.4. Забування

**Забування** – це згасання, стирання мнемічних слідів, тобто, втрата, нівелювання інформації, яка була запам'ятована і зберігалась у пам'яті.

Забування зумовлюється низкою об'єктивних і суб'єктивних факторів, з яких у межах норми основними є: 1) значущість запам'ятованої інформації для суб'єкта; 2) тривалість її збереження у його пам'яті.

Так, німецький психолог Герман Еббінгауз (1850–1909), який заснував експериментальні дослідження пам'яті, встановив, що найшвидше і найбільш інтенсивне забування – одразу після заучування матеріалу, в перші години. Відтак, цей процес поступово сповільнюється. Через 2 доби в пам'яті залишається в середньому 28% завченого матеріалу. Цей показник зберігається протягом приблизно 30 діб. Але, все це стосується суто механічного запам'ятовування – у своїх дослідях Г. Еббінгауз використовував сполучення букв, у яких не було змісту (псевдо-склади).

Подальші чисельні дослідження (П'єрон, Лу, Петерсон та ін.) показали, що забування прямо пропорційно залежить від обсягу того матеріалу, який досліджувані запам'ятовували, – зі збільшенням

кількісного навантаження пам'яті, обсяг інформації, що забувається, зростає, особливо, у перші години й дні після заучування, що, загалом, відповідає закономірностям, виявленим Г.Еббінгаузом. З цього випливає важливий практичний висновок – конче необхідно визначати оптимальні норми матеріалу, що мнемічно опрацьовується, в кожному окремому випадку.

Відтак, було доведено, що інтелектуально-мисленнєве опрацювання інформації, спрямоване на розуміння її істотних, сутнісних положень, і засноване на цьому логічно-смісловому, систематизованому запам'ятовуванні її потужно сповільнюють процес забування (створення смислових опорних пунктів (див.: 10.3.1.) і смислових вузлів (див.: 10.3.2.)). Ще дужче цей процес сповільнюється, якщо застосовуються ефективні мнемонічні (мнемотехнічні) засоби й прийоми. (Див.: 10.3.2.).

Відповідні експерименти показали, що найбільш інтенсивно забувається неважливе й небажане для суб'єкта і несистематизований, фрагментарний (пошматований, поділений на логічно не пов'язані, розрізнені за змістом і формою, ізольовані шматки), хаотичний матеріал. Найдужче стимулюють забування матеріалу, який довільно запам'ятовується: розумова втома; інтоксикація продуктами метаболізму патогенних мікроорганізмів, харчовими чи неорганічними отрутами; розгубленість, стривоженість, побоювання не впоратись.

Встановлено, що забування учнями матеріалу, який вони належним чином, тобто, на основі усвідомлення його значущості для них і розуміння його істотного змісту, довільно запам'ятали в процесі навчання, загалом відбувається таким чином: поступово зменшується обсяг довільного відтворення цього матеріалу за рахунок другорядних деталей, згодом з'являється все більше пропущених, втрачених суттєвих фрагментів і помилок-спотворень важливих положень аж до цілковитої неспроможності згадати хоча б те, чого ці положення стосуються. Зрозуміло, що ця закономірність забування вимагає повторного заучування такого забутого матеріалу, здебільшого, неодноразового. Ремінісценція не грає в цих процесах жодної помітної ролі (див.: 10.3.2.).

Згідно з Зігмундом Фройдом, забування, пов'язане зі стосунками, взаєминами, ставленнями до людей загалом і до конкретних осіб зокрема, тощо, здебільшого, зумовлюється несвідомими чинниками.

Нагадаємо, що *несвідома сфера психіки людини*, за З. Фройдом, являє собою «глибоке» й «темне» сховище тих потягів, потреб,

бажань, фантазій, мрій, знань суб'єкта, зміст яких радикально (докорінно) суперечить його самосвідомості (знанням про себе і самооцінці та ставленню до себе) і цим загрожує їй руйнаціями, через що є неприйнятним для нього. Самосвідомість рятується від таких руйнацій за допомогою захисних психічних механізмів, які працюють на *несвідомому рівні*, – вони *витісняють* цей загрозовий зміст у несвідому сферу психіки суб'єкта і *утримують* там (сам він не знає про їх вплив на його психіку, незалежно від його знань про такі механізми). (Див.: 2.5.; 18.5.). Тобто, суб'єкт *забуває, не пам'ятає* неприйнятне для нього.

На основі психоаналітичного вивчення великого масиву відповідних емпіричних матеріалів, З. Фройд дійшов висновку, що схильність до забування неприємного носить всезагальний характер. Мовляв, і в невротиків, і в осіб зі здоровою психікою можна знайти чисельні прояви того факту, що спогади про неприємне, психологічно важке, гнітюче, небажане тощо для суб'єкта ніби наштовхуються на якусь перепону.

В поведженні невротиків така перепона виявляється виразно й інтенсивно, як їхнє «...*стихийне прагнення чинити опір* спогадам про ті свої потяги й бажання у певних ситуаціях, котрі травмують їх психіку і руйнують їхнє «Я». З цим прагненням можна порівняти лиш рефлекс втечі від болючих подразнень. Породжений ним опір витісняє такі спогади у їхнє несвідоме, але не стирає, не знищує їх, а утримує там. Саме ці витіснені, однак, не знищені спогади, згідно з З. Фройдом, є основним чинником симптомів істерії.

*Немає ні можливості, ні потреби розглядати в загально-психологічному контексті процесу забування істеричні симптоми, зумовлені витісненими спогадами. Ця та інша психоаналітична тематика висвітлюється в інших навчальних курсах. (Див.: № 36. 9.1.; 9.3. і № 37. 9.1.; 9.3. у списку літ-ри до Частини III.) Тут доречно розкрити сутність психоаналітичного тлумачення забування, пов'язаного зі ставленнями та стосунками осіб зі здоровою психікою – не невротиків.*

Творець психоаналізу розповів: «...Зі мною трапився майже неймовірний випадок забування. Я переглядаю 1-го січня свою лікарську книгу, щоб виписати гонорарні рахунки, зустрічаюсь в рубриці червня місяця з іменем М-ль і не можу згадати відповідної особи. Мій подив зростає, коли я, гортаючи книгу далі, помічаю, що лікував цього хворого в санаторії і що протягом декількох тижнів я відвідував його щоденно. Лікар не забуває хворого, з яким працює так

багато, через якихось півроку. Я питаю себе: хто б це міг бути – паралітик, нецікавий випадок? Нарешті, відмітка про одержання гонорару якимось чином нагадала мені те, що намагалось зникнути з пам'яті. М-ль була 14-літня дівчина, найбільш помітний випадок у моїй практиці за останні роки; він послужив мені уроком, який я навряд чи забуду, бо фінал його змусив мене пережити не одну годину страждань. Дівчина захворіла на безсумнівну істерію, яка під впливом мого лікування продемонструвала швидко й ґрунтовне покращення. Після цього покращення батьки взяли від мене дівчину, хоча вона ще скаржилась на болі в животі, яким належала головна роль в загальній картині істеричних симптомів. Два місяці потому вона померла від саркоми черевних залоз. Істерія, до якої дівчина була схильна, скористалась утворенням пухлини як провокуючою причиною, я був засліплений її «галасливими», але «невинними» проявами і не помітив перших ознак невиліковної хвороби, що підкралась.

Неправильним було б заперечувати, що, навпаки, здебільшого неможливо позбутися обтяжливих спогадів, які переслідують нас, відігнати такі важкі афекти, як сором, каяття, докори сумління, муки совісті. Ми і не стверджуємо, що ця тенденція захисту виявляється скрізь спроможною перемогти, що вона не може у грі психічних сил наштовхнутись на фактори, котрі стремлять з інших мотивів до протилежної мети і досягають її всупереч цій тенденції. Архітектоніка душевного апарату будується, наскільки можна здогадуватись, за принципом шарів, інстанцій, які розташовуються одна над іншою, отож цілком можливо, що прагнення захисту відноситься до нижчої психічної інстанції та паралізується іншими, вищими. Однак, якщо ми можемо звести до цієї тенденції захисту такі явища, як випадки мотивованого забування, то це вже говорить про її існування та про її силу. <...>

Висвітлена тут точка зору, яка вбачає у дошкульних спогадах особливу схильність підлягати мотивованому забуванню, заслуговує застосування в багатьох галузях, у яких вона дотепер ще не знайшла собі визнання, або якщо й знайшла, то дуже незначною мірою. Так, мені здається, що вона не належним чином враховується в оцінках свідчень свідків у суді, притім, приведенню свідка до присяги приписується надто великий очищуючий вплив на гру психічних сил. Той факт, що при вивченні походження традицій та історичних переказів з життя народів доводиться рахуватися з подібним мотивом, який стремить витравити спогади про все те, що є дошкульно-неприємним, обтяжливо-принизливим

для національно-патріотичного почуття, визнається всіма. Можливо, більш ретельне вивчення встановило б цілковиту аналогію між тим, як складаються історичні перекази, і тим, як утворюються спогади дитинства окремого індивіда. <...>

Намір – це вже схвалена і прийнята спонука до певних дій, виконання яких відсунуте на певний час (до створення сприятливих умов тощо). Суб'єкт може не виконати свій намір або внаслідок об'єктивних причин, або тому, що протягом цього часу він його свідомо переглянув і скасував, або тому, що забув про нього. Забування намірів, з яким ми зустрічаємось щодня у різних ситуаціях, ми, зазвичай, навіть не намагаємось хоч якось пояснити (мовляв, просто забулось та й годі), або вигадуємо щось на кшталт відволікання уваги актуальними справами, упущенням («проколом») пам'яті тощо. <...>

У життєвих випадках двох видів навіть дилетант усвідомлює, що забування намірів не можна розглядати як елементарний феномен, який не піддається подальшому розкладанню, тому що воно зумовлюється певною прихованою спонукою. Йдеться про любовні взаємини та військову службу. Коханець, який не прийшов на побачення, даремно буде виправдовуватись перед своєю дамою тим, що він, на його превеликий жаль, забув про те, що вони домовились про цю зустріч. Вона неодмінно відповість йому: «Рік тому ти б не забув. Ти мене більше не кохаєш». Якщо він спробує апелювати до величезної кількості справ, які останнім часом навалились на його бідну голову, тощо, то досягне лиш того, що його дама стане проникливою, немов психоаналітик, і зауважить: «Як дивно, що таких ділових перешкод не було раніше». Тобто, вона не сумнівається, що її коханець дійсно забув про побачення, вона лиш слушно вважає, що з ніби ненавмисного забування можна зробити той самий висновок про небажання зробити те, що забулось, як і зі свідомого ухиляння від цієї справи.

Подібним чином і у військовій службі відмінність між упущенням внаслідок забудькуватості та упущенням свідомим принципово ігнорується – і це правильно й справедливо. Вояку не можна забувати нічого з того, що вимагає від нього служба. І якщо він все ж забуває, то тільки тому, що забуті ним вимоги служби не важливі, незначущі для нього, що нічим не краще, ніж свідоме нехтування ними.»

Забування намірів, обіцянок і обов'язків не лише в любовних взаєминах та у військовій службі, а й в усіх сферах і формах



життєдіяльності та стосунків, згідного з З. Фройдом, однозначно означає, що суб'єкт ставиться до них неприпустимо легковажно, тобто, як до мало значущого. Адже жодна людина не забуде виконати те, що вона сама вважає пріоритетно важливим, значущим для себе самої, не викликаючи цим підозріння щодо появи у неї психічного розладу.

Відтак, забування виконувати обіцянки слід пояснювати легковажним і зневажливим ставленням суб'єкта до тих, кому він пообіцяв зробити щось, допомогти в чомусь тощо. Лиш той, хто обіцяє і забуває виконати обіцяне, вважає, що така забудькуватість пом'якшує його провину. Мовляв, адже я щиро хотів зробити те, що обіцяв, але чомусь вчасно не згадав про це, мені дуже ніяково... Але якщо той, котрий просив, достатньо розумний, то він правильно розуміє суть справи: цей тип не зацікавлений зробити для мене те, що обіцяв, інакше він не забув би.

Є особи, котрі створили собі репутацію забудьків, і їм поблажливо пробачають цю ваду, як короткозорим вибачають те, що вони не вітаються зі знайомими на вулиці, бо не можуть розгледіти і впізнати їх. Такі особи «великодушно» дозволяють собі забувати, принаймні, чимало своїх обіцянок, виконати дані їм доручення тощо. Тобто, вони є ненадійними в справах зі всіма негативними наслідками, що випливають з цього. Але самі вони всіма можливими для них засобами й способами добиваються, так чи інакше вимагають, щоб інші не вважали їхню забудькуватість, а відтак, ненадійність поганими рисами характеру, зневажливою недобропорядністю, а зводили її до обмеженості у них суто мнемічних спроможностей на рівні нейрофізіологічних процесів тощо. Однак, справжня причина забудькуватості таких суб'єктів – глибока байдужість, зневага й презирство до тих людей, на яких поширюється ця їхня риса. З цим цілком узгоджується той факт, що такі забудьки, зазвичай, вельми злопам'ятні. Вони добре пам'ятають всі неприємності, навіть невеликі й випадкові, яких завдали їм інші люди, і з садистським вдовленням плекають у своїх недоброчинливих душах ненависть до цих людей.

В інших випадках справжні мотиви забування не так легко виявити, тому знайдене правильне розуміння їх може викликати немалий подив. «Так, я помітив у минулі роки, – пише З. Фройд, – що за великої кількості візитів до хворих, я, якщо забуваю про якийсь візит, то лиш про безкоштовного пацієнта або про відвідування колегиї. Мені було соромно через це, і я привчив себе

відзначати собі ще вранці всі візити, які маю нанести протягом дня. Не знаю, чи прийшли інші лікарі цим шляхом до такої звички. <...> Я торкнувся забувань, властивих більшості здорових дорослих людей з тих, котрих я добре знаю, і щиро признаюсь, що я сам, особливо в минулі роки, дуже легко і на дуже тривалий час забував повернути книги, які позичив, чи те, що мені з особливою легкістю доводилось внаслідок забудькуватості відкладати виплату грошей. Нещодавно якось вранці я пішов з тютюнової крамниці, у якій зробив собі свій запас сигар на той день, не розрахувавшись. Це було цілком невинне упущення, тому що мене там знають, відтак, я можу сподіватись, що наступного дня мені нагадають про борг. Але на загал, навіть у так званих порядних людей можна легко виявити сліди певного подвійного ставлення до таких предметів, як гроші і власність. Та примітивна жадібність, з якою грудне немовля прагне оволодіти всіма об'єктами (щоб запхати їх собі в рот), можливо лиш у недосконалій степені паралізувалось культурою і вихованням. <...> Є влучна німецька приказка, у якій висловлено абсолютну істину, що забування чогось ніколи не буває випадковим.»

Завершимо цей розділ твердженням П.-М.-Ф. Жане: «У дитини пам'ять з'являється у віці від трьох до чотирьох років <...>. Як на початку нашого життя, так і наприкінці його є періоди, коли ми ще або вже не володіємо пам'яттю <...>. Існує багато хвороб, з якими пов'язані втрати пам'яті (зокрема, сомнамбулізм, алкоголізм, епілесія, одним з симптомів якої є розумовий автоматизм – в цьому стані хворі поводяться дуже дивно, безглуздо, можуть скоїти жахливі злочини, але у них не залишається жодних спогадів про це, та ін. – В. М.). Лікарі називають їх загальним терміном «амнезія» <...>. Це – форма забування. Отже, слово «амнезія» може стосуватися лиш істоти, спроможної пам'ятати. Я ж гадаю, що є й інша хвороба <...>, яка триває перших три або чотири роки у дітей і може знову з'явитись у старих. Цю хворобу слід було б назвати іншим словом: амнемозія (відсутність пам'яті).» Чимало фактів незаперечно свідчать, що амнемозія, як цілковите припинення мнемічних функцій і процесів внаслідок хвороб та екстирпацій головного мозку, існує.

## Контрольні запитання та завдання

1. Обґрунтуйте функціональне тлумачення сутності пам'яті.
2. Охарактеризуйте критерії поділу пам'яті на види.
3. Висвітліть змістові характеристики видів пам'яті за модальністю відчуттів (зорової, слухової тощо) та за домінуючою психічною модальністю інформації, яка запам'ятовується (чуттєво-образної, словесно-логічної та ін.).
4. Що таке довільна й мимовільна (вимушена й невимушена) пам'ять?
5. Розкрийте сутнісні властивості оперативної, короткотривалої і довготривалої пам'яті.
6. Охарактеризуйте процес запам'ятовування та його види.
7. Поясніть, що таке мнемічне збереження та фактори, які впливають на його ефективність.
8. Що таке ремінісценція?
9. Що таке мнемічне відтворення?
10. Що таке парамнезія, криптомнезія, амнезія, амнемозія?
11. Що таке забування і від чого залежать його якісні та кількісні показники?
12. Розкрийте сутність тлумачень забування й забудькуватості З. Фройдом.

## ЕМОЦІЙНІ ПРОЦЕСИ І СТАНИ

Нагадаємо, що основним завданням усіх психотерапевтів (*грец. psychē – душа і therapeia – лікування, догляд*) усіх часів і народів – від архаїчних шаманів до наймодерніших психоаналітиків з гонорарами від 300\$ за годину – було, є і буде – допомогти клієнтам здолати негативно забарвлені, важкі, мордуючі, виснажливі психічно й фізично, патогенні (*грец. pathos – біль, страждання, хвороба і genos – рід, походження*) емоційні переживання: тривогу, страх, тугу, горе, відчай, сором, гнів, злобу і т. ін. А натомість стимулювати позитивно забарвлені, оптимістичні, цілющі для душі й тіла, саногенні (*грец. sanos – здоров'я і genos – рід, походження*): радість, звеселення, суб'єктно приємне зацікавлення, які інтегруються у вдоволенні, душевному спокої, піднесенні, почуванні благополуччя.

Нагадаємо також, що згідно з модерною стратегією Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), загальне здоров'я особистості (персона) – це не лише відсутність у неї душевних і соматичних (психічних і тілесних) захворювань, розладів, а й стан благополуччя, тобто, позитивно забарвлене емоційне самопочування (спокій, умиротворення завдяки вдоволенню собою, вдячна втіха, світла радість, життєдайний оптимізм тощо). Логіка цієї стратегії вказує, що сталий позитивно забарвлений, приємний емоційний стан – це ключовий сенс життя людини. Саме цей стан інтегрує (*лат. integer – цілісний*) усі наші життєві смисли, сповнює їх життєвою наснагою. Адже насправді важливо не те, що ми маємо чи не маємо, а те, як ми до цього ставимось. Тобто, радість воно нам приносить, чи ні, тішить чи не тішить, робить нас щаслими чи ні тощо. Іншими словами, можна мати і величезні статки, і височезний соціальний статус, і бути нещасним. І навпаки в усіх цих вимірах. Зауважимо, що йдеться не про будь-яку насолоду, приємний емоційний стан, не про всіляке вдоволення, незалежні від їх умов і чинників (*див.: 11.3*).

Невротик, згідно з видатним німецько-американським психологом Еріком Фроммом (1900–1980), це той суб'єкт, який сам не живе, й іншим не дає, тобто, «марудить», «нудить світом», ніщо його не тішить, а навпаки, все «нервує» – викликає негативно забарвлені, неприємні, обтяжливі для нього емоційні переживання тощо, а відтак, свідомо, цілеспрямовано і несвідомо,

«невимушено», спонтанно «грузить» оточуючих людей своїм негативом, індукує на інших свої невропатичні емоційні переживання. Від цього йому стає трішки легше на душі.

Наведені положення показують, що *модальність емоційних (лат. *emovere* – хвилювати) переживань – це почування суб'єкта у межах дихотомії «приємно-неприємно», «вдоволення-невдоволення», «радість-смуток» «насолода-страждання» тощо.*

Базовий психологічний чинник емоційних переживань – реалізація мотиваційних спонук, а саме, задоволення потреб, бажань, досягнення мети, здійснення мрій тощо. Притім зауважимо, що мотиваційні спонуки пов'язані як з міркуваннями об'єктивної необхідності, корисності, доцільності, доречності і т. ін., так і з суб'єктивним вдоволенням, зокрема, зі шкідливими, згубними, руйнівними потягами, схильностями, залежностями. Тобто, не все те приємне для суб'єкта, якого він прагне, є корисним для його тіла та/чи душі, як і не все корисне йому є для нього приємним.

## ***11.1. Емоція. Афект. Настрій***

Нагадаємо, що центрами емоційних почувань у головному мозку людини і, принаймні, абсолютної більшості видів хордових (хребетних) тварин є ділянки, названі дослідниками «Рай» і «Пекло» (Дж. Олдс) або «Старт-Зона» і «Стоп-Зона» (Дж. Ліллі). Подразнення (збудження) «Раю» викликає насолоду, інтенсивне вдоволення, насичений приємний стан; «Пекла» – душевні страждання, біль, муку. Значні частини цих мозкових ділянок пов'язані з органічними процесами – харчуванням, їжею і розмноженням, сексом. Але найінтенсивніша насолода, навіть у щурів та інших видів тварин, не кажучи вже про людей, не пов'язана з жодним органічним процесом. Це – якась «чиста» насолода. (Див.: 4.3.). Можливо, що саме вона є психофізіологічною основою, з одного боку, згубної ейфорії від наркотиків та інших психотропних речовин (див.: 4.5.), з іншого, вищих почуттів: морально-етичних, патріотичних, естетичних, релігійних тощо (див.: 11.4.)

Периферійний нейро-фізіологічний регулятор емоційних переживань – *вегетативна нервова система, яку поділяють на симпатичну і парасимпатичну (грец. *para* – біля, суміжно, і *sympatheia* – співзвучність, прихильність, привабливість).*

Парасимпатична бере участь у стимулюванні та забезпеченні перебігу позитивно забарвлених, приємних емоційних процесів і станів, симпатична – у регуляції всього комплексу емоційних реакцій, пов'язаних з самозахистом, розмноженням і травленням.

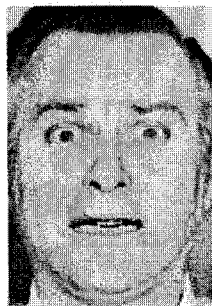
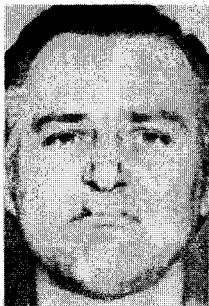
Нагадаємо, що найпростіші емоційні феномени – це емоційні тони відчуттів, ті емоційні реакції, котрі з'являються разом з відчуттями. Серед них чимало сталих – тих, що виникають практично в усіх людей. До прикладу, неприємними є запахи мертвечини, меркаптанів, дисонансні сполучення звуків, «слизькі» холодні дотики; приємними – запахи якісної їжі, співи пташок, м'які, сухі й теплі дотики. (Див.: 6.3.).

У центрі Якобсона, який знаходиться в носовій порожнині і реагує на підпорогові (такі, що не рефлексуються свідомо, не усвідомлюються) запахи гормонів осіб протилежної статі, зароджується складний комплекс емоційних переживань – кохання. Чим інтенсивніший *приємний емоційний тон* цього підпорогового відчуття, тим дужчий сексуальний потяг до особи з цим ароматом, а відтак, закоханість в неї/в нього. Тобто, бурхливе кохання виникає не стільки з першого погляду (що також починається з позитивно забарвленого емоційного тону зорових відчуттів), скільки з першого «нюху», з першої «понюшки».

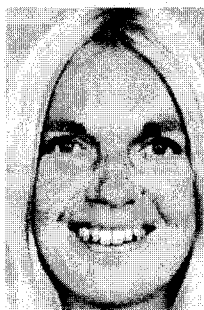
Базовий, основний емоційний феномен – власне емоції.

**Емоції** (лат. *emoveo* – хвилюю) – психічні реакції, процеси, стани, які функціонують у межах дихотомійної модальності «приємно-неприємно» (вдоволення-невдоволення, насолода-страждання тощо). Наукова назва «приємного» боку цієї дихотомії – позитивне емоційне забарвлення, «неприємного» – негативне емоційне забарвлення.

Основні, базисні, фундаментальні емоції, згідно з відомим американським дослідником емоційних феноменів Керолом Елліасом Ізардом (народж. – 1923), це: 1) радість, веселість – позитивно забарвлена, приємна; 2) здивування, подив може бути і приємним, і неприємним; 3) страх, жах, 4) злість, гнів, лють, 5) огида, відраза, 6) сум, печаль – в усіх 4-х домінує негативне забарвлення. (Мімічні вирази цих емоцій – див.: Рис. 1). Поряд з базисними, К. Ізард виокремив ще й самостійні емоції: 1) інтерес – забарвлений, здебільшого, позитивно, 2) душевну муку, страждання і 3) сором – негативно забарвлені, неприємні. Різноманітні поєднання цих дев'яти емоцій утворюють всю неосяжну палітру розмаїтих емоційних переживань людини.



*Здивування, подив Огида, відраза Страх, жах*



*Радість, веселість Злість, гнів, лють Сум, печаль*

*Рисунок 1.*

Емоції поділяють, класифікують за різними критеріями. Перший і основний поділ – на позитивно й негативно забарвлені. Скорочено кажуть і пишуть – позитивні й негативні.

Наступний важливий поділ емоцій – на стенічні й астенічні (*грец. a – не, заперечення і sthenos – сила*). Стенічні стимулюють життєву наснагу, життєдайну силу, енергію, надихають до активної діяльності і т. ін. Астенічні, навпаки, знижують життєвий тонус, розхолоджують, дезорганізують. Вочевидь, що і стенічними, і астенічними можуть бути і позитивно забарвлені, і негативно забарвлені емоції. В кожному окремому випадку – свої, неповторні особливості такого стимулювання, мобілізації зусиль чи знесилення суб'єкта тощо.

Найбільш потужно активують суб'єкта і спонукають його до негайних дій ті емоційні реакції, які досягають рівня афекту.

**Афект** (лат. *affectus* – хвилювання, пристрасть) – вельми інтенсивний, вибуховий емоційний процес, що швидко розгортається, бурливо перебігає, завдає значних деструктивних змін спроможності суб'єкта адекватно й критично осмислювати ситуацію, пов'язану з афективною реакцією, його вольовому контролю за своїми реакціями, діями, вчинками (самоконтролю, самоволодінню), спричиняє помітні зміни у функціонуванні організму.

Образно й коротко кажучи, якщо емоція – це душевне хвилювання, то афект – душевна буря. За змістом афекти бувають різними: лють, гнів, жах, відчай, екстаз (емоції – веселість, радість) та ін.

**Екстаз** (грец. *extasis* – захват, захоплення) – найвищий ступінь захоплення, що може сягнути стану несамовитості (відособлення від реальності). Згідно з відомим психіатром П. Б. Ганнушкіним: «Екстаз є переживанням надто високого блаженства, пов'язаного з почуванням розчинення свого «Я» та віддання самого себе у владу улюбленої чи вищої істоти.»

Негативно забарвлений афект може розрядитись у руйнівні й злочинні дії: убивства, калічення, зокрема, самого себе, нищення предметів тощо. Зауважимо, якщо психологічна експертиза встановила, що делінквентні (лат. *delinquens* – правопорушник) дії, тобто, злочин скоєно в стані афекту, то це, здебільшого, суттєво пом'якшує покарання суб'єкта. Але, якщо афект «підігрітий» алкоголем або іншими психотропними речовинами, то кара, навпаки, має бути значно більш суворою.

Афект, зазвичай, короткотривалий процес, який досить швидко змінюється інтенсивним, цілковитим знесиленням (астенія), нездоланною втомою, «розбитістю» усього тіла, знерухомленістю і апатією (грец. *apathia* – байдужість, емоційна нечутливість), а відтак, глибоким, незворушним заспокоєнням і сонливістю. Цей стан називають **афективним шоком**.

Зовнішніми проявами, ознаками афекту люті-гніву на стадії збудження є енергійні хаотичні рухи, інтенсивний блиск очей, «спопеляючий» погляд, почервоніння обличчя або, навпаки, помутніння зору і смертельна блідість. Афекту жаху – заціпеніння з застиглим мімічним виразом цієї емоції на обличчі, що може раптом змінитись хаотичними спробами сховатись або втекти. В стані афективного відчаю людина або «заламує руки», інтенсивно й напружено пересувається, бо «не в силах всидіти на місці, не те



що влєжати», жалїбно стогне та/або моторошно кричить. Може раптово заціпенїти – застигнути в нерухомїй позї, здебільшого сидячи. Рїдше – одразу ціпенїє, вїд початку цього афекту.

Але, не лише афекти, а й інші вїдносно їнтенсивнї емоційнї переживання спричиняють низку вегетативних змін в організмі та жваву експресїю: мїміку (вирази обличчя), пантомїміку (рухи тїла), вокативнї (голосовї) реакції. На піку їнтенсивностї таких змін здїймається «вегетативна буря» – швидкї й помїтнї зрушення у функціонуванні внутрішніх органів, що виявляється майже в усїх проявах та показниках життєдїяльностї організму. Насамперед, активується ендокринна система, що прискорює серцебиття – здається, що серце «рветься з грудей», так шалено воно колотиться, однак, може раптом завмерти, аж «дух перехопить». Вїдтак, збільшується швидкїсть кровообїгу, підвищується артеріальний тиск, який може раптово й рїзко впасти. Вїдповїдно, обличчя або наливається кров'ю, червонїє, або блїдне, кидає або в жар, або в холод. «Серце пішло в п'яти» – насправдї це опускається шлунок, гальмується травлення, про що «їнформує» урчання в животї. Пересихає в ротї. Помїтно посилюється потовидїлення, найбільше пїтнїють долонї. Розширюються або звужуються зїниці ока. В усьому тїлі – тремор, найдужче тремтять руки й голос. Проходить хвилями або стабілізується пилomotorна реакція – «гусяча шкіра».

Характернї прояви жвавої експресїї: їнтенсивна мїміка того емоційного стану, у якому перебуває суб'єкт; стискання кулакїв; хапання за голову; збудженї хаотичнї рухи – суб'єкт бїгає, сїдає, одразу встає і знов починає бїгати, або, навпаки, ціпенїє, «камянїє» чи знемагає так, що аж «пїдкошуються ноги»; мимовїльнї вигуки, ойкання, зїтхання, нестримний плач або смїх; нестримне й швидке говорїння або, навпаки, «вїднїмає мову».

Зауважимо, що їснують національно-культурнї особливостї емоційної експресїї, зокрема, помїтно вїдмїннї мїж собою. До прикладу, широко розплющенї очї у європейців – це мїмічний вираз подиву; у китайців та їнших азїатських народів – невдоволення. А подив у них – висолоплений язик. Ми чуємо за вухом чи щоку у станї збентеження та несподїваного здивування. У азїатів – це прояв вдоволення, радостї, щастя. На радощах ми плєскаємо в долонї. У китайців це – експресїя прикрої стурбованостї, розчарування. Ми виявляємо свою любов, нїжнїсть, прихильнїсть тим, що цілуємо, обнїмаємо, гладимо об'єкти цих

позитивних емоційних ставлень. Масаї (народність в Африці) плюють в обличчя своїм коханим, любимим і тим кого глибоко поважають, перед ким благоговіють. У нас таке плювання – вияв огиди, глибокого презирства і зневаги.

Якась емоція або комплекс тих чи інших емоцій може протягом відносно тривалого часу домінувати у психіці суб'єкта, тобто, утворювати *емоційний стан*. До прикладу: страх, тривога, душевна мука та інші важкі емоційні переживання – стан депресії (лат. *depressio* – придушення, пригнічення від *deprimo* – пригнічувати, придушувати); страждання розпачу, відчаю – стан фрустрації; інтенсивна радість, веселість – стан ейфорії (грец. *eu* – добре і *phoreo* – переносити, почуватись).

Не інтенсивні, помірні, здебільшого не обтяжливі, а нерідко й майже непомітні для суб'єкта емоційні стани називаються *настроями*.

**Настрій** – відносно тривалий і сталий не інтенсивний емоційний стан, який емоційно забарвлює всю життєдіяльність суб'єкта.

Загальновідомий поділ настроїв – на хороші й погані, що відповідає позитивній, приємній та негативній, неприємній емоційній забарвленості. Змістом настроїв є ті емоції, які в них домінують. До прикладу: радісно-піднесений; пожвавлено-веселий, захоплено-зацікавлений; полохливо-тривожний; нудотно-сумний, тужливо-апатичний, скептично-песимістично-апатичний; незворушно-спокійний; дратівливо-злостиво-агресивний і т. ін.

Настрої спричиняються ендогенними (грец. *endon* – всередині і *genēs* – народжений) та екзогенними (грец. *exo* – ззовні і *genēs* – народжений) факторами. Перші – це певні особливості функціонування організму в цілому та його окремих органів. Так, першим сигналом початку серйозного патологічного ураження організму, зазвичай, є поганий настрій, переважно тривожно-тужливий, для появи якого у суб'єкта немає жодних інших причин.

Базовим і визначальним ендогенним фактором емоцій є функціонування медіаторних систем головного мозку, які продукують речовини гормональної природи, котрі зумовлюють переважно позитивну чи переважно негативну забарвленість емоційних процесів і станів суб'єкта: *серотонін-ергічної, моноамінергічної, ГАМК-ергічної (гамма-аміно-масляної кислоти)*. Продукт першої – серотонін – називають гормоном щастя. Це

означає, що достатня кількість цієї речовини в межах норми стимулює і підтримує загалом хороше, позитивно забарвлене емоційне самопочування. Його надлишок – надмірну ейфорію, недостатня кількість – почування депресивно-гнітючого характеру, що може сягнути рівня нестерпного душевного болю, який, згідно з видатним суїцидологом (англ. *suicide* – самогубство) Шнейдеманом, є основним фактором непатологічного самогубства, тобто, скоєного людиною, психічні функції якої не зруйновані і не спотворені психозом.

Функціонування цих медіаторних систем та інших ендогенних регуляторів емоційних процесів у представників різних типів темпераменту та конституційно-антропометричних типів особистості помітно відрізняються між собою. Це виявляється в тому, що в межах кожного з цих типів домінують, переважають певні емоційні стани, реакції. До прикладу: у сангвіників – інтенсивна веселість, життєрадісність, настрої – приємно-піднесені; у меланхоліків – інтенсивна похмурість, настрої – тривожно-пригнічені; у холериків – менш інтенсивна запальність, настрої – дратівливо-злостиві; у флегматиків – менш інтенсивна стриманість, настрої – незворушно-вдоволено-спокійні. (Див.: 14.1.; 14.2.; 15.2.2.; 15.2.3.; 15.3.; 15.4.1.; 15.5.).

Серед екзогенних факторів настроїв, як і всіх інших емоційних реакцій, процесів і станів, головними, вирішально-визначальними є всі ті життєві обставини, ситуації суб'єкта, які викликають його емоційне реагування. Найбільш потужні екзогенні чинники позитивно забарвлених емоційних реакцій, переживань, що інтегруються в хороших настроях, – це успіхи в значущих для суб'єкта сферах його життя – у праці, в міжособистісних взаєминах та ін.. Найбільш потужні стимулятори негативно забарвлених, поганих настроїв – невдачі, неприємності в цих сферах і особливо – виснажлива праця, пролонговане перевантаження, які призводять до дистресу, а відтак, до емоційного вигорання. (Див.: 11.2.).

Властивості настроїв, які відрізняють їх від інших феноменів емоційної сфери психіки людини: 1. *Дифузність* – вони охоплюють та емоційно забарвлюють усі психічні процеси і стани суб'єкта, утворюють їх емоційний фон. 2. *Непредметність* – суб'єкт, здебільшого, не пов'язує свій настрій з якимось конкретним об'єктом (предметом), виразно не усвідомлює, не розуміє, що і чому зумовлює його настрій. 3. *Не органічність* –

настрої не сприймаються і не рефлексуються як пов'язані зі станом організму загалом, якихось його органів чи їх систем, зокрема, нервової. До прикладу, суб'єкт не збагне без результатів відповідного медичного обстеження, що основною причиною його пригніченого, депресивного настрою є істотна нестача в його організмі цинку чи/і магнію, вітамінів групи *B* тощо. 4. *Оцінювання* – вони забарвлюють у свої «барви» відображення суб'єктом світу і себе в ньому, оцінки ситуацій, подій тощо. Виразний приклад: скептично-песимістична сумовитість віслючка-меланхолика та непохитне приємно-оптимістичне піднесення ведмедика-сангвініка з мультфільму про Вінні-Пуха.

З цього випливає, що настрої можуть відчутно впливати на налаштування суб'єкта щодо перспектив тих чи інших дій, вчинків у різних сферах його життєдіяльності. Найбільш загальний поділ таких налаштувань: оптимістичне (*лат. optimus – найкращий*), реалістичне (*лат. realis – дійсний, справжній*) і песимістичне (*лат. pessimum – найгірший*). Нагадаємо відомий приклад-ілюстрацію: «Пляшка ще повна наполовину», – піднесено каже оптимістично налаштований суб'єкт. «Пляшка вже порожня наполовину», – налаштований песимістично. «Пів-пляшки ще є», – констатує реаліст.

Настрої, як і почуття та всі інші емоційні переживання, найкраще, найбільш виразно й досконало передає музика. Згідно з Г. В. Ф. Гегелем: «Музика – це мистецтво почуттів, яке безпосередньо звертається до самих почуттів. Це та символічна мова душі, якою вона розповідає про свої страждання й насолоди.» Безпосереднє звернення музики до почуттів (до емоційних переживань) переконливо засвідчує ефективність музикотерапії – лікування тих розладів нервової системи і психіки, основним проявом яких є негативно забарвлені, важкі, гнітні тощо емоційні стани, прослуховуванням прекрасної, світлої, піднесеної і лагідної музики, що спричиняє релаксацію (*лат. relaxatio – полегшення, послаблення, пом'якшення*) – приємне заспокоєння, умиротворення.

Але й твори інших жанрів мистецтва, насамперед література, можуть дуже влучно й досконало втілювати і передавати настрої. До прикладу, «антураж» безнадійно-нудотно-сумного настрою, описаний М. Коцюбинським: «Ідуть дощі. Холодні осінні тумани клубочаться угорі і спускають на землю мокрі коси. Пливе у сірі безвісти нудьга, пливе безнадія і стиха хлипає сум». Багату палітру емоцій, талановито зображених Х. Бідstrupом, можна побачити в його сюжетних малюнках. (*Див.: 5.2.; 7.4.; 14.2.*)

## 11.2. Емоційна складова стресу

В українських навчально-методичних публікаціях і в повсякденному побутуванні стресом (англ. *stress* – тиск, напруження, зусилля), здебільшого, називають *дістрес* (англ. *distress* – біда, лихо, горе, страждання, злидні, нужда, нездужання, втома) і його емоційну складову.

Згідно з видатним знавцем феноменології стресу, лауреатом Нобелівської премії Гансом Сельє (1907–1982), організми і люди, і тварин однаково реагують на «потужний тиск» (інтенсивні негативні впливи), незалежно від конкретного змісту цього тиску, зокрема, на патогенні мікроорганізми (інфекції), токсини (отруйні речовини) на сильні рани, травми й кровотечі, на надто високу і низьку температуру (спеку й холод), на надмірні фізичні й розумові зусилля, нервові перезбудження, психотравми і т. ін.

Ці положення доведено вагомими результатами чисельних експериментальних та діагностичних досліджень. Так, у першому з таких експериментів піддослідним щурам (сірим пасюкам) шприцем вприскували різні за складом токсичні витяжки. Їх організм одразу реагував на цей інтенсивний руйнівний вплив активацією наднирників. Якщо токсичні витяжки продовжували вводити, наставала атрофія (зморщення) тимусу, набрякання й зморщування лімфатичних вузлів, відтак, з'являлись чисельні виразки у шлунково-кишковому тракті.

Наднирники – це залози внутрішньої секреції (ендокринні), розташовані над нирками. Вони складаються з 2-х частин: кори – зовнішнього шару – і мозкової речовини – внутрішнього. Кора продукує гормони-кортикоїди (кортизон та ін.); мозкова речовина – адреналін та родинні йому за складом і впливом на функціонування організму. Тимус (вилочкова залоза) – порівняно великий ендокринний орган, який міститься у верхньо-передній частині грудної клітини і разом з лімфатичними вузлами утворює тимолімфатичний апарат, основна функція якого – підтримка імунітету організму.

Відтак, було встановлено, що процес реагування організму на будь-які інтенсивні впливи, на всілякий потужний тиск починається з активації гіпофізу (ендокринна залоза), який знаходиться в гіпоталамусі (мозкова структура). Гіпофіз стимулює наднирники, наднирники – тимус і т. д.

Г. Сельє назвав цей комплекс послідовних реакцій на будь-які інтенсивні впливи *загальним адаптаційним синдромом (ЗАС)* і

синдромом біологічного стресу. Відтак, визначив сутнісні ознаки стресу.

**Стрес** – це неспецифічна (тобто, завжди однакова) відповідь організму на інтенсивні впливи, на потужний тиск на нього – організм активно мобілізує і залучає ті ресурси, які забезпечують адаптацію до таких впливів.

Загальний адаптаційний синдром (ЗАС) або синдром біологічного стресу поділяється на 3 фази: 1) фаза адаптації до потужного тиску – організм «втягується», перелаштовується на оптимальне функціонування в цих умовах; 2) фаза адаптованості – функціонує на «підвищених обертах», інтенсивно, нерідко, на межі своїх функціональних можливостей, але ще не виснажується до такої степені, що вже не може підтримувати спроможність до підвищеної активності; 3) фаза виснаження – організм більше не може інтенсивно функціонувати, відтак, *приходить нездоланна, непереборна хронічна втома, а з нею – деструктивні зміни в емоційних процесах і станах та в мотивації суб'єкта (депресія, психічне вигорання і т. ін.)*.

Г. Сельє підкреслював, що стресів неможливо уникнути, та й немає такої потреби, тому що далеко не всі вони шкідливі, руйнівні щодо організму і психіки. Якщо на 1-й фазі стресогенний вплив на організм і психіку суб'єкта не перевищує його адаптивні можливості, ресурси щодо тиску такого роду, «не зашкалює» щодо них, то вони активуються, мобілізуються на рівні оптимальної напруги (без перенапруги).

Процес такої не виснажливої активації є загалом сприятливим щодо стенично-оптимістичних емоційних переживань, які й живляться цим процесом, і живлять його. Тобто, може утворитись саногенне (грец. *sanos* – здоров'я і *genos* – рід, походження) ревербераційне коло, що не лише не руйнує здоров'я суб'єкта, а й підтримує, іноді навіть зміцнює його. Цей позитивний органічний та емоційний стан суб'єкта може залишатись і на 2-й фазі ЗАС – його реагування на стресогенний вплив. Такий, не деструктивний щодо здоров'я та емоційного стану стрес Г. Сельє назвав *еустресом* (грец. *eu* – хороший, файний і англ. *stress* – тиск, напруження, зусилля).

На 3-й фазі стаються істотні негативні зміни. Це – фаза *дістресу*, на якій суб'єкт все більше виснажується, тому що його соматичних і психічних ресурсів не вистачає для ефективної адаптації щодо стресогенного впливу, тиску, *приходить*

непереборна, хронічна втома і разом з нею деструктивні (руйнівні) зміни в емоційних процесах і станах, серед яких найбільш нищівним і поширеним є психічне вигорання.

***Психічне вигорання** – це процес поступової втрати суб'єктом розумової і соматично-фізичної енергійності, життєвої наснаги та стеничної, піднесено-оптимістичної емоційності внаслідок пролонгованого стресу на стадії дістресу у професійній чи/та повсякденно-побутовій сфері його життєдіяльності, що виявляється у синдромі хронічної втоми, почуванні соматичного та емоційного виснаження, сталого пригнічено-депресивного настрою, цілковитої втрати інтересу до роботи й спілкування та задоволення від них, у безсонні, вживанні алкоголю та інших психотропних речовин, нерідко – в тенденціях суїцидального характеру.*

Стан дістресу – родючий ґрунт для психогенних захворювань – невротичних розладів і соматичних хвороб, які зумовлюються тривалими й інтенсивними негативно забарвленими емоційними переживаннями суб'єкта (так звана психосоматика). Внаслідок психогенного впливу в організмі як в ланцюгу – «рветься найслабша ланка». Тобто, патологічних руйнацій зазнають насамперед органи, найменш відпірні щодо таких впливів, що, напевне, зумовлюється генетично. У одних порушується тиск (гіпертонія або гіпотонія), у інших, або потерпає серце, або з'являються виразки шлунку чи дванадцятипалої кишки, або коліти тощо.

Відтак Г. Сельє довів, що пристосування до стресів забезпечує енергія, яку він назвав адаптаційною. Науковці знають про неї лиш те, що її неможливо поповнити. Мовляв, жодними калоріями, жодним підживленням, оздоровленням тощо цю унікальну адаптаційну енергію не відновиш – що пішло, то пішло без повернення. Хоча гідний відпочинок допомагає добряче відновитись, але, не поновлює, не збільшує резерв адаптаційної енергії, а лиш заощаджує його. У зв'язку з цим заощадженням, Г. Сельє розрізняв поверхову і глибинну адаптаційну енергію. Першу він порівнював з грошима в банку. Другу – з акціями та іншими цінними паперами, мовляв, – це стратегічний резерв. І одна, й інша може витратитись або повільно, ощадливо, або інтенсивно й швидко. Але, ще раз зауважимо, ці витрати не відновлюються, вони незворотні як процес старіння. Коли запаси адаптаційної енергії сходять нанівець, приходять старість і смерть.

Все це – вагомі підстави для висновку, що потенціал адаптаційної енергії закладається генетично, успадковується від батьків.

### ***11.3. Проблема функціональної сутності емоційних переживань***

Чимало дослідників ставили перед собою питання: Які функції виконують емоційні переживання, реакції, процеси і стани? Іншими словами, навіщо вони у функціональній структурі психіки?

Основний зміст перших спроб відповісти на це питання полягає в тому, що емоційні реакції визначають ситуації, в яких перебуває суб'єкт, особина, з позицій корисності, сприятливості чи шкідливості, несприятливості для нього/неї і повідомляють про це, відповідно, позитивно чи негативно забарвленим емоційним реагуванням, що підсилює мотиваційні спонуки до оволодіння й володіння корисним і до уникнення шкідливого.

Так, Вільям Джемс і датський психолог Карл-Георг Ланге стояли на тому, що сприймання суб'єктом якоїсь значущої для нього ситуації спричиняє відповідні її змісту зміни в його організмі й соматичні реакції, котрі він відображає і в модальності емоцій, які стимулюють його адаптивну активність щодо цієї ситуації. Пояснюючи цю позицію, В. Джемс, зокрема, писав: «Здоровий глузд говорить: ми втратили своє майно, засмутились і плачемо; ми зустрічаємо лютого ведмеда, лякаємось і тікаємо; нас образив супротивник, ми розлючуємось і кидаємось на нього. Однак, гіпотеза, яка тут захищається, стверджує, що ця послідовність хибна, що один психічний стан не може безпосередньо спричинятись іншим психічним станом, що між ними спочатку мають виникнути тілесні зміни. Насправді, ми сумні, тому що плачемо; сердимось, тому що б'ємось; налякани, тому що трясемось.»

Іншими словами, значуща для суб'єкта чуттєва інформація спричиняє його адаптивні соматичні реакції, котрі викликають емоції. Так, на небезпеку нападу лютого ведмеда, його організм реагуватиме посиленням серцебиттям, підвищенням кров'яного тиску, тремором, панічною втечею тощо. Ці органічні реакції спричинять емоцію страху, котра додатково стимулюватиме його до активних адаптивних дій, до порятунку. Однак, попутно



зауважимо, що страх може і паралізувати будь-яку рятівну активність суб'єкта, що нерідко й трапляється...

Намагаючись аргументувати цю гіпотезу, і В. Джемс, і К. Ланге стверджували, що активними експресивними виявами тих чи інших емоцій можна спричинити ці емоції. Однак, це твердження викликає сумнів: Хіба може така «комедія» безпідставного, до прикладу, гніву щодо якоїсь особи правдиво, повноцінно розгнівати на неї, тощо? Напевне, що ні. Така «емоціогенна» експресія ефективно працює хіба що у межах професійної підготовки та творчості акторів за системою Станіславського, тобто, вона може бути лише більш-менш талановитою акторською грою, більш-менш майстерним лицедійством.

Основні питання, на які гіпотеза Джемса-Ланге не може дати відповіді: Які тілесні реакції опосередковують емоційні тони відчуттів? Яким чином тілесні реакції опосередковують все те, що не корисне і навіть шкідливе для організму суб'єкта, але приємне, а відтак, привабливе й бажане для нього, скажімо, ті психотропні речовини, які «б'ють» прямо в емоційні центри «Рай» у головному мозку і не потребують жодних опосередковуючих тілесних відрухів? (Див.: 4.3.; 4.5.). Які органічні процеси опосередковують тривалі й складні непатологічні емоційні переживання, на кшталт ностальгії (туги) за батьківщиною?

Чимало дослідників вбачали і вбачають функціональну сутність емоцій у активації організму без жодного опосередкування *попередніми* тілесними реакціями (Ч.-С. Шеррінгтон, К.-Г. Юнг, Дж. Ліндслей, А. Маккарді, М. Мегун та ін.). Мовляв, емоційні реакції на стресогенну ситуацію активують вегетативну нервову систему суб'єкта, яка готує його організм до необхідних адаптивних дій. Насамперед, її симпатична складова гальмує травлення, на яке витрачається багато енергії, у кров додатково викидаються кисень, адреналін і цукор, що прискорює продукування енергії, збільшує швидкість згортання крові, і т. ін. До прикладу, показники функціонування організму спортсменів, заміряні перед відповідальними змаганнями, студентів – перед складними й важливими іспитами, фахівців діяльності в особливих умовах – перед виконанням складних і небезпечних завдань тощо, а відтак, вже в процесі цих звитяг, практично однакові. Що ж, емоційні переживання справді виконують функцію активації організму перед очікуваним інтенсивним стресом і т. ін., що,

вочевидь, має істотний адаптивний сенс. Але, виникає просте питання, на яке автори й прихильники цієї позиції не можуть дати відповідь: Навіщо так багато різних за змістом емоцій та їх комплексів, більшість з яких – дуже складні? Адже вистачило б двох емоційних реакцій – активуючої і дезактивуючої...

Це саме питання треба було б задати автору (П. В. Сімонову) та прихильникам так званої «конфліктної теорії емоцій», яка, за сутністю, є активаційною. Ключова ідея цієї «теорії» полягає в тому, що коли у складній проблемній ситуації суб'єкту не вистачає інформації для організації ефективного виходу з неї, а відтак, йому здається, що такого виходу немає, на допомогу приходять емоційне збудження. Мовляв, це збудження активує й мобілізує усі його адаптивні ресурси і скеровує їх на дієвий пошук виходу із безвихідної, як йому здається, проблемної ситуації.

На нашу думку, функціональну сутність емоційних переживань треба шукати з позиції, викладеної на початку цього розділу у зв'язку зі стратегією ВООЗ щодо здоров'я особистості: *емоції не просто найдужчі, а, насправді, єдині винагорода й покарання для людини.*

Рай і пекло – всередині нас не лише у анатомічно-нейрофізіологічному вимірі («Рай» і «Пекло», «Старт-Зона» і «Стоп-Зона» у головному мозку), а і в тому сенсі, що важливо не те, що ми маємо чи не маємо, а те, як до цього ставимось – вдоволення чи невдоволення, радість чи душевний дискомфорт воно нам приносить, тішить чи не тішить нас, щасливі ми від цього чи ні. Коротко кажучи, прагнення щастя, як сталого й тривалого позитивно забарвленого емоційного стану – основний і ключовий сенс існування людини, котрий інтегрує (*лат. integer – цілісний*) усі її життєві смисли, в розумінні – енергетично живить їх. В цьому тренді відсутність нещастя – це вже щастя, відсутність душевної муки – це вже душевна насолода, відсутність негативно забарвлених емоційних переживань – це вже велике вдоволення.

Однак, нагадаємо, що емоційне вдоволення поза його умовами і чинниками, незалежне від його причин, не може бути самоціллю, життєдайною для особистості, а відтак, для суспільства. Скажімо, насолода, зумовлена наркотиками та іншими психотропними речовинами, нищівна, згубна, руйнівна щодо соматичного і психічного здоров'я людини (*див.: 2.1.; 4.5.1.; 4.5.3.; 4.5.5.*).

Потужну концепцію саногенного (*грец. sanos – здоров'я і genos – рід, походження*), життєдайного для особистості

вдоволення, почування благополуччя, щастя створив видатний австрійський психолог і психотерапевт Віктор Еміль Франкл (1905–1997). Ключова ідея цієї концепції полягає в тому, що нормальна людина турбується і має турбуватись не про те, вдоволена вона чи невдоволена, щаслива чи нещасна, страждає чи насолоджується, а про причини, підстави свого вдоволення чи невдоволення, муки чи радості. Пояснення цієї позиції він вдало завершив блискучою тезою І. Канта: «Людина хоче бути щасливою, але чого їй слід насамперед і найдужче бажати, то це бути гідною щастя.» (Див.: № 37. 16.3. у списку літ-ри до Частини III.).

З цього, зокрема, випливає, що обрання «чистого» гедонізму, вдоволення смислом життя призводить до морального релятивізму (*lat. relativus – відносний*). А це означає, що незалежно від того, моральними чи аморальними, добродійними чи злочинними є вчинки суб'єкта, вони для нього прийнятні, позитивні й бажані, якщо приносять йому вдоволення. Відтак, духовно-моральні, гуманістичні, людські критерії оцінки поведінки людини втрачають сенс – у «чистому» гедонізмі, як спрямованості на «голе» вдоволення, для них немає місця, вони зайві.

#### **11.4. Почуття. Вищі почуття**

*Почуття – це комплекс взаємопов'язаних емоційних переживань (процесів, станів, реакцій), інтегрованих як сталі й тривалі емоційно забарвлені ставлення.*

Ставлення, які утворюють основу почуттів, виразно поділяються на позитивні й негативні. Об'єкт справжнього (не імітованого) почуття, що базується на позитивному ставленні, є настільки значущим для суб'єкта, що він ідентифікується (ототожнює себе) з цим об'єктом. Відтак, щиро тішиться, радіє, коли цей об'єкт благополучний, успішний тощо, не менш, ніж за самого себе. І страждає, зазнає душевних мук, коли він потерпає від якихось руйнацій, невдач і т.ін. Через успішність, благополуччя і неуспішність, невдачі, неблагополуччя об'єкта почуття, в основі якого лежить негативне ставлення, суб'єкту цього почуття робиться, відповідно, прикро, неприємно, його «гризе», або втішно, приємно, легко на душі. «Згинуть наші вороженьки, як роса на сонці...»

Довершеним, «повнокровним» почуттям, що базується на позитивному ставленні, є любов. Згідно з Г. В. Ф. Гегелем: *«Істинна сутність любові полягає в здатності суб'єкта відмовитись від свідомості самого себе, забуваючи себе в іншому «Я», щоб у цьому забуванні й щезненні оволодіти й володіти собою істинним»*. Це, насамперед, означає, що любов є вершиною альтруїстичного, безкорисливого, діяльного самозречення суб'єкта на користь її об'єкта. Самозречення любові відбувається на основі емоційної ідентифікації (отожнення), в якій домінують захоплення й радість, суб'єкта любові з її об'єктом, котрий внаслідок цього стає для суб'єкта найвищою цінністю. Відтак, щира, щедра, безкорислива, самовіддана, жертвна турбота про об'єкт любові, діяльне самозречення і самопожертва на його користь приносять суб'єкту вдоволення, насолоду. Тому, хто справді любить, благополуччя того, кого він любить, приносить втіху, радість, щастя, тому він докладає всіх можливих для нього зусиль задля створення цього благополуччя. Таку самовіддану любов стародавні греки називали *агапе*.

Крім агапе, філософи Еллади виокремили у почутті любові *ерос*, *філію та сторге*.

*Ерос* – це захоплена закоханість, що виявляється у пристрасному бажанні суб'єкта володіти об'єктом своєї пристрасності, стати цілковитим і одноосібним володарем його тіла й душі (пристрастей, бажань, думок, мрій, почуттів).

*Філія* являє собою любов-дружбу, щирю приязнь між людьми.

*Сторге* – любов-прихильність, зокрема, сімейна, родинна. Напевне, що почуття етнічної ідентичності, в основі якого лежить любов до рідної національної культури та природи, також слід віднести до сторге. (*Більш докладно про почуття любові – див.: 17.2.2.*)

Довершене, «повнокровне» негативно забарвлене емоційне ставлення – ненависть. Все те, що суб'єкт ненавидить, він психологічно відторгає й відкидає від себе, тішиться нищенню ненависного тощо.

Ці лаконічні характеристики сутнісних психологічних властивостей почуттів загалом і почуттів любові та ненависті зокрема дозволяють нам стверджувати, що вся розмаїта палітра емоційних переживань у функціональних структурах почуттів охоплюється дихотомією «любов – ненависть». Відтак, почуття можна поділити на види за критерієм їх об'єкта.

Розглянемо види почуттів, котрі є емоційно-психологічною основою найбільш важливих сфер суспільного й духовного буття людини.

Почнемо з тих, які, здебільшого, називають *трудовими почуттями*. Свою працю люблять особи, котрі самоактуалізуються в ній відповідно до своїх задатків і здібностей, до свого творчого потенціалу. (Див.: 19.6.). Праця, яка не відповідає покликанню, тобто, задаткам, що виявляються в нахилах, у схильності суб'єкта до відповідної сфери діяльності, дратує, стомлює, виснажує, мордує його. З таких переживань, врешті-решт, виростає й визріває почуття ненависті до своєї праці, а то й до праці взагалі, що відбувається особливо швидко й інтенсивно, якщо ненависна праця постійно вимагає великих інтелектуальних та/чи фізичних зусиль, тобто, гнобить ще й пролонгованим стресом, який закономірно переростає у дістрес зі всіма негативними наслідками, що випливають з цього. (Див.: 11.2.).

Модерна концепція патріотизму називається «нова етніцистська позиція». Базисні, основні положення цієї концепції, аналітично виведені її творцями (Гераклідес, Енлоу, Кроан, Ротшильд та ін.) на основі результатів чисельних коректних і репрезентативних досліджень, полягають в тому, що:

1. Усвідомлення своєї етнічно-національної приналежності пов'язане з найбільш інтимними (*лат. intimus – найглибший, глибинний*) автентично-особистісними емоційними переживаннями суб'єкта, навіть тоді, коли ця приналежність так чи інакше обтяжує його, коли він соромиться, а відтак, приховує її тощо. Тобто, вона є непохитно міцною і потенційно вельми потужною – «етнічну струну» (зацікавленість і турботу) легко зачіпити внаслідок її «резонування» з головними духовними й суспільними потребами, ставленнями та зв'язками особистості.

2. Етнічно-національну зацікавленість і турботу інтегрує стале, непохитне «почуття етнічної ідентичності», яке нейтралізує і переводить на нижчий рівень переважну більшість інших духовно-суспільно-політичних інтересів суб'єкта. Тому феномен етнічної ідентичності всеохолююче проникає в усі шпарини політичного життя і чинить вирішально-визначальний вплив на всі без винятку суспільні процеси, зокрема, є головним соціально-психологічним інгредієнтом і найпотужнішим фактором у створенні, збереженні й зміцненні найважливішого політичного апарату – держави.

3. Отже, ті суб'єкти (особи, групи, спільноти), котрі прагнуть створити міцну державу, оптимізувати державну політику і безпеку тощо, мають мислити і діяти згідно з зазначеними властивостями цього феномену.

Основний психологічний зміст «почуття етнічної ідентичності» – любов до своєї нації, до її культури та природи, в оточенні якої вона живе, на рівні беззастережної автентично-особистісної ідентифікації з нею: «Я, насамперед, – українець»; «Я спочатку, – поляк а потім – усе решта» тощо. Досконалий поетичний образ почуття етнічної ідентичності знаходимо в доробку видатного російського поета А. С. Пушкіна: «Любовь к родному пепелищу, любовь к отеческим гробам.» Сказав, немов і про беззастережних та незламних патріотів України, які самовіддано й непохитно боролись за неї і в умовах найбільшої руїни у нашій трагічній історії.

Довершене, справжнє почуття етнічної ідентичності формується, розвивається і функціонує на рівні вершинних структур психіки особистості – її духовності. (Див.: 17.1.; 17.2.2.).

*Почуття, які утворюються і регулюються посередництвом вершинних (духовних) утворень психіки, можна назвати вищими. Окрім почуття етнічної ідентичності, безумовно й однозначно вищими є правдиві релігійні, морально-етичні та естетичні почуття.*

Датський філософ Геральд Гефдінг аналітично довів, що «найістотнішою сутністю усіх релігій є почуття. Всі релігійні уявлення зумовлені релігійними почуттями і підпорядковані їм.» Відомий німецько-американський теолог Пауль Тілліх креативно трактував це твердження: «Інтерес віри, як і всілякого любовного бажання, полягає у прагненні людини возз'єднатись з тим, чому вона суб'єктно, у своїй душі вже належить, з чим вже ідентифікувалась своєю любов'ю.»

Ісус Христос скерував прагнення возз'єднатись з Богом на щирі й безкорисливі любов до всього Божого, до Його творіння – нашого світу і людини в світі. «Люби Господа Бога свого всім серцем своїм, і всією душею своєю, і всією своєю думкою». Це найбільша і найперша заповідь. А друга однакова з нею: «Люби свого ближнього, як самого себе», – вчить Ісус. (Матв.: 22; 37, 38, 39). Психологія «Заповідей Любові» впливає, на нашу думку, з радикальної зміни засад взаємин між Богом і людьми. Людина в Новому Завіті – «син Божий», а не «раб Божий», «раб Судії»,

«хробак Господній», як у Старому Завіті. Відтак, істотний психологічний смисл містерії Боготілення – явлення людям Бога як Сина свого і земної жінки – полягає у встановленні родинних взаємин між Ним як Батьком і людьми як Його дітьми. Всі люди – діти Бога, тому для кожного з нас кожна інша людина є ближнім – братом або сестрою.

Рабовласник вимагає від своїх рабів беззастережної покори. А правдиво люблячий батько чекає від своїх дітей любові, яка має виявлятися, насамперед і головним чином, у їхній любові одне до одного, адже кожне з них є для нього найвищою цінністю, а благо всіх і кожного – найбільшою радістю. Ось чому Ісус Христос сказав, що обидві заповіді любові однакові за важливістю.

Християнська любов до ближнього являє собою довершене доброзичливе ставлення і добродійне діяння, що є морально-етичним феноменом. Тобто, в ній *органічно й нерозривно поєднуються релігійні й моральні почуття*. Духовну природу цих почуттів, як і правдивих моральних поза релігійними, однозначно й незаперечно засвідчує регулювання їх совістю суб'єкта. (Див.: 17.1; 17.2.1.; 17.2.2.).

*Естетичні почуття* – це сталі емоційно забарвлені ставлення до прекрасного й потворного, до краси, принакності і до негарного, непривабливого, до піднесеного й низького, до прекрасних проявів людської душі – людяності, шляхетності, благородства, духовності, моральності – та до її огидного «дна» – аморалізму, злиденності духу, похливого конформізму (див.: 16.1.1.; 16.2.1.; 16.2.2.) тощо – і здатність та схильність щоразу емоційно переживати всі ці естетичні прояви в житті – у взаєминах, у праці та її продуктах, у природі і в художніх творах (див.: 9.6.).

## Контрольні запитання та завдання

1. Охарактеризуйте психологічну модальність емоційних переживань.

2. Що є головним психологічним фактором емоційних процесів і станів?

3. Що таке емоційні тони відчуттів?

4. Висвітліть основний психологічний зміст емоцій, критеріїв поділу емоцій, назвіть основні, базові, фундаментальні й самостійні емоції за К. Ізардом.

5. Що таке афект?
6. Охарактеризуйте емоційну й соматичну динаміку афектів та інших відносно інтенсивних емоційних переживань.
7. Що таке експресія емоцій (міміка, пантоміміка, інтонації та ін.)?
8. Розкрийте основний психологічний зміст настроїв та їх специфічних ознак.
9. Охарактеризуйте ендогенні й екзогенні чинники настроїв.
10. Що таке стрес, еустрес, дістрес за Г. Сельє?
11. Розкрийте основний зміст загального адаптаційного синдрому (ЗАС).
12. Охарактеризуйте фази реагування організму на стрес та їх емоційних складових.
13. Що таке психічне вигорання у фазі дістресу та психогенні захворювання, зумовлені дістресом?
14. Що таке адаптаційна енергія за Г. Сельє?
15. Доведіть, що гіпотеза Джемса й Ланге, «активаційні» та «конфліктні» трактування функціональної сутності емоційних реакцій недостатньо коректні.
16. В чому полягає основна функція емоційних переживань?
17. Висвітліть сутнісний зміст саногенного, життєдайного для особистості вдоволення, почування благополуччя, щастя за В. Е. Франклом.
18. Що таке почуття і вищі почуття?
19. Висвітліть основний психологічний зміст почуття любові та її видів.
20. Висвітліть основний психологічний зміст почуття ненависті.
21. Що таке трудові почуття?
22. Розкрийте основний психологічний зміст «почуття етнічної ідентичності».
23. Висвітліть сутнісний зміст релігійних почуттів та їх зв'язок з морально-етичними почуттями.
24. Охарактеризуйте естетичні почуття.



## Короткий термінологічний словник до Частини II.

### А

**Абсолютні пороги відчуттів** – визначаються межовими точками інтервалу сили подразника, що породжує відчуття. Мінімальна сила подразника, яка ще відчувається, називається *нижнім а. п. в.* Максимальна сила подразника, яка ще відчувається адекватно, не змінюючись болем, називається *верхнім а. п. в.*

**Абстрагування** – ідеальне (не матеріальне, а у психіці суб'єкта) виокремлення, відокремлення властивостей об'єктів, виявлених за допомогою аналізу і синтезу.

**Аглютинація** (лат. *agglutinatio* – склеювання) – це уявно-ірреальне, фантазійне поєднання елементів, які в реальному житті не поєднані між собою (русалка – голова і тулуб дівчини та хвіст як у риби замість ніг; кентавр – верхня частина тіла – чолов'яга, нижня – кінь і т. ін.).

**Адаптація органів чуття** – це підвищення або зниження їх чутливості та абсолютних порогів відчуттів під впливом змін сили і тривалості впливу діючого в цей час подразника тієї самої модальності.

**Аналіз** – ідеальне (не матеріальне, а у психіці суб'єкта, особини) розчленування об'єктів з метою виявлення в них тих чи інших властивостей, ознак, особливостей. **А.** – це водночас **синтез** – ідентифікація аналітично виявлених властивостей, тобто, актуалізація в свідомості суб'єкта наявних у нього знань про ці властивості; у психіці особини – її досвіду щодо таких властивостей. Будь-яке речення-судження, що пов'язує підмет з присудком, являє собою нерозривну єдність **а. і с.**

**Аналізатори або органи чуття** – це психофізіологічні функціональні структури, які збирають чуттєву інформацію шляхом відображення відповідних властивостей об'єктів та особливостей життєдіяльності організму. У людини є такі **а.**: зоровий, слуховий, нюховий, смаковий, дотиковий (тактильний), органічний, м'язевий (пропріоцептивний).

**Аперцептивна увага** зумовлюється значущістю об'єкта для суб'єкта, а не власними властивостями цього об'єкта.

**Асоціативний комплекс або синкретичний образ** – самостійне узагальнення дитини за участю мовлення, що являє собою перенесення значень засвоєних нею перших слів посередництвом поверхових наочно-образних асоціацій за суто зовнішньою подібністю або суміжністю предметів, явищ та їх властивостей. На відміну від власне понять, у асоціативно-комплексних узагальненнях відсутні властивості, ознаки, однакові в усіх об'єктів, котрі поєднуються узагальненням, як підстава цього узагальнення. Таке узагальнення називається **трансдукція**.

**Астенічні емоції** – знижують життєвий тонус суб'єкта, розхолоджують, дезорганізують його. Астенічними можуть бути і негативно, і позитивно забарвлені емоційні переживання.

**Афект** – вельми інтенсивний, вибуховий емоційний процес, що швидко розгортається, бурхливо перебігає, завдає значних руйнацій спроможності суб'єкта адекватно й критично осмислювати ситуацію, пов'язану з афективною реакцією, та його вольовому контролю за своїми реакціями, діями, вчинками, спричиняє помітні зміни у функціонуванні організму. За змістом *а.* бувають різними: лють гнів, жах, відчай, екстатичний захват, ейфорійна екзальтація та ін..

**Афективний шок** – цілковите знесилення (астенія), нездоланна втома, «розбитість» усього тіла, знерухомленість і апатія (байдужість), а відтак, глибоке, незворушне заспокоєння і сонливість, що настає після афекту.

## **В**

**Вегетативна буря** – швидкі й помітні перетворення у функціонуванні внутрішніх органів, що виявляється в багатьох проявах та показниках життєдіяльності організму, внаслідок інтенсивних емоційних переживань.

**Верхній абсолютний поріг відчуття** – див.: *абсолютні пороги відчуттів.*

**Вибірковість або селективність сприймання** – це виокремлення в перцептивному полі тих чи інших об'єктів і спрямування процесу сприймання на них посередництвом невимушеної (мимовільної) або вимушеної (довільної) уваги.

**Види пам'яті** – пам'ять поділяють на види за такими критеріями: 1) за модальністю відчуттів, посередництвом яких надходить інформація, що карбується у пам'яті: зорова, слухова, нюхова, смакова, тактильна, пропріоцептивна, органічна; 2) за домінуючою психічною модальністю інформації, яка запам'ятовується: чуттєво-образна, словесно-логічна, емоційна, кінестезична; 3) за участю у запам'ятовуванні вольових зусиль: довільна й мимовільна; 4) за тривалістю збереження інформації: оперативна, короткотривала, довготривала; 5) за засобами карбування інформації: генетичним кодом (видова, інстинктивна); набута кожною особою чи особою індивідуально посередництвом мнемічних психофізіологічних функціональних структур.

**Вимушена або довільна пам'ять** – спонукається й скеровується свідомим наміром суб'єкта запам'ятати певну інформацію, що здійснюється за допомогою вольових та інтелектуальних зусиль і мнемонічних засобів. Якісні та кількісні показники процесу довільного запам'ятовування залежать від особливостей його мети та інформації, що запам'ятовується, і мнемічної спроможності суб'єкта.

**Вимушена або довільна увага** стимулюється і підтримується вольовими зусиллями суб'єкта. Зустрічається також назва – «вольова».

**Відчуття** – чуттєва інформація про певні окремі властивості об'єктів (предметів і явищ) навколишнього світу та особливості

життєдіяльності організму, яка надходить посередництвом аналізаторів (органів чуття).

**Відчуття дотику** – **дотикові або тактильні** – переживаються як дотики, натискання, вібрації та несуть інформацію про консистенцію, структуру поверхні і температуру подразника: м'яке, тверде, вологе, сухе, здригається, вібрує, гладке, гостре, колюче, шершаве, сипуче, холодне, тепле, гаряче тощо.

**Відчуття смаку** – **смакові** – викликаються безпосереднім дотиком до смакового рецептора розчинених у воді іонів: 1) водню, що людьми відчувається як кислий смак; 2) металів – відчувається як солоне; 3) вуглеводів – як солодке; 4) алкалоїдів – як гірке.

**Вікарні перцептивні дії** – виникають тоді, коли досліджувані не встигають роздивитись за допомогою рухів очних яблук зображення предметів, які їм показують доли секунди. Але, одразу після таких показів їхні очні яблука рухаються так, немов роздивляються, обстежують ці зображення. Напевне, що досліджувані впізнають, ідентифікують їх посередництвом *в. п. д.*

**Вузкість свідомості** – на рівні свідомості психіка людини спроможна оперувати водночас порівняно невеликим обсягом інформації.

## Г

**Галюцинації** (лат. *hallucinatio* – маячня, видіння) – порушення відображення дійсності, суть якого полягає у появі в уяві суб'єкта об'єктів, відсутніх в цей час у полі його сприймання, але сам він вважає їх відображенням реальної дійсності. Це можуть бути відчуття: зорові, слухові, нюхові, смакові, органічні, – та цілісні образи й ситуації. *Г.* – симптоми й синдроми деяких психічних захворювань. Основні чинники *г.* у психічно здорових осіб – галюциногени (психоделіки) та гіпнотичне навіювання.

**Геіштальт-якості** – це найбільш загальні топологічні властивості просторової цілісності тіл та геометричних фігур, котрі є *геіштальт-факторами* цілісності сприймання: близькість, щільність, гомогенність (однорідність, подібність, однаковість), неперервність, плавність, завершеність, замкненість, симетричність, врівноваженість.

**Гіперболізація** (грец. *hyperbolē* – *перебільшення*) – уявно-ірреальне (реально неможливе) збільшення або зменшення об'єктів а також кількості їх структурних елементів; гіперболізоване зменшення називається *літота*. До прикладу: Дюймовочка, Хлопчик-мізинчик, велетень, циклоп (велетень, у якого тільки одне око на місці перенісся), багаторуки богині в індуїзмі, дволикий Янус, три-головий змій і та ін..

## Д

**Дистантні** (лат. *distantia* – *віддаль*) **відчуття** – виникають внаслідок впливу на рецептори енергій та молекул, що надходять від

об'єктів, без контакту рецептивних поверхонь з поверхнями цих об'єктів.  
**Д. в.** : зорові, слухові, нюхові.

**Дістрес** (англ. *distress* – біда, лихо, горе, страждання, нездужання, втома) – фаза виснаження загального адаптаційного синдрому – соматичних та психічних ресурсів суб'єкта не вистачає для ефективного функціонування в умовах пролонгованого стресу, відтак, приходиться нездоланна, непереборна хронічна втома, а з нею – деструктивні зміни в емоційних процесах і станах та в мотивації суб'єкта (депресія, психічне вигорання і т. ін.).

**Диференційний або відносний поріг відчуття, або поріг розрізнення** – це зміна сили діючого подразника, яка відчувається. Тобто, **п. р.** визначається величиною, на яку має змінитись сила діючого подразника, щоб суб'єкт відчув цю зміну. Людина помічає або більші, або менші зміни в силі діючого подразника залежно від величини сили його дії, а відтак, інтенсивності відчуття під час цих змін. Чим менша ця сила, тим менші зміни її помітить суб'єкт, і навпаки.

**Довготривала або довгочасна пам'ять** – зберігає інформацію протягом відносно тривалого часу – від декількох тижнів до кінця земного життя суб'єкта. Її зміст – це інформаційна база його діяльності, поведінки, всього життя. **Д. п.** – відкрита інформаційна система, що постійно оновлюється, переструктурується тощо.

**Довільна пам'ять** – див.: **Вимушена або довільна пам'ять.**

**Довільна увага** – див.: **вимушена або довільна увага.**

## **Е**

**Егоцентричне мовлення дитини дошкільного віку** – це засіб її мислення – озвучений пошук виходу з проблемних ситуацій, розв'язання задач, планування дій, операцій.

**Ейдетичний образ об'єкта** – виникає одразу після пильного погляду на цей об'єкт протягом 30 сек на однорідно забарвленому тлі і виглядає як перцептивний. **Е. о.** утримується декілька секунд і зникає, тобто, він є слідом образу сприймання, що, вірогідно, зумовлюється інерцією зорових відчуттів, отже, **е. о.** не є образом уяви. Зустрічаються особи зі здатністю продукувати виразні, сталі й тривалі **е. о.** – вони можуть бачити в такий спосіб десятки сторінок книг і читати їх тощо.

**Екстаз** (грец. *extasis* – захват, захоплення) – найвищий ступінь захоплення, що може сягнути стану несамовитості; переживання дуже високого блаженства, пов'язаного з почуванням розчинення власного «Я» в любимій чи вищій особі, цілковитої ідентифікації з нею тощо.

**Екстероцептивні відчуття** надходять із зовнішнього світу. Їх поділяють на дві групи – контактні і дистантні. Контактні – це смакові й дотикові (тактильні) відчуття; дистантні – зорові, слухові, нюхові.

**Емоції** (лат. *emoveo* – хвилюю) – це психічні реакції, процеси, стани, які функціонують у межах дихотомійної модальності «приємно-

неприємно» («вдоволення-невдоволення», «насолода-страждання» тощо). Наукова назва «приємного» боку цієї дихотомії – позитивне емоційне забарвлення, «неприємного» – негативне емоційне забарвлення. Основні, базисні *e.*: 1) радість, веселість – позитивно забарвлена, приємна; 2) здивування, подив може бути і приємним, і неприємним; 3) страх, жах, 4) злість, гнів, лють, 5) огида, відрaza, 6) сум, печаль – домінує негативне забарвлення. Самостійні *e.*: 1) інтерес – здебільшого є приємним, позитивно забарвленим, 2) душевна мука, страждання, 5) сором – негативно забарвлені, неприємні. Різні поєднання цих дев'яти *e.* утворюють всю палітру емоційних переживань людини. (За К. Ізардом).

**Емоційна пам'ять** – карбує і згадує, коли й що, у зв'язку з чим було приємним чи неприємним, веселим, страшним, цікавим, огидним тощо, але, здебільшого, не відтворює самі ці емоційні переживання.

**Емоційний тон відчуття** – це емоційна реакція, яка виникає разом з відчуттям і приємно чи неприємно забарвлює його.

**Емоційні переживання** – це суб'єктні почування у межах дихотомії: «приємно-неприємно», «вдоволення-невдоволення», «насолода-страждання», «радість-сум» тощо.

**Еустрес** (грец. *eu* – хороший і англ. *stress* – тиск, напруження) – мобілізація соматичних і психічних ресурсів суб'єкта у відповідь на стресогенний тиск, інтенсивність якого не перевищує його адаптивні ресурси щодо тиску такого роду. *E.* не руйнує здоров'я суб'єкта і може навіть підтримувати та зміцнювати його.

### 3

**Забування** – це згасання, стирання мнемічних слідів, тобто, зникнення запам'ятованої (збереженої у пам'яті) інформації. *З.* зумовлюється низкою об'єктивних і суб'єктивних факторів, з яких головним є особистісна значущість запам'ятованого – чим вона менша, тим швидше *з.* його.

**Закон Бугера-Вебера** – це константа, (стала, постійна величина) для відчуттів кожної з модальностей, що позначається формулою  $\Delta I/I = const$ , де  $\Delta I$  – величина зміни сили подразника,  $I$  – величина його сили на момент зміни. Так, для зорових відчуттів ця константа дорівнює приблизно 0,01; для слухових – 0,1; для пропріцептивного відчуття ваги – 1/30. Тобто, людина відчує приріст ваги на 1 кг, якщо утримує вантаж, котрий важить не більше 30 кг. Якщо у неї на долоні річ вагою 300 г, то вона відчує приріст, не менший, ніж 10 г. Близьче до абсолютних порогів відчуттів *З. Б.-В.* порушується.

**Закон Вебера-Фехнера** – це залежність між силою подразника ( $I$ ) та інтенсивністю відчуття ( $E$ ), яке цей подразник викликає:  $E = \log I + C$ , у якій  $C$  – константа, стала для кожної людини і різна у різних людей. Тобто, зростання сили подразника та зумовленої ним інтенсивності відчуття співвідносяться як геометрична та арифметична прогресії, що вберігає аналізатори від перевантажень і руйнацій.

**Згадування** – див.: *мнемічне відтворення*.

**Запахи** – див.: *нюхові відчуття*.

**Змішані відчуття** – див.: *чисті й змішані відчуття*.

**Значення слова** – це когнітивна одиниця, в якій поєднуються мислення і мовлення. **З. с.** є його змістом, тобто, феноменом мовлення. Водночас, **з. с.** – це понятійне узагальнення, яке є базисним продуктом, основою і засобом понятійного мислення.

**Зорові відчуття** – переживаються як світлоти-темноти, освітленість та забарвлення об'єктів. **З. в.** людини є остаточним продуктом перекодування впливу електромагнітних коливань в діапазоні 380-800 мілімікрон на рецептивні клітини зорового аналізатора.

## I

**Інерція відчуттів** – відчуття, яке викликав подразник, триває ще якісь миті після його дії. Завдяки **і. в.** окремі короткі відчуття, викликані миттєвими подразниками, що швидко змінюють один одного, зливаються. Так, зоровим відчуттям людини властива інерція у межах 0,1–0,9 сек., залежно від індивідуальних особливостей зору. Якщо на табло з інтервалом 0,1 сек. спалахує світло, то збудження від попереднього спалаху внаслідок **і. в.** не встигає зникнути до наступного. Відтак, суб'єкт бачить пляму, що світиться безперервно, якщо світло спалахує в якомусь одному місці, або пляму, що рухається, якщо спалахи зміщуються на невелику віддаль. Цей прояв інерції зору називається *φ-феномен*. На ньому засновані кіно, відео. На інерції слухових відчуттів – безперервне, цілісне звучання мелодій тощо.

**Інсайт** (англ. *insight* – *осяяння*) – блискавичне знаходження способу розв'язання задачі, виходу з проблемної ситуації. В науковому пошуку **і.** – це момент власне відкриття посередництвом інтелектуального «спалаху», осяяння, в «світлі» якого у свідомості суб'єкта виразно постає нове знання, нова істина. Науковому **і.** передує глибоке вивчення відповідної проблеми. Іноді **і.** народжується з образу сприймання, який творча уява вченого трансформує в образний аналог відкриття.

**Інстинктивна увага** – це спрямування та концентрація психічної активності особини, суб'єкта на тому, що пов'язане з їхніми інстинктами. До прикладу, **і. у.** і тварин, і людини привертають несподівані інтенсивні подразники, які «вмикають» захисний інстинкт.

**Інтелект** – це пізнавальна спроможність, яка являє собою здатність виявляти ті властивості, співвідношення та способи використання об'єктів, їх властивостей, застосування яких забезпечує розв'язання задач, вирішення проблем. **І.** – основний засіб мислення.

**Інтероцептивні відчуття** виникають внаслідок дії подразників всередині організму, котрі сигналізують, несуть інформацію про стани й процеси в ньому. Ті, що несуть інформацію від органів та їх систем, називаються *органічні відчуття*; ті, що від м'язів, сухожилів, суглобів, – *пропріоцептивні відчуття*.

**Інтуїція** – здатність суб'єкта несвідомо дізнаватись про щось, розуміти щось, тобто, *і.* продукує знання й розуміння якимось незрозумілим для суб'єкта чином – вони з'являються немов самі собою, як інсайт, осяяння. Чимало видатних вчених з власного досвіду стверджують, що до відкриттів веде не логіка дискурсивних міркувань та умовисновків, а інтуїтивне проникнення в суть об'єктів пізнання, що відбувається поза контролем свідомості.

## **К**

**Константність сприймання** – це стало незмінне відображення об'єктів у цілісній сукупності їх інваріантних (незмінних) властивостей, зафіксованих у перцептивному досвіді суб'єкта, в умовах різних спотворень умовами сприймання сенсорної інформації, що надходить від них до рецептивних поверхонь його органів чуття.

**Контактні відчуття** виникають в результаті безпосереднього контакту, дотикання поверхні подразника до поверхні рецептора. *К. в.* – смакові й дотикові (тактильні).

**Короткочасна пам'ять** – утримує інформацію, що надійшла, протягом 20–30 сек. Обсяг *к. або к. п.* – обмежений. У ній зберігається лиш 5–6 останніх одиниць тієї інформації, яку суб'єкт опрацьовує, зокрема, осмислює з метою зрозуміти. Інформація, що надійшла у *к. або к. п.* через візуальний аналізатор, загалом, стирається швидше, ніж одержана через аудіальний.

## **Л**

**Логічне запам'ятовування** – див.: *сміслові запам'ятовування.*

**Любов** – див.: *почуття любові.*

## **М**

**Механічне запам'ятовування** – див.: *формальне запам'ятовування.*

**Мимовільна пам'ять** – див.: *невимушена пам'ять.*

**Мимовільна увага** – див.: *невимушена увага.*

**Мислення** – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій, вирішення проблем за допомогою інтелекту.

**Мнемічне відтворення або згадування** – це процес актуалізації запам'ятованої, тобто, збереженої у пам'яті інформації. За показниками *м. в. або з.* (правильності, точності, повноти тощо) визначається результативність запам'ятовування і мнемічного збереження. *М. в. або з.* поділяють на мимовільне (невимушене) і довільне (вимушене).

**Модальність відчуття** – це якісний зміст переживання (відчування) подразнень кожного з аналізаторів: зорового – як світлот/темнот і кольорів, слухового – як звуків, нюхового – запахів, смакового – смаків, тактильного – як консистенцій і температур і т. ін.

## Н

**Наочно-дійове мислення** – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій, вирішення проблем посередництвом *сенсомоторного інтелекту*, який оперує перцептивними моделями і сенсомоторними схемами. Це – інтелект і мислення тварин. *Н.-д. м.* людини функціонує «в чистому вигляді» у тих проблемних ситуаціях, в яких її *с. і.* працює несвідомо, без рефлексованого свідомістю суб'єкта дискурсивного осмислення їх: в екстремальних ситуаціях, у процесі спортивних єдиноборств, ігор, у немовлят, в яких ще немає свідомості.

**Наочно-образне мислення** – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій, вирішення проблем за допомогою *наочно-образного інтелекту*, який оперує образами уяви. Люди завжди відносять образи своєї уяви до тих понять, якими ці образи охоплюються. Отож у «чистому вигляді» *н.-о. м.* можна спостерігати у інтелектуальних актах тварин та у дітей, які ще не оволоділи мовленням.

**Настрій** – відносно тривалий і сталий, не інтенсивний емоційний стан, який емоційно забарвлює всю життєдіяльність суб'єкта. *Н.* поділяють на хороші й погані, що відповідає позитивній, суб'єктно приємній та негативній, неприємній емоційній забарвленості. Тобто, за основним змістом *н.* відповідають тим емоціям, які в них домінують.

**Невимушена або мимовільна пам'ять** – запам'ятовування і збереження інформації посередництвом *н. або м. н.* відбувається власне невимушено, нецілеспрямовано – суб'єкт не ставить собі мети запам'ятати цю інформацію, не докладає щодо цього вольових зусиль, не використовує мнемонічних засобів, щоб зберегти її. *Н. або м. н.* активно функціонує від народження і протягом усього життя людини.

**Невимушена або мимовільна увага** привертається властивостями самого об'єкта і тому не вимагає вольових зусиль суб'єкта щодо стимулювання та підтримки її.

**Нижній абсолютний поріг відчуття** – див.: *абсолютні пороги відчуттів*.

**Нюхові відчуття або запахи** – це сенсорне психічне відображення впливу квантових вібрацій летючих молекул різних речовин (тих, що відірвались від своєї речовини і вилетіли в повітря) на рецептивні клітини нюхового аналізатора.

## О

**Обсяг або об'єм уваги** – це кількість об'єктів, котрі перебувають у її полі. Здебільшого, чим вища степінь концентрації (зосередження) уваги, тим менше об'єктів у її полі, тим менший її обсяг (вужчий об'єм). Але, в тих випадках, коли цього вимагає діяльність суб'єкта, збільшення кількості об'єктів у полі його уваги, тобто збільшення її обсягу, може підвищувати степінь її концентрації (диспетчер аеропорту і т. ін.).



**Оперативна пам'ять** – забезпечує запам'ятовування, збереження, згадування й використання інформації, необхідної для виконання якихось дій, операцій, протягом їх виконання – від декількох секунд до десятків хвилин.

**Органи чуття** – див.: *аналізатори*.

**Органічні відчуття** – це відображення в модальностях болю, напруження-послаблення, спраги, нудоти і т. ін. процесів, змін у тілесних органах, тканинах, їх станів. Чітко й однозначно визначити модальності органічних відчуттів, а відтак, поділити їх на види, не вдається – вони надто розмаїті, тому їх зміст важко описати конкретно й виразно.

## П

**Пам'ять** – це спроможність психіки накопичувати й зберігати відображену органами чуття та розумово опрацьовану інформацію і відтворювати її (згадувати).

**Переключення уваги** – акти почергового переміщення її фокусу з одного об'єкта на інший в межах її об'єму протягом розподілу в цих межах. **П. у.** також є ключовим актом розпорошення уваги, частих відволікань психічної активності суб'єкта від об'єкта своїх дій та спрямування її на інші об'єкти.

**Перспективне скорочення** – сходження паралельних ліній, спрямованих вдалину. **П. с.** «відкрили» художники, котрі на вертикальній площині мусять створити враження об'єму, тобто, намалювати предмети так, щоб вони сприймалися як розташовані на різній віддалі від глядача – ближче чи далі. Виразний приклад – залізнична колія, що пролягає вдалину.

**Перцептивні моделі** – це закарбовані у психіці, сталі, інваріантні поєднання істотних перцептивних властивостей об'єктів, що відображаються у чуттєвій інформації, яка надходить від них. **П. м.** слугують еталонами для впізнавання та ідентифікації об'єктів у розумінні – віднесення їх до того поняття (класу, виду тощо), до якого вони належать.

**Перцепція** – див.: *сприймання*.

**Післядовільна увага** – виникає у суб'єкта в процесі тієї діяльності, до якої він спочатку спонукав себе вольовими зусиллями, а потім його зацікавили не лише її результати, а й процес, тобто, ця діяльність захопила його посередництвом емоції інтересу.

**Повітряна перспектива** – прямо пропорційне зменшення насиченості забарвлення, затушовування виразності контрастних деталей об'єктів щодо їх віддаленості від суб'єкта зорового сприймання, що зумовлюється пилом і паром, які є в повітрі – чим більша їх концентрація, тим дужча **п. п.**

**Порівняння** – це співставлення виокремлених аналізом і синтезом властивостей об'єктів за тими чи іншими ознаками з метою виявлення, встановлення їх однаковості, подібності чи відмінності за цими ознаками.

**Поріг протяжності або просторовий** визначається тією найменшою кількістю, тим мінімумом рецептивних клітин, подразнення яких викликає відчуття.

**Поріг тривалості або часовий** – це мінімальна тривалість дії подразника, необхідна для появи адекватного йому відчуття.

**Почуття** – це комплекс взаємопов'язаних емоційних переживань (процесів, станів, реакцій), інтегрованих як стале й тривале емоційно забарвлене ставлення. Це ставлення може бути або позитивним, або негативним. Позитивним *п.* суб'єкт визначає його об'єкт як значущий для себе, ідентифікується (ототожнює себе) з ним. Об'єкт негативного *п.* суб'єкт психологічно відкидає, відторгає від себе.

**Почуття любові** – довершене позитивне почуття, у якому філософи Еллади виокремили такі види: *агапе* – щира, щедра, альтруїстична, безкорислива, самовіддана, жертвна турбота суб'єкта *л.* про її об'єкт, діяльне самозречення на його користь; *ерос* – пристрасна закоханість, стрижнем якої є бажання суб'єкта володіти її об'єктом, стати цілковитим і одноосібним володарем його тіла й душі (помислів, почуттів, бажань); *філія* – щира приязнь, дружба; *сторге* – любов-прихильність, зокрема, сімейна, родинна, етно-національна.

**Предикативне або понятійне мислення** – це процес розв'язування задач, пошуку виходу з проблемних ситуацій, вирішення проблем посередництвом предикативного (понятійного) інтелекту; *п.* або *п. м.* є мовленнєвим, тому що воно оперує понятійними знаннями, базисною системою яких є мова.

**Предметність або об'ємність чуттєвого відображення** – це проектування відчуттів та образів сприймання об'єктів у ті просторово-часові параметри, у яких вони перебувають, звідки надійшла відображена суб'єктом у цих відчуттях та образах чуттєва інформація про них.

**Продуковані (лат. *productio* – створення) образи уяви** – виникають не як репродукуючі спогади, а в процесі читання чи слухання суб'єктом описів того, що він ніколи безпосередньо або зображеним не сприймав. Але, необхідною умовою появи *п. о. у.* є перцептивне знайомство суб'єкта з подібними, аналогічними властивостями складових об'єктів, які описуються. Інакше він не зможе уявити ці об'єкти.

**Продуктивні образи уяви** – це уявлення суб'єктом образів об'єктів, які він створює; кожному новоствореному предмету – від ложки й колеса до структури комп'ютера та орбітальної станції – передувало створення її образу в уяві її творця.

**Пропріоцептивні або кінестетичні (грец. *kinēsis* – рух, руховий) відчуття** – повідомляють про стан опорно-рухового апарату та процеси, що відбуваються в ньому, зокрема, про динаміку скорочення, напруження й розслаблення м'язів, про рухи частин тіла та їх співвідношення, рівновагу й положення тіла та його частин в просторі тощо. Можливо, що так зване відчуття часу, посередництвом якого

людина може *правильно* визначити час і тривалість різних часових проміжків, є специфічним проявом пропріоцептивної чутливості.

**Прості або основні відчуття** – основа усіх інших відчуттів у межах кожної з модальностей, які утворюються їх поєднанням, змішуванням у різних пропорціях і називаються *складними відчуттями*. Вірогідно, що кожне *п. або о. в.* має свої, спеціалізовані суто щодо нього рецептивні клітини, аферентні канали, сенсорні нейрони у головному мозку. Напевне, синтез *с. в.* шляхом поєднання у різних пропорціях *п. або о. в.* відбувається у сенсорних полях головного мозку кожної з модальностей відчуття.

**Психічне вигорання** – це процес поступової втрати суб'єктом емоційної, розумової та соматично-фізичної стійкості, енергійності, життєвої наснаги під впливом пролонгованого стресу на стадії дістресу у професійній чи/та повсякденно-побутовій сферах його життєдіяльності, що виявляється у синдромі хронічної втоми, почуванні психічного та фізичного виснаження, пригнічено-депресивного настрою, цілковитої втрати інтересу до роботи й спілкування та задоволення від них, у безсонні, вживанні алкоголю та інших психотропних речовин, іноді – в тенденціях суїцидального характеру.

## Р

**Ремінісценція** (лат. *reminiscentia* – згадування) – помітно краще і в якісному, і в кількісному вимірах (і зміст, і обсяг) відтворення (згадування) суб'єктом матеріалу, який він запам'ятав, через якийсь час (2-3 доби й більше), ніж одразу після запам'ятовування його. Найчастіше *р.* спостерігають у дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.

**Репродуктовані** (лат. *reproductio* – відтворення) *образи уяви* – вишлюють з пам'яті суб'єкта як спогади про ті чи інші об'єкти: предмети, явища, які він колись сприймав, про події, ситуації, у яких йому довелось побувати тощо.

**Рефлекторна увага** – це спрямування психічної активності особини, суб'єкта на об'єкти, які є для неї/нього безумовно-рефлекторними або умовно-рефлекторними подразниками та зосередження на них.

**Рецептори** (лат. *receptor* – той, що сприймає, відчуває) – периферійні складові аналізаторів, які відображають вплив енергій та речовин подразників посередництвом перекодування їх у ізоморфні їм фізіологічні, біохімічні та нейрофізіологічні процеси.

**Розподіл світла й тіней** є ознакою віддаленості й рельєфу. Тінь, яку один предмет кидає на інший, показує їх співвідношення далі-ближче щодо суб'єкта і розташування джерела світла, напрямку світлових променів. *Р. с. й т.* можна виразно бачити на полотнах реалістичного живопису.

**Розподіл уваги** – це переміщення її фокусу з об'єкта на об'єкт в межах її об'єму протягом функціонування в цих межах. Тобто, *р. у.* являє

собою динамічний аспект її об'єму – він утворюється і функціонує посередництвом її розподілу у його межах. Процес *p. u.* складається з актів переключення її.

**Розпорошеність уваги** – протилежно-доповнююча властивість щодо її зосередженості, яка являє собою часті відволікання психічної активності суб'єкта від об'єкта зосередження його уваги та спрямування її на інші об'єкти.

**Руховий паралакс** – це *враження* суб'єкта, котрий їде і дивиться вбік, що предмети, які він бачить, рухаються йому назустріч з різною швидкістю – чим більша віддаль до них – тим менша швидкість їх «руху». Доволі віддалені «стоять на місці», не рухаються.

## С

**Свідомість** – функціональна сутність *c.* полягає в тому, що людина знає, що вона знає про зміст того, що вона знає, зокрема, про себе як суб'єкта, і про своє ставлення до цього знаного.

**Сенсибілізація** (лат. *sensibilis* – чутливий) – це стале підвищення чутливості якогось органу чуття особи, групи людей, особини, виду, роду, сімейства тварин, зумовлене необхідністю або специфіки життєдіяльності, або компенсації ушкоджених аналізаторів.

**Сенсомоторна схема** – це системне поєднання екстерорецептивно-сенсорного та кінестезично-м'язевого досвіду суб'єкта, особини щодо певного об'єкта.

**Сенсорні втрати** – це відсутність у чуттєвій інформації реально (фактично) наявних частин відображуваних об'єктів. Тобто, вся чуттєва інформація, яка мала б надійти до органів чуття суб'єкта від об'єктів його перцептивного відображення, не доходить до них внаслідок того, що: 1) їх затуляють (перекривають) інші предмети; 2) та сенсорна зорова інформація, яка потрапляє на сіллі плями у сітківках очей, не відображається.

**Сенсорні домішки** – це ті подразнення, що надходять від різних об'єктів, котрі домішуються до сенсорної інформації від тих об'єктів, на які спрямована увага суб'єкта, особини, перекривають, перебивають, «забивають», глушать цю інформацію.

**Сенсорні спотворення** – це ситуативно-варіативні зміни, які виникають у потоках сенсорної інформації, що надходить від реально (фактично) незмінних, сталих властивостей об'єктів на рецептивні поверхні органів чуття суб'єкта, внаслідок різних змін у зовнішніх умовах відображення цих об'єктів.

**Сенсорні ядра** – це комплекси сенсорних клітин у головному мозку, у кожному з яких перекодована інформація від подразника моделюється у якість певне відчуття, скажімо, червоний колір, гіркий смак, холодний дотик, низький звук тощо.

**Синестезія** (гр. *synaistesis* – одночасне відчуття, спільне почування) – поява разом з відчуттями якоїсь модальності, відповідними діючому

подразнику, відчуттів іншої модальності, зумовлених не впливом відповідного їм подразника, а міжнейронними зв'язками аналізаторів (слухові й зорові і навпаки, колірні й температурні та ін.).

**Синкретичний образ** – див.: *асоціативний комплекс*.

**Синтез** (грец. *synthesis* – поєднання, з'єднання) – віднесення виявлених за допомогою аналізу властивостей, ознак об'єктів до вже наявних у суб'єкта знань про ці властивості, ознаки, до тих понять, які їх включають або так чи інакше стосуються їх; до відповідного досвіду особини.

**Складні відчуття** – див.: *прості або основні відчуття*.

**Слідовий образ об'єкта** – виникає одразу після пильного погляду на цей об'єкт протягом не менше 30 сек на якомусь однорідно забарвленому тлі або перед очима, якщо вони заплющені, і забарвлений у протилежно-доповнюючий щодо забарвлення самого об'єкта колір. *С. о. о.* тримається декілька секунд, а потім зникає, що, напевне, зумовлюється інерцією зорових відчуттів. Отже, *с. о. о.* не є образами уяви.

**Словесний символізм** – це утворення назв у процесі розвитку мов (словотворення) посередництвом асоціювання за подобою різних ознак, властивостей об'єктів, їх функціональної приналежності та структурної суміжності таким чином, що назва подібного за якоюсь із цих ознак об'єкта на той об'єкт, який називають, береться як основа назви останнього.

**Слухові відчуття** – це остаточний продукт перекодування подразнення рецептивних клітин слухового аналізатора механічними, синусоїдальними за формою коливаннями повітря частотою 16-20000 герц (коливань за секунду); модальність *с. в.* – звуки.

**Смислове або логічне запам'ятовування** – ґрунтується на розумінні сутнісних, істотних, закономірних властивостей матеріалу, який заучується, а відтак, структурує його згідно з цими властивостями, що формує й розвиває логічно взаємопов'язані, системні знання, які відносно легко запам'ятовуються, добре зберігаються в пам'яті, згадуються, відтворюються і використовуються у пізнавальній та інших видах діяльності суб'єкта. *С. або л.* з відповідає сучасним вимогам високої якості освіти.

**Специфічна подразливість рецептора** – кожен рецептор може реагувати подразненням тільки на певний вид енергії у певному діапазоні або на певні речовини.

**Сприймання або перцепція** (лат. *perceptio* – сприймання) – це поєднання сенсорної інформації, що надходить від об'єктів до рецептивних поверхонь органів чуття суб'єкта, в образи цих об'єктів у цілісній єдності, сукупності їх властивостей, особливостей, зв'язків, відображених і представлених у цій інформації (у подразниках). Істотні властивості сприймання: предметність або об'ємність, структурність, цілісність, константність, вибірковість або селективність.

**Сталість уваги** – це тривала й інтенсивна концентрація психічної активності суб'єкта на об'єкті, що є необхідною умовою ефективності дій, спрямованих на цей об'єкт.

**Стенічні** (грец. *sthenos* – сила) **емоції** – стимулюють життєву насагу, силу, життєдайну, енергію, спонукають до активної діяльності і т. ін. Стенічними можуть бути і позитивно, і негативно забарвлені емоції.

**Степінь зосередження або концентрації уваги** – показник інтенсивності захопленості суб'єкта діяльності її об'єктом, глибини «занурення» у неї; особини – її поведінковими актами. Чим вища *с. з. або к. у.*, тим менш вона розпорошена, і навпаки.

**Стрес** (англ. *stress* – тиск, натискання, напруження, зусилля) – неспецифічна (завжди однакова) відповідь організму на будь-який інтенсивний, потужний вплив, тиск на нього, сутність якої полягає в тому, що організм мобілізує, залучає наявні у нього ресурси, необхідні для ефективної адаптації до цього впливу, тиску. (За Г. Сельє).

**Структурність сприймання** – це організація даних про об'єкт, представлених у відчуттях, які надходять від нього, у статичну (відносно нерухому, незмінну) або динамічну (таку, що рухається, так чи інакше змінюється), просторову або таку, що послідовно розгортається в часовому вимірі (звуки та ін.) структуру з певними співвідношеннями й формами частин, конфігураціями тощо.

**Суміщення й накладання або перекривання об'єктів** – якщо якийсь предмет видно цілком, а інший, суміжний з ним, – лиш частково, то це вірна ознака, що перший розташований ближче щодо суб'єкта бачення цих предметів, перед другим, а другий – далі, за першим.

**Схематизація** (грец. *schēma* – зовнішній вигляд, конфігурація, форма) – це вид трансформації зображення об'єкта, що починається в уяві суб'єкта і являє собою редукування, нівелювання, усунення неістотних, другорядних елементів, їхніх контурів і виокремлення й підкреслення його істотних, відрізняльних, характерних конфігурацій. До прикладу, орнамент, основними структурними елементами якого є схематизовані характерно-типові обриси рослин.

## Т

**Творче мислення** – продукування нових знань, теорій, концепцій тощо; про сутнісні властивості *т. м.* відомо дуже мало. Істотні феномени у функціональній структурі *т. м.*: *натхнення, інтуїція, інсайт, образне асоціювання.*

**Трансдукція** – див.: *асоціативний комплекс.*

## У

**Увага** – процес спрямування психічної активності суб'єкта, особини на якийсь об'єкт і зосередження її на ньому, що є необхідною умовою та засобом його/її дій з цим об'єктом.

**Уважність** – стан спрямованості психічної активності суб'єкта, особини на той чи інший об'єкт і зосередженості на ньому, заглибленості в дії з ним. **У.** називають також властивості особистості: 1) здатність пильно,

глибоко зосереджуватись на об'єкті діяльності, поведінки; 2) вміння вчасно й адекватно помічати актуальні потреби, проблеми, емоційні переживання інших людей і позитивно, толерантно реагувати на них.

**Узагальнення і визначення** – це мисленнєве поєднання об'єктів (предметів, явищ, їх властивостей) на основі виявлених у них однакових, таких самих властивостей, ознак в одно поняття, що фіксується визначенням його змісту.

**Ущільнення текстури** – на поверхнях, по яких ми ходимо, їздимо, над якими літаєм, по яких плаваєм на водних суднах, завжди є якась видима більш-менш однорідна текстура – грудки землі, трава, хвилі, узор плитки, якою вимощена площа, і т. ін. Внаслідок перспективного скорочення, текстура поверхні ущільнюється в образі сприймання суб'єкта по мірі її віддаленості від нього, а елементи, з яких вона складається, зменшуються аж до цілковитого злиття в однорідну масу.

**Уява** – здатність суб'єкта спонтанно (невимушено), під впливом певних чинників чи за допомогою цілеспрямованих зусиль відтворювати або створювати у своїй психіці образи об'єктів (предметів, явищ, ситуацій), котрі в цей час не сприймаються ним (не перебувають у полі його сприймання) або взагалі відсутні у його перцептивному досвіді; притім, суб'єкт усвідомлює, розуміє, що його образи у. є власне уявними, не є відображенням навколишньої дійсності.

**Уявлення** – 1) процес утворення образів уяви; 2) образи уяви.

## Ф

**Фантазія** (грец. *phantasia* – уява) – уявлення можливого і неможливого бажаного і/або небажаного та всілякого неймовірного.

**Фіксаційний пункт свідомості** – функціональна структура, у межах якої зміст того чи іншого психічного процесу чи стану суб'єкта виразно усвідомлюється ним.

**Формальне або механічне запам'ятовування** – це «зазубрювання» матеріалу поза розумінням суб'єктом його сутнісного змісту, відтак, положення цього матеріалу не пов'язуються логікою розуміння їх істотних взаємозв'язків у системне знання, не «прив'язуються» в такий спосіб до продуктивного теоретичного пізнання.

**Фрустрація** (лат. *frustratio* – марні сподівання, руйнування планів) – стан відчаю, розпачу, зумовлений нездатністю суб'єкта дати собі ради у значущій для нього справі, нездоланими перепонами на шляху до важливої для нього мети тощо.

## Ц

**Цілісність відображення** – це переживання суб'єктом чуттєвої інформації, що надходить від об'єкта, як цілісної сукупності його властивостей у межах його просторової чи/та часово-просторової організації, як того єдиного цілого, яким є цей об'єкт.

## Ч

**Чисті й змішані відчуття** – до кожного із простих та складних відчуттів, здебільшого, домішані у різних кількостях інші прості чи/та складні відчуття цієї ж модальності. До прикладу, до солодкого – гірке; до аромату квітки – гнилісний запах тощо. Прості і складні відчуття з такими домішками називають змішаними, без таких домішок – чистими.

**Чутливість органу чуття** – визначається нижнім абсолютним порогом (найменшою силою подразника, який ще відчувається) – чим менший показник цього порогу ( $H$ ), тим вища **ч. о. ч.** ( $P(H)$ ). Тобто, нижній абсолютний поріг відчуття та **ч. о. ч.** перебувають у зворотно-пропорційній залежності, що відображено формулою  $P(H) = 1/H$ .

## Література до Частини II.

1. **Блонский П. П.** Избранные педагогические и психологические сочинения. В 2-х т. – М.: «Педагогика», 1979. – Т. 2. – С. 118-366.
2. **Бочарова С. П.** Психология и память. Теория и практика для обучения и работы. – Х.: Изд-во Гуманитарный центр, 2007. – 384 с.
3. **Бруннер Дж.** Психология познания. За пределами непосредственной информации. – М.: «ПРОГРЕСС», 1977. – 412 с.
4. **Веккер Л. М.** Психические процессы. В 3-х т. – Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1974. – Т. 1. – 334 с. – Т. 2. – 341 с. – Т. 3. – 335 с.
5. **Вертгеймер М.** О гештальттеории. – Хрестоматия по истории психологии / Под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1980. – С. 84-99.
6. **Вертгеймер М.** Продуктивное мышление. – М.: «ПРОГРЕСС», 1987. – 336 с.
7. **Восприятие** и деятельность: сборник научных трудов / Под ред. А. Н. Леонтьева. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1976. – 320 с.
8. **Восприятие.** Механизмы и модели / Под ред. Н. Ю. Алексеенко. – М.: «Мир», 1974. – 368 с.
9. **Выготский Л. С.** Собрание сочинений: В 6-ти т. – М.: «Педагогика», 1982-1984. – Т. 2., 1982. – 504 с. – Т. 3., 1983. – 368 с.
10. **Выготский Л. С.** Учение об эмоциях. – Собрание сочинений: В 6-ти т. – М.: «Педагогика», 1982-1984. – Т. 6., 1984. – С. 91-319.
11. **Гоноболін Ф. Н.** Внимание и его воспитание. – М.: «Педагогика», 1972. – 160 с.
12. **Грегори Р. Л.** Глаз и мозг. Психология зрительного восприятия. – М.: «ПРОГРЕСС», 1970. – 271 с.
13. **Дормашев Ю. Б., Романов В. Я.** Психология внимания. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1995. – 295 с.
14. **Изард К. Э.** Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2009. – 442 с.



15. **Келер В.** Некоторые задачи гештальтпсихологии – Хрестоматия по истории психологии / Под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1980. – С. 102-122.

16. **Кисель С. Г.** Память и личность. – Х.: «Гуманитарный центр», 2005. – 423 с.

17. **Коул М., Скрибнер С.** Культура и мышление. Психологический очерк. – М.: «ПРОГРЕСС», 1977. – 262 с.

18. **Леві-Строс К.** Первісне мислення. – К.: Український Центр духовної культури, 2000. – 324 с.

19. **Линдсей П., Норман Д.** Переработка информации у человека (Введение в психологию). – М. «Мир», 1974. – 550 с.

20. **Москалець В. П.** Зоопсихологія і порівняльна психологія: підручник. – К.: «Центр учбової літератури», 2014. – С. 116-143.

21. **Москалець В. П., Колтунович Т. А.** Психічне вигорання – реальність чи вигадка? //

Практична психологія та соціальна робота, 2012. – №1. – С. 58-68.

22. **Москалець В.** Функціонально-психологічна сутність свідомості як рамкової умови пізнання, методологування, віри, мислення, діяльності // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2019. – № 1. – С. 35-51.

23. **Москалець В.** Функціонально-психологічна сутність свідомості як рамкової умови пізнання, методологування та діяльності, віри, понятійного інтелекту й мислення // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2019. – № 3-4. – С. 66-90.

24. **Пиже Ж.** Речь и мышление ребёнка. – СПб.: «СОЮЗ», 1997. – 256 с.

25. **Пиже Ж.** Суждение и рассуждение ребёнка. – СПб.: СОЮЗ, 1997. – 286 с.

26. **Плужников М., Рязанцев С.** Среди запахов и звуков. – М.: «Молодая гвардия», 1991. – 270 с.

27. **Психологія мислення: підручник / За ред. І. Пасічника.** – Острог: Вид-во Нац. ун-ту «Острозька академія», 2015. – 560 с.

28. **Рейковский Я.** Экспериментальная психология эмоций. – М.: «ПРОГРЕСС», 1979. – 392 с.

29. **Селье Г.** Стресс без дистресса. – М.: «ПРОГРЕСС», 1982. – 126 с.

30. **Семиченко В. А.** Психология эмоций. – К.: Магістр-S, 1998. – 180 с.

31. **Слобин Д., Грин Дж.** Психолінгвістика. – М.: «ПРОГРЕСС», 1976. – 351 с.

32. **Смирнов С. Д.** Психология образа: Проблема активности психического отражения: монография. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1985. – 232 с.

33. **Смульсон М. Л.** Психология развития интеллекту: монография. – К.: Нора-Друк, 2003. – 298 с.
34. **Тихомиров О. К.** Психология мышления: учебное пособие. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1984. – 272 с.
35. **Фрейд З.** Психология бессознательного: сборник произведений / Сост. и под. ред. М. Г. Ярошевского. – М.: «Просвещение», 1990. – С. 202-275.
36. **Фрилинг Г., Ауэр К.** Человек-цвет-пространство. Прикладная цветопсихология. – М.: Стройиздат, 1973. – 141 с.
37. **Хрестоматия по вниманию** / Под ред. А. Н. Леонтьева, А. А. Пузыря, В. Я. Романова. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1976. – 295 с.
38. **Хрестоматия по общей психологии. Психология памяти** / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1979. – 272 с.
39. **Хрестоматия по ощущению и восприятию** / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и М. Б. Михалевской. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1975. – 399 с.

## Частина III.

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

## Розділ 12.

### ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

У вельми складній психологічній феноменології особистості найбільш істотними, сутнісними, відрізняльними (*differentia specific*) властивостями, на думку автора цього підручника, є:

1. Особистість – це людина як суб'єкт суспільних стосунків, соціальних взаємин і свідомої діяльності (праці, пізнання, спілкування, гри).

*Суб'єкт* (лат. *subjectus* – основа, від *sub* – під і *jacio* – класти в основу) – людина або група людей як активне начало всілякої діяльності (комунікативної, ігрової, пізнавальної, трудової). Тобто, суб'єкт – це той, хто діє, здійснює діяльність. Ті предмети і явища, на які спрямована діяльність суб'єкта, називаються **об'єктом** (лат. *objectum* – предмет від *objicio* – протиставляти).

2. Особистість поєднує в єдине ціле, у цілісну систему всі психічні процеси, стани і властивості: відчуття, сприймання, уяву, мислення, пам'ять, бажання, інтереси, мотиви, вольові зусилля, здібності, темперамент, характер і т. ін. Це означає, що будь-яке явище у психіці людини існує, функціонує як складова цієї системи. Тобто, особистість – це спосіб і форма існування (функціонування) людської психіки.

3. Інтегральне ядро особистості – Я-концепція: її знання, уявлення про себе як про окремого індивіда, що живе, діє в певних суспільних умовах, та ставлення до себе, до своїх властивостей, рис, особливостей.

## 12.1. Актуальність проблематики психології особистості на сучасному етапі розвитку людства

Від середини минулого століття кількість наукових розробок проблематики психології особистості неухильно і швидко зростає. В усіх розвинених країнах щороку виходить друком чимало публікацій, присвячених цій проблематиці. До прикладу, у США понад 200 наукових журналів і часописів висвітлюють тільки психологічні дослідження особистості. Це зумовлено прогресом науки і техніки.

Сучасному етапу науково-технічного прогресу властиве інтенсивне створення та використання наукоємних технологій у більшості галузей виробництва та організації життя суспільства й управління ним. Це вимагає високої і якісної освіти, складних знань та вмінь від осіб, котрі мають справу з цими технологіями – теоріями, концепціями, методами, методиками, технікою, обчисленнями тощо. Освіта, складні знання і вміння набуваються на основі і посередництвом інтелекту, який є функціональною основою всіх видів мислення.

Життєво необхідним і тому надцінним для прогресу науки й техніки є творчий, евристичний (*грец. evrikio – відшуковую, відкриваю*) інтелект, який забезпечує творче мислення. Адже сенс і спосіб існування науки – творчість, відкриття, знаходження нових знань про світ і людину в ньому, винаходи нових підходів до важливих для життя людей об'єктів (предметів і явищ) світу, засобів ефективного використання цих об'єктів, створення інноваційних технологій тощо.

На початку ХХ ст. видатний французький соціолог і соціальний психолог Густав Лебон (1841–1931) довів, що єдиною істотною відмінністю розвинених, прогресивних націй від усіх інших є наявність у їх соціальній стратифікації (структурі) тонкого (представленого порівняно невеликою кількістю осіб), але надзвичайно продуктивного прошарку розумово обдарованих людей, здатних мислити творчо, евристично, креативно, робити наукові відкриття і створювати новітні технології. Він назвав цих людей *інтелектуальною елітою націй і вважав єдиною справжньою*. Ефективність діяльності інтелектуальної еліти – величезна. Вона – головний двигун прогресу. Тому першочерговим, одним з найбільш важливих завдань держав, створених прогресивними націями, є пильна турбота про

інтелектуальну еліту, починаючи з виявлення розумово обдарованих дітей, юнаків та дівчат і створення всіх необхідних умов для продуктивного розвитку їх інтелекту і закінчуючи належним матеріальним забезпеченням творчих осіб.

До прикладу, ще з середини XIX ст. найбільш пріоритетним «товаром» імпорту в США є «мізки» – вчені, творчі люди, розумово обдаровані юнаки та дівчата. Уряд, приватні корпорації з наукоємними технологіями цієї надпотужної країни, супердержави створюють вельми привабливі умови для інтелектуально-елітних осіб з інших країн, з усього світу, жодним чином не послаблюючи пильної уваги до плекання власних інтелектуалів. Ще один виразний приклад: Понад десять років тому китайський уряд звернувся до китайців-науковців, які працюють в інших країнах, з пропозицією повернутись в Китай на умовах збереження заробітної платні, яку вони в тих країнах одержують, і одноразової грошової допомоги, еквівалентної 200 тисячам доларів США.

Отже, найпотужнішою рушійною силою науково-технічного прогресу, без якої він унеможлиблюється, є творчий інтелект. А носій, суб'єкт інтелекту, як і знань та вмінь, – особистість. Відтак, наукове вивчення інтелекту з метою створення оптимальних умов для його розвитку та функціонування, зокрема й засвоєння складних знань та вмінь, яких вимагають високі технології від тих, хто з ними працює, може відбуватись тільки як вивчення інтелекту особистості, як засвоєння й використання знань та вмінь особистістю і т. ін. Це – один з основних факторів актуальності психологічної проблематики особистості в сучасних умовах.

Застосування наукоємних технологій має ще один життєво важливий аспект, який можна назвати екологічним. Чимало сучасних технологій настільки потужні, що невміле, некомпетентне використання їх може завдавати великих руйнацій довкіллю і здоров'ю людей. Ще більша небезпека криється у хижацько-меркантильному, захланно-корисливому застосуванні їх, коли власна вигода ставиться вище від екологічних руйнацій, до яких це призводить.

Найвиразніший приклад жахливих руйнівних наслідків поєднання хижацько-меркантильного ставлення з некомпетентністю – найбільша за всю історію людства техногенна катастрофа – аварія на Чорнобильській АЕС. Аварію «заклали» вже в проектні основи цієї горе-станції – вона проектувалась і

будувалась насамперед для виробництва палива для водневих та атомних бомб, що на порядок знижувало рівень її безпечності, зате було вельми вигідним економічно. Ті вчені, які спроектували ЧАЕС, вчинили безвідповідально, керуючись меркантильними мотивами, зумовленими вимогою відомої своїм хижацьким, цинічним, зневажливим ставленням до природи, здоров'я та життя людей правлячої верхівки КПСС (Комуністичної партії Совецького Союзу) створити таку станцію. КПСС щедро винагороджувала «слухняних» вчених і позбавляла винагород та карала «неслухняних» (згадаємо, до прикладу, академіка Сахарова). Не будемо висвітлювати ту низку некомпетентних та безвідповідальних дій горе-вчених, партійних бонз, чиновників, працівників ЧАЕС, які призвели до катастрофи. Чимало з них померли від великих доз радіаційного опромінювання, інших засудили і вони померли у в'язниці, а деякі, найбільш совісні, покарали самі себе – вчинили суїцид. Притім, що в цій справі ще дуже багато незрозумілого й невідомого.

Власну, особистісну відповідальність людини за все, що діється навколо і, насамперед, за свої дії, вчинки, поведінку, діяльність називають екзистенційною. Ця відповідальність – істотна складова духовності особистості, психологічним «ядром», сутністю якої є бажання і здатність автентично (*грец. autos – сам*), вільно обирати значущі для неї духовні цінності (Бог, свобода, доброта, краса, справедливість і т. ін.) та поводитись відповідно до них, навіть всупереч загрозливому тиску ззовні та інстинкту самозбереження. (*Див.: 12.2.; 17.*)

Отже, піднесення духовності – це, без жодного перебільшення, проблема, від вирішення якої залежить не лише прогрес людства, а й його виживання, само існування. Звідси – пріоритетна актуальність психологічних проблем духовності, базовим суб'єктом якої є особистість.

Піднесення духовності особистості пріоритетно актуальне і з позицій гуманізму, стратегічною метою якого є створення таких природних, суспільних та духовних умов життя людини, за яких вона могла б уповні розгортати свій потенціал, працювати, спілкуватись, жити оптимістично, з вдовolenням, радістю, насолодою, щасливо, почуватись благополучно.

**Гуманізм** (*лат. humanus – людський, людяний*) в широкому розумінні – це система ідей, концепцій, вчень, які проголошують людину, особистість найвищою цінністю на Землі, її право на

свободу, соціальну захищеність, розвиток та реалізацію здібностей, благополуччя, щастя тощо. Дієве утвердження цих прав є гуманістичним критерієм оцінки всіх суспільних інституцій, а принципи рівності всіх перед законом, людяності та справедливості – гуманістичними, а відтак, єдино прийнятними засадами людських стосунків і взаємин.

Варто зауважити, що внаслідок глобальної екологічної кризи, в якій опинилась наша планета, все більше дослідників погоджуються з суттєвим уточненням: людина – найвища цінність на Землі, а природа – рівноцінна з людиною, тому що людина – частинка природи.

Всі напрями психології, котрі вбачають основне покликання психологічної та педагогічної науки і практики в тому, щоб навчати людей жити згідно з ідеалами гуманізму, змістовно і щасливо, кожен своїм шляхом дійшли однакових висновків, які узагальнено можна сформулювати так: 1) необхідною умовою і вирішально-визначальним фактором почування благополуччя, гармонійного, піднесено-натхненного, оптимістичного стану людини є її духовність – внутрішня, автентична свобода; 2) тільки особистості з розвиненою духовністю, екзистенційною відповідальністю можуть утворити й утвердити гармонійні взаємини, гуманістичні стосунки, розбудовувати прогресивне в усіх вимірах суспільство тощо. (Див.: 17.).

Отже, висока актуальність психологічної проблематики особистості в умовах сучасного етапу науково-технічного прогресу зумовлюється насамперед і головним чином життєвою необхідністю розвитку інтелекту, особливо креативного, та піднесення духовності, базовим суб'єктом яких є особистість. Ці ключові позиції конкретизуються в розлоговому комплексі актуальної особистісної проблематики сучасності, пов'язаної з усіма суспільними проблемами, оскільки основним, базовим суб'єктом суспільних стосунків, соціальних взаємин є особистість.

## ***12.2. Біологічна, суспільна і духовна природа людини***

Матеріальною основою, осередком окремішнього існування кожної людини є її організм в сукупності усіх його анатомічних структур (органів та їх систем) і фізіологічних функцій, локалізованих в тілі. Природа організму людини – біологічна. Це

означає, що його властивості, втілені в його анатомічних структурах та фізіологічних функціях, народження, життя і смерть підпорядковані біологічним законам, зумовлюються біологічними чинниками. Основні властивості організму визначаються генетично, успадковуються від батьків як певна хромосомна програма, що реалізується протягом його життя. Середовище, в якому він існує, сприятливо чи несприятливо впливає на цей процес. На основі організму розгортається буття людини в усіх сферах її існування і формування та функціонування її психіки.

Чимало особливостей психіки людини, зокрема, її темпераменту, задатків інтелектуальних та інших здібностей, корелюють з особливостями анатомії її головного мозку та нейрофізіологічних і біохімічних процесів у ньому, формування й функціонування яких визначається генетично. Тип темпераменту, певні властивості та особливості емоційних реакцій, процесів і станів, ставлень, які формуються на їх основі, спілкування, мислення корелюють і між собою, і з певними особливостями будови та функціонування тіла, його органів, детермінованими генетично.

**Кореляція** (лат. *correlatio* – співвідношення) – взаємна відповідність, за якої при наявності однієї з корелюючих між собою властивостей, особливостей, обов'язково наявні й інші.

Кореляційна взаємна відповідність може зумовлюватись лише тим самим, спільним чинником щодо властивостей, особливостей, які корелюють між собою. Отже, якщо певні особливості нейрофізіологічних процесів, будови та функціонування тіла, його органів визначаються генетично, то й ті властивості психічних феноменів, які корелюють з ними, зумовлюються генетично – тими самими генетичними програмами. Цей факт є незаперечною підставою для твердження, що певні психічні властивості й особливості людини детермінуються генетичними факторами, котрі належать до її біологічної природи.

Біологічна життєдіяльність людини у сфері живої природи – не безпосередня. На відміну від диких (не свійських) тварин, вона опосередкована її суспільним способом існування, виробленими суспільством засобами видобування з природи того, що необхідне для задоволення її потреб, і використання, споживання того, що видобувається. Внаслідок цього функціональні структури людського організму відповідають суспільному способу буття людства.



Це означає, що будова організму, тілесних органів, нервової системи людини пристосовані, придатні щодо формування й функціонування на їх основі свідомості, понятійного мислення і мовлення, уяви, волі, почуттів, усіх тих феноменів людської психіки, які забезпечують засвоєння і використання суспільного досвіду у вигляді знань, умінь, навичок. Так, влаштування кистей рук людини, у якому найбільш важливими є структурні властивості великих пальців, дозволяє засвоювати і здійснювати величезну кількість трудових операцій, з яких чимало – дуже складні, філігранно тонкі. Центри керування рухами кистей знаходяться в так званих премоторних зонах кори головного мозку. Ці центри вельми великі за об'ємом, понад дві третини якого регулюють функціонування великих пальців. У жодного виду тварин немає таких кінцівок та центрів керування ними. Отож серед тварин тільки шимпанзе, за умови цілеспрямованого навчання людьми, спроможні засвоювати деякі елементарні операції людської праці. М'язи горла і язика людини придатні до артикуляції (вимовляння) звуків людської мови; шлунково-кишковий тракт – до перетравлювання кулінарно оброблених продуктів, і т. ін.

Таким чином, *в контексті загально-психологічного вивчення особистості її біологічна природа постає як її матеріально-тілесна основа і як генетичні фактори її психіки.*

Біологічна природа особистості є матеріальним базисом, на якому формується і функціонує її суспільна (соціальна) природа – ті особистісні властивості, які визначаються суспільними чинниками і підпорядковуються суспільним законам.

*Основні утворення суспільної природи особистості: знання, уміння, навички, сфера спрямованості.*

Знання людини за своєю сутністю і в своїй основі є понятійними, вони утворюють базис свідомості (див.: 2.4.). Уміння й навички поділяються на трудові, пізнавальні (навчальні), спілкування або комунікативні (лат. *communis* – роблю спільним, спілкуюсь), ігрові. Вони забезпечують здатність функціонувати, діяти у суспільній сфері буття – працювати, вчитись, спілкуватись, грати. Людина засвоює і реалізує їх у процесі свого життя в суспільстві. Формування знань, умінь, навичок здійснюється шляхом цілеспрямованого та стихійного навчання посередництвом мотиваційних, пізнавальних, вольових, емоційних психічних процесів і станів (бажань, прагнень, мотивів, відчуттів,

сприймання, мислення, уяви, пам'яті, зусиль волі, емоційних переживань). А психічні процеси і стани формуються і функціонують на базі знань, умінь, навичок, котрі є тим змістом, яким вони сповнюються, яким психіка оперує. (*Згадаємо методологічні принципи детермінізму й відображення та єдності свідомості і діяльності – див.: 3.3.1.*) Від характеру знань, умінь, навичок людини та їх використання значною мірою залежить її місце і роль в суспільстві, становище в соціумі.

*Комплекс утворень психіки людини, які скеровують її життєдіяльність, можна назвати **спрямованістю особистості**. Основні складові спрямованості особистості: ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра.*

***Ціннісні орієнтації** – найбільш значущі, важливі, цінні для особистості духовні цінності, ідеали, ідеї, моральні принципи та норми, які утворюють основу її смислу життя та змісту утворень сфери спрямованості (світогляду, переконань, віри).*

***Світогляд особистості** – її погляди на життя, розуміння його смислу, сутності Бога, людини, світу (природи, суспільства, цивілізації, культури).*

***Переконання** – впевненість особистості у правильності своїх ціннісних орієнтацій, поглядів на життя, світогляду, віри і зумовлених ними та відповідних їм дій, вчинків, діяльності, поведінки.*

***Віра** – прийняття особистістю тих чи інших релігійних, ідеологічно-політичних ідей, духовних цінностей, тлумачень, оповідей тощо як істинних, правдивих, правильних попри відсутність тільки для неї чи об'єктивно переконливої аргументації їх істинності.*

Формування та функціонування складових спрямованості особистості здійснюється посередництвом засвоєння нею релігійних, філософських, морально-етичних, правових, естетично-мистецьких, ідеологічних, політичних, наукових, життєво-практичних знань, ідей, духовних цінностей. Релігія, філософія, мораль, право, мистецтво, наука – це форми суспільної свідомості, в яких суспільство пізнає, знає та утверджує себе. Отож сформована на їх основі спрямованість індивіда регулює його життя як члена суспільства. Суспільна сутність факторів формування та функціонування спрямованості особистості – незаперечна підстава для віднесення цього психічного утворення до її суспільної природи.

Воднораз, спрямованість є психологічним осередком і духовної природи особистості. *Психологічна сутність духовності особистості* полягає у її здатності до самостійного, незалежного від тиску соціуму (соціального оточення), автентичного (грец. *aitos* – сам, власний), тобто, внутрішньо-особистісного, власного ціннісного орієнтування, заснованого на світоглядних роздумах, переживаннях, оцінках. Ця здатність забезпечує її внутрішню свободу, самостійність у мотивації вчинків, дії, поведінки, діяльності. (За В. Е. Франклом). Тобто, вирішально-визначальним фактором буття духовної особистості, спрямованість якої підпорядкована її автентичним ціннісним орієнтаціям, світогляду, переконанням, вірі, є вона сама, її незалежні від тиску соціуму роздуми, емоційні переживання, оцінки.

Не в усіх людей розвивається духовність, особливо в несприятливих щодо цього умовах. Таких людей можна назвати бездуховними.

Таким чином, особистості притаманні три природи, що відповідають трьом комплексам умов і факторів, які детермінують її буття і формують її основні системно-структурно-функціональні блоки, – біологічна, суспільна, духовна. Їх ієрархічна побудова в процесі індивідуального розвитку людини – від біологічних основ до духовних вершин представлена у Табл. 1.

*Таблиця 1.*

### **Основні структурно-функціональні блоки особистості**

<i>Блок 3: Спрямованість: ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра, – функціональні структури суспільної і духовної природи особистості</i>
<i>Блок 2: Знання, уміння, навички – функціональні структури суспільної природи особистості</i>
<i>Блок 1: Організм, локалізований в тілі, придатний щодо формування і функціонування утворень суспільної і духовної природи особистості; генетично зумовлені задатки певних психічних властивостей – функціональні структури біологічної природи особистості</i>

*Структурно-функціональні блоки особистості як системи* відповідають тій системі, в якій розгортається її життєдіяльність – світу людини. Вони забезпечують її існування в цій системі.

### 12.3. Диференціація понять: *особистість, людина, індивід (індивідуум), особа, індивідуальність*

Визначення основного психологічного змісту біологічної, суспільної та духовної природи особистості дозволяє диференціювати (*лат. differentia – різниця, відмінність*), тобто, розмежувати близькі поняття: особистість, людина, індивід (індивідуум, особа), індивідуальність, – на основі сутнісних ознак кожного з них.

**Особистість** – це людина, якій притаманна суспільна природа, суб'єкт самосвідомості (усвідомленого власного Я), понятійних знань, трудових, пізнавальних, комунікативних, ігрових умінь і навичок, свідомого відображення світу і регулювання свого буття в ньому посередництвом своєї спрямованості (ціннісних орієнтацій, світогляду, переконань, віри).

Деякі дослідники схиляються до того, що далеко не всі люди гідні називатися особистостями. Мовляв, особистість стоїть на доволі високому рівні розвитку. Відтак, людину не можна називати особистістю, поки вона не досягне такого рівня. Але виникають питання: Як визначити цей рівень, за якими критеріями, показниками? Як знайти і обґрунтувати підстави, згідно з якими чималій кількості людей буде відмовлено називатись особистостями? Чи це гуманно, демократично, справедливо? Як називати людей, котрі ще «не доросли» до особистості? Для нас є очевидним, що це – шлях в тупик.

Напевне, що на основі ознак, вказаних у наведеній вище дефінітивній (*лат. definitio – визначення*) характеристиці особистості, слід називати цим терміном усіх людей, яким притаманні ці ознаки. Інша справа, що треба шукати і виокремлювати типи, підтипи, види, різновиди, групи, підгрупи особистостей на основі різних особливостей таких ознак. Водночас, необхідно чітко визначити, які представники людського роду все ж не є особистостями.

Найбільше питань, пов'язаних з правом називатися особистістю, виникає стосовно психічно хворих людей. У психічно хворих патологічно змінюються самосвідомість, відчуття, сприймання, мислення, уява, емоційні процеси, ставлення. Внаслідок цього не знаходять ефективного застосування і руйнуються набуті ними до хвороби знання, уміння,

навички, сформована спрямованість. Але, всі ушкоджені психічні процеси і стани та складові суспільної природи людини залишаються у них суспільними за походженням та функціонуванням, хоча внаслідок психічного захворювання вони стали неадекватними і неефективними щодо нормальних суспільних стосунків, соціальних взаємин, спілкування, поведінки, діяльності. Отже, на нашу думку, немає жодних вагомих підстав не вважати психічно хворих особистостями. Вони – *хворі особистості*, у яких патологічно змінені самосвідомість, психічні процеси і стани.

Особи з вродженими і набутими в ранньому дитинстві внаслідок травм та ураження інфекціями розумовими дефектами, у яких все ж сформувались хоч якісь примітивні знання, уміння, навички, адекватність реагування та поведіння, мовлення, самосвідомість, – *особистості, що відстають у розумовому розвитку*.

Вище зазначалось, що далеко не в усіх людей розвивається духовність, як здатність до автентичного самовизначення й саморегуляції. Такі люди беззастережно керуються домінуючими в їхньому соціальному оточенні ідеями, цінностями, принципами і нормами поведінки, мотивують свої вчинки, дії з огляду на думку, позицію значущих для них осіб та груп тощо. Їх слід назвати *бездуховними особистостями*.

Діти засвоюють знання, акумульовані в поняттях, разом з мовою, уміння і навички спілкуватись, гратись, навчатись, працювати – посередництвом відповідних занять. У взаємній зумовленості з цими процесами, на базі їх змісту формуються, розвиваються, функціонують сприймання, мислення, уява, пам'ять, воля, почуття, свідомість, самосвідомість, складові сфери спрямованості дитини. Отож, дітей, у яких вже сформоване власне Я, можна назвати *особистостями, що розвиваються*.

Немовлята ще не є особистостями, оскільки психічні утворення, в яких представлена суспільна природа людини, у них поки що не сформовані. Вони – *потенційні особистості*.

*Не є особистостями люди з вкрай важкими ушкодженнями психіки, зумовленим генетично та набутими.* Такі люди або нездатні внаслідок важких генетичних руйнацій засвоїти хоч якийсь суспільний досвід – навіть елементарні понятійні знання, слова, уміння, навички (так звані мікроцефали – індивіди з малим об'ємом головного мозку без звивин, ідіоти та ін.), або цілковито

втрачають увесь набутий соціальний досвід в результаті важких ушкоджень мозку. Так, кінцевим результатом невилікуваного вчасно ураження блідою спірохетою (сифілісом) є катастрофічна руйнація центральної нервової системи (спинного й головного мозку) та психіки, яка називається прогресивний параліч. На останніх стадіях цього захворювання особистість цілковито руйнується. Залишається тільки організм, не здатний на жодні адекватні реакції. До прикладу, з секретних архівів СРСР «просочилась» достовірна інформація, що таких руйнацій зазнав більшовицький вождь пролетаріату Володимир Ілліч Ленін.

Особистість може цілковито зруйнуватися і в результаті інших психічних хвороб, що перебігають в дуже важких формах. Однак, і істоти з несформованими та цілковито зруйнованими особистісними утвореннями, не кажучи вже про немовлят, є людьми, належать до людського роду, який науковою мовою називається вид *Homo sapiens* (лат. – людина розумна). Незаперечна підстава вважати їх людьми – їхнє людське тіло й організм, народження жінкою.

*Людина* – це кожний, будь-який представник виду *Homo sapiens*, основною відрізняльною ознакою якого, як і всіх видів живих організмів, є склад і будова організму, тіла.

*Індивід або індивідуум* (лат. *individuum* – неподільне, цілісне) – окремих представник виду *Homo sapiens*, відокремлений від інших індивідів власним тілом, носій індивідуально-неповторних властивостей, рис, особливостей.

*Особа* – український синонім терміну індивід.

*Індивідуальність* – особистість в сукупності її розвинених суспільно-значущих властивостей: інтелектуальних та інших здібностей, уяви, знань, умінь, навичок та способів їх застосування, спрямованості, характеру і т. ін. Коротко кажучи, індивідуальність – це непересічна особистість.

Отже, можемо констатувати, що кожна особистість є людиною, індивідом (індивідуумом, особою), але не кожна – індивідуальністю. Кожен індивід (індивідуум, особа) – людиною, однак, не кожен – особистістю та індивідуальністю. Кожна людина – індивідом (індивідуумом, особою), але не кожна – особистістю та індивідуальністю. І тільки кожна індивідуальність є і особистістю, і особою (індивідом, індивідуумом), і людиною.

Наведенні трактування понять особистість, людина, індивід, індивідуум, особа, індивідуальність не претендують на

вичерпність та завершеність. Однак, ці трактування диференціюють ці поняття на основі істотних відрізняльних ознак кожного з них, що сприяє адекватному та ефективному використанню їх в навчальній, науково-дослідній та практичній психологічній, педагогічній і соціальній роботі.

### **Контрольні запитання і завдання**

1. Назвіть найбільш істотні, сутнісні властивості (ознаки) особистості.

2. Висвітліть основний психологічний зміст біологічної природи особистості,

3. Висвітліть основний психологічний зміст суспільної природи особистості.

4. Що є змістовим сповненням психічних процесів і станів особистості?

5. Розкрийте основний психологічний зміст складових спрямованості особистості: ціннісних орієнтацій, світогляду, переконань, віри.

6. Висвітліть основний психологічний зміст духовності особистості.

7. Що є вирішально-визначальним фактором буття духовної особистості?

8. Доведіть, що критерій рівня розвитку некоректний у підході до визначення поняття «особистість».

9. Висвітліть основний психологічний зміст понять: особистість, людина, індивід (індивідуум, особа), індивідуальність.

10. Кого слід називати «хворими особистостями», «особистостями, що відстають у розумовому розвитку», «бездуховними особистостями», «особистостями, що розвиваються», «потенційними особистостями»?

11. Які люди не є особистостями?

12. Чому проблематика психології особистості є пріоритетно актуальною в сучасному світі?

13. Що таке інтелектуальна еліта нації?

14. Що таке гуманізм в широкому розумінні?

15. Доведіть, що піднесення духовності особистості є ключовим фактором, по-перше, виживання й прогресу людства, по-друге, людяності в людських душах, взаєминах, стосунках.

## Розділ 13.

### ЗАДАТКИ І ЗДІБНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

*Задатки* – генетично зумовлені (вроджені) анатомо-фізіологічні та психічні властивості людини, з яких розвиваються її здібності.

*Здібності* – психічні та анатомо-фізіологічні властивості особистості, які є необхідною умовою і вирішально-визначальним фактором успішності формування та функціонування її як суб'єкта тієї чи іншої діяльності, що виявляється в показниках якості засвоєння та використання необхідних для цієї діяльності знань, умінь, навичок.

#### 13.1. Задатки

В психологічній науці довго точились суперечки щодо степені впливу задатків індивіда на розвиток його здібностей. Однією з радикальних, діаметрально протилежних точок зору є заперечення не лише залежності здібностей від задатків, а й самого їх існування, трактування їх як фікції, що вводить в оману науковців, педагогів, психологів, батьків. Мовляв, успішність розвитку та реалізації здібностей суб'єкта вирішально-визначальним чином залежить від характеру його навчання, виховання, заохочень та покарань, мотивації (спрямованості і потужності бажань, прагнень), вольових властивостей. Отож, в принципі, з будь-якої дитини без психічних дефектів можна сформувати фахівця будь-якого рівня у будь-якій сфері діяльності. Ця точка зору ніколи не мала помітної кількості прихильників, оскільки очевидні життєві факти та результати серйозних наукових досліджень спростовують і заперечують її.

Протилежною радикальною точкою зору є трактування задатків як єдиного вирішально-визначального чинника розвитку здібностей.

Істина, як здебільшого в ситуаціях полярного розходження наукового тлумачення предмета, «посередині» – задатки являють собою базовий, вирішальний, але не єдиний визначальний фактор розвитку і функціонування здібностей. Про існування задатків як саме такого фактора свідчить той незаперечний факт, що одні



особи легко, швидко і з вдовolenням опановують якісь певні знання, уміння, навички, інші – з більшими труднощами, зусиллями, повільніше, а деякі так і не опановують, навіть за допомогою потужної мотивації (великого бажання, хотіння) та величезних зусиль.

Видатний англійський психолог і антрополог Френсіс Гальтон (1822–1911) створив теорію про вроджені основи успішності видів праці, що вимагають високого інтелекту, творчого підходу, креативності, яку виклав у знаменитій книзі *«Спадковість таланту. Її закони й наслідки»*. Положення цієї теорії викликали чисельні й палкі заперечення, дискусії, котрі довго не вщухали. Однак, врешті-решт, вона стала теоретичною базою диференційної психології.

*Диференційна психологія* – галузь психологічної науки, об'єкт досліджень якої – індивідуально-психологічні відмінності між людьми, переважна більшість яких зумовлюється генетичними факторами.

Ф. Гальтон вивчив біографії 997 відомих і видатних (що свідчило про їхні непересічні здібності, таланти) державних діячів, полководців, юристів, письменників, музикантів. Виявилось, що всі вони належали лише до 300 родин, і сам Френсіс Гальтон – до однієї з них. На кожних 10 відомих і видатних осіб у цих родинах припадало: 3-4 відомих батька (відомі батьки відомих дітей), 4-5 відомих братів (відомі особи, які мають відомих братів), 5-6 відомих синів (відомі сини відомих батьків). На основі солідних математично-статистичних розрахунків він дійшов висновку, що пропорція здібних, талановитих діячів у всіх провідних сферах буття суспільства в загальній кількості населення обмежена генетично і зосереджена у порівняно невеликій кількості родин. Відтак, їх поява може з високим ступенем вірогідності прогнозуватись у таких родинах, тобто, є закономірною. Звісно, індивідуальності з непересічними, з видатними здібностями народжуються та виховуються і в родинах, у яких не було і немає талановитих особистостей. Але це – випадковість.

Серед багатьох вивчених Ф. Гальтоном родин, у яких постійно народжувались індивідууми з великими здібностями, найбільш вражає та, до якої належав геніальний композитор Іоганн Себастьян Бах. З 1500 до 1800 років вона подарувала світові 40 талановитих і 20 видатних музикантів – композиторів та

виконавців. Задатки музичних здібностей передавались в ній по чоловічій лінії. В родині геніального композитора Амадея Теодора Моцарта налічувалось п'ятеро видатних музик.

Чисельні науково-вагомі дані, які засвідчили істинність усіх положень теорії Ф. Гальтона, одержано у ХХ ст.. Відомий американський психолог Ганс Юрген Айзенк (1916–1997) здійснив глибокий аналіз цих даних і заявив: «Коло замкнулось, і ми повертаємось до ідей, обгрунтованих сером Френсісом Гальтоном. Але тепер у нас є значно більше переконливих свідчень на їх користь».

До прикладу, графіки електроенцефалограм (ЕЕГ) активності тих ділянок кори головного мозку у лівій півкулі, в якій локалізуються центри абстрактно-логічного мислення, «теоретизування», дітей і дорослих з високими і низькими тестовими показниками рівня інтелекту виразно відрізняються між собою. У ЕЕГ перших – помітно більші амплітуда й частота коливань, висота і гострота піків, складніша структура (в межах норми). Водночас, у осіб зі жвавим образним інтелектом та мисленням – подібні ЕЕГ активності правої півкулі, де знаходяться його центри. (Див.: 4.4.; 4.6.).

Основним методом діагностики інтелектуальних (розумових) задатків особистості є тести інтелекту. Ці тести зазнали жорсткої критики. Мовляв, вони виявляють не вроджений інтелектуальний потенціал індивіда, а рівень та особливості розвиненості його мислення як результату навчання на момент тестування. Головним аргументом був той факт, що представники архаїчних культур, а також діти та дорослі з неможливих верств населення і в нерозвинених, і в розвинених країнах, які не мали можливості належним чином навчатись, здобути гідну освіту, демонструють значно нижчі показники інтелекту за результатами тестування, ніж ті особи, котрі здобули чи здобувають якісну освіту, завдяки чому у них сформовані ті мисленнєві операції, яких вимагають тестові завдання. Але, якщо осіб з низьким рівнем інтелекту за результатами тестування, у яких низький рівень освіти, якісно навчати, то їхні тестові показники помітно підвищуються, у деякого з них – до доволі високих і навіть до найвищих. З цього робиться висновок, що тести інтелекту виявляють не його вроджений потенціал (розумові задатки), а рівень знань та розвиненості мисленнєвих операцій, умінь, навичок тестованих. А оскільки вихідці із заможних сімей мають найкращі можливості для

оволодіння якісними знаннями, що є основним фактором розумового розвитку, а з неможливих – обмежені, то необхідно створити однакові освітні можливості для всіх. Це – важливий аспект соціальної справедливості як істотного прояву гуманізму.

Цивілізовані, культурні, розвинені нації створили. Понад це, на рівні пріоритетних і солідних державних програм виявляються розумово обдаровані діти серед усіх верств населення. Вони навчаються у спеціалізованих школах, в яких інтенсивно розвивають не лише їхні розумові здібності, інтелект, мислення, а й особистісні властивості, необхідні для успішної реалізації цих здібностей. (Див.: 12.1.) Виявляють таких дітей за допомогою тестів інтелекту. В результаті тривалого та копіткого вдосконалення їх, були створені тестові завдання, валідні й надійні саме щодо розумових задатків, вроджених властивостей інтелекту. (Див.: 3.3.3.)

Основна помилка критиків тестів інтелекту полягає в тому, що вони міркують на загальне. Але ці тести призначені для визначення рівня інтелекту індивідуума. А індивідууми, які навчаються в однакових умовах, за тими самими програмами й методиками, опановують ті самі знання, уміння, навички, відрізняються між собою, нерідко вельми помітно, за показниками тестування рівня інтелекту, що є незаперечним свідченням валідності застосованих тестів. На сьогоднішній день встановлено, що понад 70% даних, отриманих за допомогою валідних тестів інтелекту, можна пояснити тільки проявом генетичних чинників – розумових задатків. (Психологічна сутність інтелекту й мислення – див.: 9.1.)

В більшості тестів інтелекту респондентам пропонується встановити співвідношення між поняттями, об'єктами, рисунками, геометричними фігурами, розв'язати задачі і головоломки тощо за певний проміжок часу. Складність завдань поступово наростає. За правильне виконання кожного з них нараховується певна кількість балів – тим більше, чим воно складніше. Одержані бали математично обробляються за різними формулами. До прикладу, визначається сума балів, що відповідає середньому рівню інтелекту дітей, підлітків, юнаків і дівчат протягом кожного року їх життя. Інтелектуальний рівень тестованого вираховується за формулою:  $IQ$  (аббревіатура англійських слів *intelligential quotient* – коефіцієнт інтелекту) дорівнює: в чисельнику – розумовий вік (якому віку відповідає сума балів, що її набрав досліджуваний) помножений на 100%, в знаменнику – фактичний вік досліджуваного. Скажімо, шестирічна дитина і чотирнадцяти-

річний підліток набрали однакову суму балів – 90, яка відповідає середньому рівню інтелекту у віці 8 років. Отже, IQ дитини дорівнює 133 (8x100:6); підлітка – 57,1 (8x100:11).

Деякі дослідники експериментально перевіряли, наскільки здібності залежать від задатків. Вони розвивали різні здібності у дітей з незначними відповідними задатками і навіть з цілковитою відсутністю їх. Це, здебільшого, вдавалось, але вимагало величезних зусиль і багато часу, а результати були вельми скромні. Візьмемо, до прикладу, показовий експеримент такого роду, який провів відомий радянський психолог Олексій Миколайович Леонтєв (1903–1979). Він розвивав музичні здібності в дітей, у яких не було музичного слуху (задатків музикальності), – вони прослуховували музичні звуки, мелодії та підспівували їм, відтворювали ці звуки і мелодії після їх звучання, порівнювали їх тощо. У багатьох слух виробився, але дуже слабенький. Генетичний фактор відчутно дався взнаки. «Гора народила мишу» – зусилля великі, а результат мізерний.

Вирішально-визначальний детермінуючий вплив задатків як генетичного фактора показали результати експериментів з тваринами. У першому класичному експерименті такого роду піддослідних щурів поділили за ознакою швидкості й точності знаходження шляху в лабіринті на дві групи: «розумних», які швидко і з малою кількістю помилок знаходили та запам'ятовували цей шлях, і «тупих», котрі витрачали на це помітно більше часу і значно частіше помилялись. Потім особин кожної з цих груп схрещували – «розумних» з «розумними», «тупих» з «тупими». У шостому поколінні нащадки перших набагато переважали нащадків других за швидкістю і якістю навчіння – формування поведінкових навичок.

Згадаємо з навчального курсу *«Зоопсихологія і порівняльна психологія»*, що особини (окремі тварини) того самого виду вельми помітно відрізняються між собою за показниками рівня інтелекту попри індивідуальний досвід інтелектуальних актів кожної з них. (Згідно з В. Кьолером, І. П. Павловим, Н. М. Ладигіною-Котс та ін.).

Таким чином, задатки – це генетично зумовлені основа і фактор засвоєння і застосування знань, умінь, навичок. Вони виявляються в тих вроджених властивостях інтелекту, мислення, уяви, пам'яті, мовлення, сприймання, відчуттів, потужності та рухливості тілесних органів індивіда тощо, які істотно впливають на ефективність формування, розвитку і функціонування його здібностей.

## **13.2. Якісна і кількісна характеристики здібностей**

Якщо індивід протягом психологічно й педагогічно обґрунтованого часу, відведеного на засвоєння знань, умінь, навичок у тій чи іншій галузі, успішно оволодіває ними, то це свідчить, що він має здібності до діяльності в цій галузі. Той індивід, який також оволодіває цими знаннями, уміннями, навичками, але протягом довшого часу і ціною більших зусиль, характеризується як менш здібний. А той, що не оволодіває навіть ціною великих зусиль – як нездібний.

**Якісна характеристика здібностей** виражається щодо кожного з видів та різновидів діяльності і являє собою описове визначення змісту складових цих здібностей.

**Складові здібностей** – це ті психічні та/чи анатомо-фізіологічні властивості особи, котрі сукупно утворюють якісь здібності.

**Кількісна характеристика здібностей** – це показники рівня їх розвиненості. Базовими кількісними показниками здібностей є час та зусилля, які суб'єкт витрачає на опанування відповідною цим здібностям діяльністю.

Тести інтелекту дозволяють виводити математичні кількісні показники розумових здібностей. Ці показники коливаються в межах від 30 до 170, відповідно, співвідношення цих межових показників приблизно 1:6.

За якісними показниками здібності поділяють на загальні та спеціальні.

**Загальні здібності** виявляються у здатності добре розуміти та засвоювати матеріал усіх предметів навчальних програм, без проблем опанувати всляку розумову працю, окрім тих її різновидів, котрі вимагають якоїсь специфічної здатності (неординарної кмітливості, особливої спостережливості тощо). Кількісні показники окремих здібностей в структурі загальних зазвичай різні. До прикладу, до математики більші, ніж до літератури тощо.

Здібності до тих чи інших окремих предметів та/чи видів діяльності називаються **спеціальними**.

Функціональні структури спеціальних здібностей утворюють комплекси корелюючих психічних, а до багатьох видів діяльності – і/або анатомо-фізіологічних властивостей. До прикладу, найбільш важливі складові художньо-літературних

здібностей: багатство і яскравість уяви, фантазії, образного мислення і пам'яті; інтенсивне почування краси, прекрасного, піднесеного, потворного, огидного, низького, морального і аморального в людях, їх вчинках і стосунках; інтуїтивна чутливість до людських властивостей, особливостей, розуміння та здатність аналізувати їх; багатий запас слів; змістовна й досконала за формою описовість писемного мовлення.

Складові математичних здібностей: спроможність легко знаходити математичні (кількісні й порядкові) співвідношення і добре орієнтуватись в них; здатність аналізувати, абстрагувати, узагальнювати математичний матеріал, а відтак, згортати математичні операції (замість багатоланкової послідовності суджень – одразу, миттєво збагнути умови задачі та спосіб її розв'язання), швидко знаходити за неістотними деталями суть задачі, принцип її побудови; гнучкість і зворотність мислення – спроможність розв'язувати ті самі задачі різними способами і легко переходити від прямого до зворотного і навпаки перебігу думки, уміння знаходити латентні (приховані) дані; добре запам'ятовувати математичні формули і логіку формального мислення, типи задач і способи їх розв'язання, ознаки геометричних тіл та їх співвідношень. (за В. А. Крутецьким)

Складові музичних здібностей: здатність емоційно переживати музику, відчувати її виразність, диференціювати висоту і темброві особливості звуків, сприймати мелодію як певну звуковисотну послідовність і міру її завершеності (ладове чуття), впізнавати і відтворювати мелодії, точно інтонувати їх; гармонійний слух – спроможність сприймати співзвучність, розрізняти консонансні та дисонансні інтервали; слухова уява – здатність оперувати у внутрішньо-психічному плані висотними та ритмічними співвідношеннями звуків, довільно відтворювати мелодії, добирати їх по пам'яті на музичних інструментах, співаючи, не фальшивити; відчуття ритму (певної часової організації звучання музики, що характеризується групуванням та наявністю акцентів – звуків, що виокремлюються, підкреслюються) і здатність безпомилково відтворювати ритми. (за Б. М. Тепловим).

На сьогоднішній день вивчено та визначено складові багатьох здібностей. Вони є змістовою основою професіограм.

**Професіограма** (лат. *professio* – професія, фах, спеціальність) – документ, у якому представлені: місце та роль професії в структурі суспільного розподілу праці; історія та

перспективи її розвитку; вимоги щодо необхідних для неї знань, умінь, навичок; інформація про навчальні заклади, у яких готують фахівців цієї професії; якісна характеристика здібностей, необхідних для успішного оволодіння професією та ефективної праці за фахом.

Професіограми є основою професійного консультування та професійного орієнтування.

**Професійне консультування** (лат. *consultatio* – нарада) – організоване на основі професіограм інформування про професії, що має допомогти людям, насамперед юнакам і дівчатам, які закінчують школу, обрати ту спеціальність, котра відповідає їхнім задаткам, здібностям, схильностям.

**Професійне орієнтування** (франц. *orientation* – налаштування) – комплекс психологічних, педагогічних і медичних заходів, які мають допомагати молодим людям обрати ті професії, котрі відповідають їхнім задаткам, здібностям, схильностям.

Відповідність професії суб'єкта його задаткам, здібностям – основна умова ефективності його праці, а відтак, задоволення від неї, що є одним з чинників високої самооцінки, самоповаги, почуття гідності – потужного джерела душевної гармонії, життєвої наснаги, натхнення, радісного піднесення, почування благополуччя, всього того, що називають повноцінним життям та самоактуалізацією. (Див.: 19.6.). І навпаки, праця, що не відповідає задаткам і здібностям суб'єкта, мордує і стомлює його нецікавістю, великими, але малоефективними зусиллями, породжує розчарування та зневіру в собі, низьку самооцінку, глибокі, тривалі, стабільні негативно забарвлені емоційні стани, які нерідко призводять до професійного психічного вигорання та інших невротичних розладів.

**Професійне психічне вигорання** – це процес поступової втрати суб'єктом розумової та тілесно-фізичної енергійності, життєвої наснаги під впливом психологічно виснажливої праці, що виявляється у хронічній втомі, емоційній виснаженості, сталому пригнічено-депресивному настрої, цілковитій втраті інтересу до роботи й спілкування та вдоволення від них, у безсонні, зловживанні алкоголем та іншими психотропними речовинами, нерідко – в тенденціях суїцидального характеру.

Інтенсивність розвитку та проявів здібностей неповнолітніх залежить від вікової сенситивності.

**Вікова сенситивність** (лат. *sensus* – відчуття, почуття) – найбільш сприятливий, оптимальний стан психіки, нервової системи, всього організму людини щодо розвитку певних психічних функцій, притаманний певним віковим періодам.

До прикладу, сенситивний вік щодо розвитку мовлення – до трьох років. Якщо протягом перших трьох років свого життя дитина не спілкувалась посередництвом мовлення (вокативно-слухового чи амслену – мови глухонімих), то вона не розмовлятиме, і навчити її розмовляти, а відтак, розвинути свідомість, понятійний інтелект і мислення практично неможливо. Сенситивний вік щодо розвитку уяви і дискурсивного, абстрактно-понятійного мислення – підлітковий, і т. ін.

Здібності найбільш виразно виявляються у сенситивному щодо них віці. Але, принаймні у багатьох розумово обдарованих дітей пізнавальні психічні процеси інтенсивно розвиваються помітне раніше щодо сенситивного для цих процесів віку в усіх інших. Це явище називається прискореним розумовим розвитком. Встановлено певні закономірності цього процесу. Так, найраніше, до п'яти років виявляється музична обдарованість, трохи пізніше – до малювання. Серед науково-пізнавальних здібностей першими дають про себе знати математичні. Майже всі ті вчені, котрі зробили видатні відкриття у віці до двадцяти п'яти років, були математиками.

### **13.3. Обдарованість. Талант. Майстерність**

**Обдарованість** – високий рівень загальних або спеціальних здібностей, передумова творчості, таланту, майстерності.

**Талант** (грец. *talanton* – вага, терези, в переносному розумінні – великі здібності) – вельми високий рівень спеціальних здібностей, на якому уможливорюється суспільно цінна творчість.

**Майстерність** – високий рівень розвитку професійних, спортивних, комунікативних здібностей, що знаходить вияв у високій якості, ефективності та продуктивності відповідної діяльності.

Загальна розумова обдарованість виявляється вже в 2-3-річному віці у вигляді прискореного розумового розвитку, потужної пізнавальної потреби і вражаючої розумової активності. У віці 3-5 років розумово обдаровані діти дуже цікавляться



багатьма предметами і явищами, самостійно формулюють оригінальні, нерідко, вельми складні питання щодо сутностей і співвідношень цих предметів і явищ та їх властивостей і наполегливо шукають відповіді на них. Вони вміють дуже добре для їх віку читати й лічити, роблять це захоплено і вдумливо, одержують велике вдоволення від праці, притім, не лише розумової, а й від фізичної. На 6-му році життя у них з'являються здатності схоплювати всілякі невідповідності, суперечності, недоречності, парадокси і нестандартно розв'язувати надто складні для їх віку задачі. Показники  $IQ$  розумово обдарованих дітей коливаються в діапазоні 140–170 балів, тобто, сягають максимуму. Серед них нерідко зустрічаються діти з ранньою розумовою спеціалізацією – на тлі високих загальних розумових здібностей виявляється виняткова обдарованість у якійсь конкретній пізнавальній сфері (в математичній, природничій, лінгвістичній, літературній та ін.). Цей феномен називається спеціальною обдарованістю. Але, спеціальна обдарованість іноді виявляється і на тлі загальних здібностей середнього рівня, здебільшого, у підлітковому віці.

Дітей, які мають значні досягнення в тій чи іншій галузі знань, мистецтва називають вундеркіндами (*нім. wunderkind* – *чудо-дитина*).

Є діти, які не випереджають однолітків за розумовими здібностями, не мають великих успіхів у навчанні, але у них вельми потужні окремі пізнавальні процеси: пам'ять, уява, сприймання, відчуття, інтуїція. Цей феномен назвали *вузькою обдарованістю*. Так слід назвати і досконалу динаміку тіла, що виявляється у великій швидкості, точності, тонкості, вправності, спритності тілесних рухів, фізичній силі та витривалості. Вузька обдарованість – вирішально-визначальний фактор високої ефективності, продуктивності відповідної їй праці суб'єкта. До прикладу, щоб стати дегустатором ароматів вищого класу, необхідно мати високу чутливість нюхового аналізатора, смаків – і смакового, і нюхового. Ефективності роботи менеджера дуже добре слугує потужна пам'ять. Майстерна праця стоматолога та мікрохірурга вимагає великої точності і швидкості тонких, дрібних рухів, перукаря – спритності рухів рук і пальців, гірського рятівника – фізичної витривалості та емоційної стабільності, і т. ін.

Але обдарованість – лиш передумова таланту та майстерності. Далеко не всі обдаровані діти досягають рівня талановитих та

майстерних фахівців. Це залежить від певних суб'єктних і об'єктивних умов та факторів, які розглядаються у наступному фрагменті цього розділу.

Можна сказати, що талант – це, насамперед, успішно розвинена й реалізована спеціальна обдарованість, найвищий рівень розвитку здібностей, необхідних для тієї чи іншої діяльності, що уможливорює самостійне, успішне й ефективне, здебільшого, оригінальне вирішення складних проблем у межах цієї діяльності і в суміжних з нею галузях. Талановиті особистості створюють значні інтелектуальні, духовні та матеріальні цінності.

*Найталановитіших людей, творчі досягнення яких є значним внеском у світову науку і культуру називають геніями (лат. genius – дух).*

### ***13.4. Умови і фактори розвитку та реалізації здібностей, таланту, майстерності***

Коли суспільство потребує здібних і талановитих особистостей у тих чи інших галузях, вони з'являються. До прикладу, під час воєн розквітають військові здібності й таланти. Держави, що сягнули вершин сучасного рівня гуманізму, демократії, науково-технічного прогресу (НТП), вимагають талановитих і здібних фахівців, насамперед, у науковій, інженерно-технічній, політичній, бізнесовій, медичній, соціальній, психологічній, педагогічній, юридичній, мистецькій сферах суспільного життя, котрі рухають НТП та підвищують якість життя людини. Отож, ці держави створюють сприятливі умови щодо розвитку відповідних талантів, здібностей громадян на рівні пріоритетних програм.

Однак, жодні найсприятливіші об'єктивні умови не забезпечать розквіту таланту, розвитку здібностей суб'єкта поза необхідними щодо цього особистісними умовами і чинниками – суб'єктивним фактором. Основним, вирішально-визначальним серед них є *інтерес* до змісту діяльності, а відтак, постійне й стабільне вдоволення і від її процесу, а не лише від результатів. Видатний німецький поет і філософ Іоганн Вольфганг Гьоте (1749–1832) зауважив, що наші інтереси і відповідні їм бажання – це передчуття прихованих у нас здібностей, передвісники того, що ми будемо спроможні здійснити. Інтерес людини до якоїсь діяльності, зацікавленість нею самою як метою, а не лише як засобом для

досягнення іншої мети (заробітку, статусу тощо) є безпомилковим «лакмусовим папірцем» (маркером і показником) наявності у неї задатків, потенційних здібностей до цієї діяльності, потенціалу й перспективи успішної самоактуалізації. (Див.: 19.6.).

В підлітковому віці з'являється багато захоплень, зацікавленість багатьма видами та різновидами діяльності, які відносно швидко минають. Залишається лиш сталий інтерес до того, до чого підліток має задатки, потенційні здібності. Цей інтерес має слугувати основним «маяком» профорієнтації. Але, конче необхідно з'ясувати, чи інтерес викликає зміст професії з врахуванням її труднощів та «буденної рутини», чи лише її зовнішні атрибути та ефекти, її престижність, популярність тощо.

Якщо людину вабить процес роботи, то вона захоплено «поринає» в нього і їй важко «випірнути» звідти. Всі майстри екстра-класу – титани праці, трудоголіки в найкращому розумінні цього слова. Вони працюють багато й натхненно і притім не стомлюються, не виснажуються, не вигорають.

***Натхнення** – це творче хвилювання, якому притаманні: своєрідні напруга і піднесення інтелектуальної потуги, ясність мислення, плин плідних думок та образів, загострення уваги й пам'яті, що є родючим психологічним ґрунтом щодо появи та реалізації творчих задумів, ефективного розв'язання складних задач, вирішення важких проблем тощо. Найвищу піднесеність натхнення називають **творчою одержимістю**.*

Натхнення є плодом тривалої самовідданої праці та гідною винагородою за неї. Але, на жаль, не всі обдаровані індивіди здатні так працювати.

Факти свідчать, що чимало дуже здібних, обдарованих учнів і студентів не виправдовують сподівань, не стають висококваліфікованими, креативними, талановитими фахівцями. Педагоги давно помітили, що загальна розумова обдарованість учня може призвести, по-перше, до звички вчитися абияк внаслідок здатності «схоплювати на льоту» навчальний матеріал, а відтак, до поверховості, хаотичності, фрагментарності, несистематизованості засвоєних знань. По-друге, цей самий фактор гальмує розвиток працелюбності і працездатності. Все це унеможлиблює розвиток обдарованості не те що до рівня таланту, а й до середнього рівня здібностей. Про таких учнів говорять: «Здібний, але не старанний».

Отже, необхідною суб'єктною умовою та чинником розвитку здібностей, досягнення майстерності є: стимульоване

зацікавленістю, інтересом прагнення суб'єкта належним чином опанувати предмет, діяльність, які відповідають його задаткам; зібраність і зосередженість на них і всьому тому, що необхідне для якісного, ґрунтовного оволодіння ними; наполеглива, систематична, копітка праця – єдиний вірний шлях до бажаної професійної компетентності. Завдяки такому ставленню індивіди з посередніми і навіть невеликими здібностями можуть досягнути доволі високих результатів, навіть стати майстерними фахівцями, спеціалістами екстра-класу.

### ***13.5. Перспективні напрямки розвитку здібностей***

Згідно з даними міжнародних освітніх організацій, що працюють під егідою ЮНЕСКО, серед учнів, яких у різних країнах щорічно відраховують зі шкіл за неуспішність та нездатність до навчання, налічується до 30% розумово обдарованих, деякі з них – надобдаровані. Чимало талановитих індивідуальностей та геніїв були посередніми й поганими учнями, серед них: І. Ньютон, Б. Паскаль, К. Лінней, Ч. Р. Дарвін, В. Скотт, М. І. Лобачевський, М. В. Гоголь, А. П. Чехов, А. Ейнштейн. Цілком вірогідно, що й більш скромні здібності багатьох людей не розкрились у школі, що значною мірою зумовлюється недосконалістю навчальних програм і методик. Освітні системи усіх прогресивних і тих, що впевнено стали на шлях прогресу, країн систематично й наполегливо шукають ефективні щодо розвитку здібностей учнів навчальні програми, методики, методи, засоби.

Виразний приклад – досягнення у розвитку здібностей Вальдорфської школи, у якій діти з першого класу активно прилучаються до високого мистецтва – музики, живопису, скульптури, архітектури, театру. В цій школі створено евритмію, яка являє собою синтез думки і слова, кольорів і музики, рухів тіла та відрухів душі. Непересічні досягнення Вальдорфської школи остаточно довели, що процес опрацювання словесно-логічної інформації в лівій півкулі головного мозку відчутно стимулює активність та потенційні можливості правої, і навпаки, художні та інші образи, якими оперує права півкуля, активують ліву, підвищують ефективність її функціонування. (Див.: 4.6).

Давно помічено, що розвинені художньо-естетичні потреби й смаки мають переважна більшість осіб з високим інтелектом,

жвавістю думки, оригінальністю та креативністю мислення, науковими здібностями. Так, видатний український вчений Володимир Іванович Вернадський (1863–1945) відзначав у собі «істотне збільшення потужності почуття й думки, духу й розуму, наукової діяльності під впливом вражень від мистецтва, і навпаки, посилення таких вражень передуючою їм інтенсивною роботою інтелекту, мислення». На засадах, в принципі, цілком відповідних евричній, ефективно розвивають здібності дітей у Японії, Китаї та інших країнах.

Радянські психологи Василь Васильович Давидов (1930–1998) і Данило Борисович Ельконін (1904–1984) успішно розвивали математичні здібності учнів шляхом засвоєння ними відносно складних алгебраїчних понять та формул з першого класу. Ефективність цього підходу доведена використанням розроблених на його основі методик у багатьох розвинених країнах.

Таким чином, на основі розглянутих властивостей задатків та здібностей можна констатувати, що задатки – це вроджена, генетична програма здібностей, яка є основним, вирішальним, але не єдиним визначальним фактором їх розвитку у якісному та кількісному вимірах, котрі, своєю чергою, є головним, вирішальним, однак, не єдиним визначальним чинником ефективності відповідної їм діяльності особистості.

### **Контрольні запитання та завдання**

1. Що показали дослідження Ф. Гальтона?
2. В чому полягає основна помилка критиків тестів інтелекту?
3. Охарактеризуйте валідні тести інтелекту.
4. Що таке якісна і кількісна характеристика здібностей?
5. Охарактеризуйте загальні та спеціальні здібності.
6. Що таке професіограма, професійне консультування, професійне орієнтування?
7. Що таке обдарованість, талант, майстерність, геніальність?
8. Висвітліть сутність основного суб'єктного фактора успішного розвитку та реалізації здібностей.
9. Що таке натхнення?
10. Що таке професійне психічне вигорання?
11. Висвітліть об'єктивні умови і суб'єктно-особистісні фактори розвитку та реалізації здібностей, таланту, майстерності.
12. Окресліть перспективні напрямки розвитку здібностей особистості.

## Розділ 14.

### ТЕМПЕРАМЕНТ ОСОБИСТОСТІ

**Темперамент** (лат. *temperamentum* – узгодженість, співрозмірність, належне співвідношення частин від *tempero* – змішую) – генетично зумовлені індивідуальні особливості інтенсивності (сили), швидкості (темпу), домінуючого емоційного забарвлення психічних процесів і станів та домінуюча зверненість особистості – або до свого внутрішнього, або до зовнішнього світу.

8

#### 14.1. З історії становлення вчення про темперамент

Засновник вчення про темперамент, видатний лікар Еллади Гіппократ (460–377 до н. е.) виявив, що люди відрізняються одне від одного за інтенсивністю, темпом психічних і тілесних реакцій та переважаючим емоційним станом, певні поєднання яких утворюють певні комплекси. Він назвав ці комплекси *красіс* (грец. *crasis* – узгоджене поєднання). Кожен з них зумовлюється певною пропорцією чотирьох рідин організму: крові (лат. *sanguis*), лімфи (грец. *flehma*), жовчі (грец. *hole*), чорної жовчі (грец. *melana hole*). Залежно від переважання у кількісному вимірі тієї чи іншої з них, утворюється певний тип *красісу* (темпераменту), яких, відповідно, налічується чотири. Таке трактування походження темпераменту називається *гуморальним* (лат. *humor* – волога, сік).

Знаменитий стародавньо-римський лікар Клавдій Гален (130–200) назвав типи темпераменту та осіб, яким вони притаманні, відповідно до назв цих рідин: сангвіністичний – сангвінік, флегматичний – флегматик, холеричний – холерик, меланхолійний – меланхолік. Ці назви утвердились як наукові терміни. Тобто, К. Гален погоджувався з гуморальним трактуванням походження темпераменту, але, на відміну Гіппократа, включив у нього ще й моральні властивості людини (схильність до добра чи до зла). Він виокремив і описав декілька різновидів основних типів темпераменту.

Видатний німецький філософ Іммануїл Кант (1724–1804) також погоджувався з гуморальним трактуванням походження темпераменту і його типів, але вважав власне темпераментальними властивостями лиш «активність психічної діяльності та інтенсивність почуттів». Рівень активності психічної

діяльності він визначав за тривалістю інтенсивної та зосередженої розумової і фізичної праці. За його спостереженнями, холерики і флегматики, на відміну від сангвініків і меланхоліків, здатні працювати зосереджено, інтенсивно і довго. Тому І. Кант назвав «темпераментами діяльності» холеричний і флегматичний. А сангвіністичний і меланхолійний – «темпераментами почуттів», тому що, на його думку, емоційність представників цих типів більш інтенсивна. Притім, у сангвініків переважає інтенсивна веселість, у меланхоліків – інтенсивна похмурість, у холериків – менш інтенсивна запальність, у флегматиків – менш інтенсивна стриманість.

Кожному типу темпераменту притаманні базові, провідні потреби: холерик прагне інтенсивної діяльності, наполегливої і напруженої праці, пристрасних взаємин; флегматик – усталеності, стабільності, спокою; сангвінік – задоволень, насолод; меланхолік – уникати хвилювань.

Гуморальне трактування походження темпераменту не знайшло наукового підтвердження, а відтак, не набуло подальшого розвитку, йому на зміну прийшли інші. Так, відомий російський анатом і психолог Петро Францевич Лесгафт (1837–1909) намагався довести, що темпераментальні властивості залежать від інтенсивності обміну речовин в організмі (метаболізму), яка, своєю чергою, зумовлюється потужністю та швидкістю кровотоку, а ці показники руху крові – будовою серця і товщиною стінок кровоносних судин та величиною діаметру просвіту в них. Стінки бувають товсті й тонкі, просвіти – широкі й вузькі. Чотири можливі комбінації цих вимірів відповідають чотирьом типам темпераменту: 1) товсті стінки і малий просвіт у поєднанні зумовлюють швидкі та сильні реакції, властиві холерикам; 2) тонкі стінки і малий просвіт – реакції швидкі й слабкі – у сангвініків; 3) товсті стінки і великий просвіт – повільні, але сильні й глибокі реакції, притаманні флегматикам; 4) тонкі стінки і широкий просвіт – повільні та слабкі реакції – у меланхоліків. Ці твердження П. Ф. Лесгафта не знайшли ґрунтовного, переконливого підтвердження і залишаються на рівні гіпотези.

Вагому концепцію нейрофізіологічних основ темпераменту створив видатний російський вчений Іван Петрович Павлов (1849–1937). В ході досліджень утворення сигнальних (умовно-рефлекторних) зв'язків у тварин, він виявив, що певні особливості цього процесу відповідають певним особливостям перебігу процесів збудження і гальмування у нервовій системі та певним

властивостям темпераменту. (Різні темпераменти, як сталі показники емоційного забарвлення, інтенсивності і темпу реакцій особини, виявлено і у тварин, принаймні, у ссавців.) І. П. Павлов експериментально дослідив ці зв'язки і встановив, що *темпераментальні властивості залежать від таких властивостей нервової системи: сили процесів збудження і гальмування у нервових волокнах, що зумовлюється потужністю і працездатністю нейронів; врівноваженості нейрофізіологічних процесів – співвідношення інтенсивності збудження та гальмування – інтенсивність якого з них і наскільки переважає в їх балансі; рухливості нейрофізіологічних процесів – швидкості зміни збудження гальмуванням і навпаки.*

Далі він з'ясував, що типи темпераменту залежать від особливостей сполучення цих властивостей і виявив чотири варіанти таких сполучень, котрі визначають і типи темпераменту, і специфіку утворення сигнальних зв'язків у собак. І. П. Павлов назвав ці варіанти сполучень *загальними типами нервової системи*, тому що вважав, що вони властиві й іншим видам ссавців, зокрема й людям. Але суворо застерігав від прямого, не обґрунтованого перенесення результатів, одержаних в експериментах з тваринами, на нервову систему і психіку людини. Згідно з І. П. Павловим, існують такі загальні типи нервової системи: 1) сильний, неврівноважений, з переважанням сили збудження – холеричний темперамент; 2) сильний, врівноважений, рухливий (швидкий перехід від збудження до гальмування і навпаки) – сангвіністичний темперамент; 3) сильний, врівноважений, інертний (повільний перехід від збудження до гальмування і навпаки) – у флегматиків; 4) слабкий – у меланхоліків. І. П. Павлов припускав, що можливі й інші поєднання названих властивостей нервової системи, а відтак, інші типи її та відповідні кожному з цих типів типи темпераменту. Ці припущення невдовзі підтвердились. Зокрема, було експериментально доведено, що крім неврівноваженого типу з переважанням сили збудження існує неврівноважений тип з переважанням сили гальмування.

Дослідження нейрофізіологічних основ темпераменту продовжили Борис Михайлович Теплов (1896–1965) і Володимир Дмитрович Небиліцин (1930–1972). За допомогою методу електроенцефалографічних записів динаміки біоелектричної активності головного мозку вони відкрили нові властивості



нервових процесів: *динамічність* (грец. *dinatus* – сила), що являє собою легкість і швидкість вироблення (динамічність збудження) та згасання (динамічність гальмування) сигнальних зв'язків, та *лабільність* (лат. *labilis* – нестійкість, рухливість) – швидкість виникнення збудження та гальмування.

Отримано також дані, які свідчать про існування ще двох властивостей нервової системи: *концентрованості* (лат. *con* – з і *centrum* – середина), яка являє собою швидкість і виразність розрізнення якісних властивостей подразників, та *активності* – показника степені інтенсивності активації нейронів головного мозку.

Залежність типу темпераменту від типу нервової системи носить *лінійний* характер. Чим більше чи менше виражена якась властивість нервової системи, тим, відповідно, більше чи менше виражені пов'язані з нею властивості темпераменту. Так, чим сильніший процес збудження, тим більша спроможність пильно зосереджуватись на процесі діяльності та інтенсивність її, тим дужчий опір відволікаючим впливам ззовні. Така залежність називається *прямолінійною*. Є й *криволінійна* залежність, сутність якої полягає в тому, що зі зростанням сили певних властивостей нервової системи від найменшої до якоїсь певної величини, інтенсивність проявів відповідних їм властивостей темпераменту зменшується, а з подальшим зростанням – збільшується. Так, зі зростанням сили збудження до певного рівня зменшується емоційна збудливість. При подальшому зростанні вона збільшується. Притім, кожна темпераментальна властивість перебуває в лінійній залежності з декількома властивостями нервової системи.

Нейрофізіологічні основи темпераменту – дуже складні утворення. Ті методи та засоби дослідження цих утворень, які існують на сьогоднішній день, недостатньо досконалі щодо поглибленого вивчення їх. Тому цей процес посувається досить повільно.

Практично водночас з відкриттям І. П. Павловим нейрофізіологічних основ темпераменту розгорталось вивчення зв'язків його властивостей з певними особливостями будови тіла (конституцією). Оскільки ці зв'язки включають не лише темпераментальні, а й інші психічні феномени, вони розглядаються у іншому, наступному розділі.

На сьогоднішній день виявлено основні властивості темпераменту і загалом визначено їх зміст. Хоча існують

розбіжності та невідповідності у інтерпретації їх різними авторами. Аналітико-синтезуючий підхід до цих інтерпретацій дозволив нам окреслити основний психологічний зміст основних властивостей темпераменту.

## ***14.2. Психологічні властивості темпераменту***

***Сенситивність*** (лат. *sensus* – відчуття, почуття) – рівень цієї властивості визначається співвідношенням потужності *значущих для суб'єкта* зовнішніх впливів на нього та інтенсивності його реакцій на такі впливи. Особи з високим рівнем сенситивності реагують надто інтенсивно, особливо, на події, вчинки та висловлювання інших людей, які містять щонайменший негативний чи критичний щодо них (цих осіб) зміст, чи навіть якийсь виразно не визначений, непевний, непрозорий натяк на можливу загрозу чогось неприємного для них тощо. Все це викликає у них надмірне занепокоєння, стривоженість, страх. Вони схильні з острахом картати себе за уявні неприємності, котрі, цілком вірогідно, могли б статись в минулому з їхньої вини. Згадавши свої дійсні провини й промахи, займаються дошкульним «самоїдством» – «холонуть», страждають, дорікаючи собі. Отож їх можна характеризувати як надто вразливих. Серед чотирьох класичних, основних типів темпераменту висока сенситивність притаманна тільки меланхолікам. Найменш сенситивні – сангвініки.

***Реактивність*** (лат. *re* – проти і *actor, activus* – діючий, діяльний) – рівень цієї властивості визначається швидкістю та мимовільністю реакцій на зовнішні впливи. Високореактивні особи схильні реагувати одразу, мимовільно, спонтанно, імпульсивно, а на ті впливи, котрі дошкульно зачіпають їх особисто, – ще й нестримано та агресивно. Низькореактивні, навпаки, обачливі, розважливі, помірковані, схильні подумати про можливі наслідки своїх реакцій, вчинків, дій. Вони не поспішають з прийняттям рішень, особливо, важливих, подовгу зважують їх. Високий рівень реактивності – у холериків та сангвініків; притім, сангвініки помітно менш агресивні, ніж холерики. У меланхоліків – середній рівень реактивності. Низька реактивність – у флегматиків.

***Активність*** – це енергійність, з якою суб'єкт діє, рухається, спілкується. Активні особистості сповнені життєвою наснагою, енергією, бадьорі, діяльні, жваві, рухливі. Неактивні, пасивні (лат. *passivus* – недіяльний, неактивний) – мляві, не енергійні, немов

виснажені, діють, рухаються, спілкуються, думають «спроквола». Активними є сангвініки й холерики. Флегматики також активні, але їхня активність повільна. Мало активні – меланхоліки. Але, чимало представників цього типу темпераменту досить активні. Їхню активність спонукає й живить сенситивність – вони бояться негативних результатів пасивності, бездіяльності, що відкриває реальну перспективу стати неуспішним, «лузером», і т. ін.

**Співвідношення реактивності й активності** визначає переважання залежності дій, вчинків, поведінки суб'єкта або від випадкових подій, впливів, раптових, спонтанних бажань або небажань тощо, або від сталих мотивів, намірів, прагнень, особистісної спрямованості. У сангвініків і меланхоліків реактивність та активність врівноважені, у холериків переважає реактивність, у флегматиків – активність.

**Темп реакцій** – це швидкість перебігу психічних процесів, опрацювання інформації, прийняття рішень, мовлення, рухів, тілесних реакцій. Суб'єкти з високим темпом реакцій здатні швидко працювати як розумово, так і фізично на рівні своїх знань, умінь, навичок, інтелектуальних та анатомо-фізіологічних можливостей. Високий темп реакцій – у холериків і сангвініків, низький – у флегматиків і меланхоліків.

**Пластичність** (грец. *plasticos* – ліпний, скульптурний) і **ригідність** (лат. *rigidus* – твердий, заціпенілий, застиглий) – показники степені легкості та гнучкості пристосування до змін зовнішніх життєвих обставин, до нових людей в оточенні та застигlosti, інертності, «зашкарублості» звичок, налаштувань, ставлень, форм поведінки. Пластичні особистості, якщо є така необхідність, швидко і без проблем пристосовуються до нових умов, людей, вимог, змінюючи відповідним чином свої звички, форми поведінки, стиль і спосіб життя. У більшості з них порівняно мало непорозумінь та конфліктів у соціумі (соціальному оточенні) завдяки їхній невимушено-спонтанній, природній, здебільшого, неусвідомлюваній схильності «налаштуватися на хвилю» тих, з ким вони спілкуються, взаємодіють, «підлаштовуватись» під психологічні особливості оточуючих людей заради комфортних, приємних, значущих для них порозуміння, приязних, доброзичливих і добropорядних взаємин. Ригідним все це вдається не так легко, нерідко – погано, важко, а іноді й зовсім не вдається. Загальна тенденція, притаманна представникам усіх типів темпераменту – зменшення пластичності

й посилення ригідності з віком. Пластичними є лиш сангвініки. Холерики, флегматики, меланхоліки – ригідні, притім, холерики – найбільш конфліктні, меланхоліки – значно менш, флегматики – неконфліктні.

**Екстраверсія** (лат. *extra* – зовні та *versio* – повертати) та **інтроверсія** (лат. *intro* – всередину) визначаються тим, чим переважно зумовлюються і скеровуються психічні реакції, процеси, стани суб'єкта, а відтак, його поведінка, поводження, діяльність, вчинки, дії – враженнями, що надходять ззовні – екстраверсія, чи його переживаннями, розмірковуваннями, судженнями, оцінками – інтроверсія. Ці поняття ввів у науковий обіг видатний швейцарський психолог Карл Густав Юнг (1875–1961). Їх основний зміст він вбачав у домінуючій спрямованості особистості: або на зовнішній світ – екстраверсія, – або на свій внутрішній світ – інтроверсія. Тобто, екстравертовані особистості або екстраверти звернені до навколишнього світу, котрий «немов магніт привертає до себе життєву енергію його представників» (К. Г. Юнг), що призводить до деякого відчуження їх від свого внутрішнього світу. Інтровертовані особистості або інтроверти звернені до свого внутрішнього світу і дещо відсторонені від зовнішнього.

Холерики й сангвініки – екстравертовані, що виявляється у високій реактивності та активності, експресивності, балакучості, комунікабельності, вони мають багато друзів, приятелів, знайомих, прагнуть яскравих вражень. У сангвініків – ще й у пластичності, соціабельності, гумористичному і веселому налаштуванні. Серед холериків також чимало схильних і до веселощів, і до гумору, але в їхніх жартах, здебільшого, відчутний «присмак» в'їдливої дошкульності.

**Соціабельність** – прагнення суб'єкта перебувати в товаристві, активно спілкуватись, толерантне, приязне налаштування стосовно людей, вміння знаходити спільну мову, домовлятись, що викликає позитивне ставлення та прихильність до нього, відсутність бар'єрів щодо експресивних виявів своїх емоційних переживань та прохання допомогти. Вочевидь, що ця властивість щільно переплітається з пластичністю.

Флегматики й меланхоліки – інтровертовані, що корелює з їх ригідністю, низькими комунікабельністю і соціабельністю. У них небагато друзів і приятелів. Притім, флегматики помітно більш замкнені і стримані, ніж меланхоліки, а меланхоліки значно більш

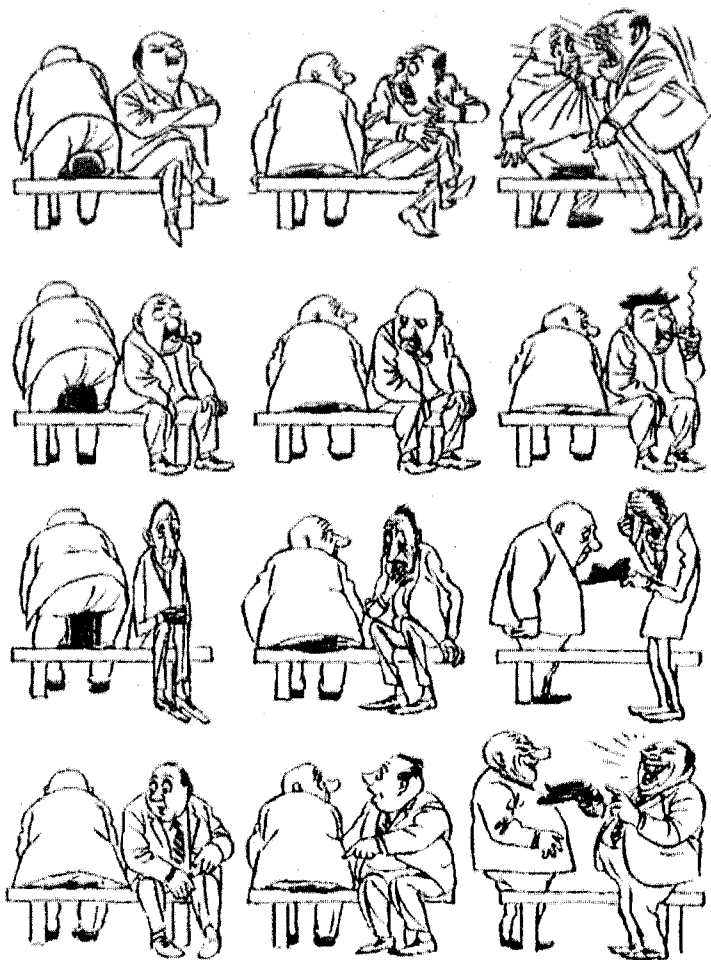
схильні до самоаналізу, «самокопання», «самоїдства», що корелює з їхньою сенситивністю.

У переважної більшості людей екстравертованість та інтровертованість більш-менш врівноважені. Таких людей називають *амбівертованими* або *амбівертами* (грец. *amphi* – розподіл навпіл, порівну).

**Емоційна збудливість** – це показник інтенсивності впливу, необхідної для появи емоційної реакції, та швидкості, з якою ця реакція виникає. Висока емоційна збудливість характеризується як *емоційна нестабільність і нестійкість*; низька – як *емоційна стабільність та стійкість*. У емоційно нестабільних осіб швидко й інтенсивну емоційну реакцію викликають навіть відносно слабкі щодо емоційної насиченості впливи. У емоційно стабільних навіть сильні впливи, що безпосередньо стосуються їх, спричиняють стримані емоційні реакції. Емоційно збудливі – меланхоліки, холерики, сангвініки. Флегматики помітно менш збудливі. Притім, у емоційних реакціях меланхоліків переважають тривога, побоювання, журба; сангвініків – веселість, радість, зацікавлене здивування; холериків – роздратування, злість, агресія. Зміст не інтенсивних емоційних реакцій флегматиків визначається ситуативно – особливостями тих впливів, котрі їх викликають. Але, якщо флегматика таки «дістати», то його реакція агресивної люті може сягнути рівня афекту, який, зазвичай, знаходить розрядку у руйнуванні й нищенні предметів, побитті, каліченні і навіть убивстві кривдника.

**Афект** (лат. *affectus* – хвилювання, пристрасть) – вельми інтенсивний, вибуховий емоційний процес, що швидко розгортається, бурхливо перебігає, завдає значних деструктивних (руйнівних) змін спроможності суб'єкта адекватно й критично осмислювати ситуацію, пов'язану з афективною реакцією, його вольовому контролю за своїми реакціями, діями, вчинками (самоконтролю, самоволодінню), спричиняє помітні зміни у функціонуванні організму.

Чудова ілюстрація емоційного реагування представників чотирьох основних типів темпераменту – сюжетний малюнок видатного датського художника-карикатуриста Херлуфа Бідструпа. Визначіть кожного з них за його реакцією на ситуацію (див.: Рис. 1). Визначіть також темпераменти улюблених зірок: Вінні-Пуха, Паця, Віслучка Іа, Сови, Кролика. Відповідь – в кінці розділу.



*Рисунок 1.*

Зауважимо, що в тих, які існують на сьогоднішній день, трактуваннях властивостей темпераменту та їх проявів у кожному з його типів, запропонованих різними дослідниками, немає серйозних розбіжностей. До прикладу, найбільш розлоге з них розробив Г. Ю. Айзенк. Він поєднав емоційну стабільність/нестабільність зі здатністю/нездатністю до змін та з екстраверсією/інтроверсією, а відтак, вивів такі характеристики

основних, класичних типів темпераменту: *меланхолік* – емоційно нестабільний інтроверт, емоційний, похмурий, тривожний, стурбований, песимістичний, підозріливий, серйозний, тверезий, замкнений, некомунікабельний, тихий, глибокодумний, ригідний, нездатний до змін; *холерик* – емоційно нестабільний екстраверт, емоційний, вразливий, неспокійний, збудливий, запальний, агресивний, стрімкий, мінливий, егоцентричний, імпульсивний, демонстративний, оптимістичний, активний, здатний до змін; *флегматик* – емоційно стабільний екстраверт, не емоційний, пасивний, розважливий (розсудливий), обережний, принциповий, мирний, стриманий, холоднокровний, рівний, спокійний, стійкий, впертий, надійний, нездатний до змін; *сангвінік* – емоційно стабільний екстраверт, відкритий, доступний, лагідний, комунікабельний, балакучий, вдоволений, оптимістичний, безтурботний, веселий, жвавий, лідер, здатний до змін.

Російський дослідник В. В. Белоус виокремив дві взаємно пов'язані (корелюючі) групи властивостей темпераменту і на цій основі поділив його на два типи. Представникам першого типу притаманні: низька сенситивність, що виявляється в неадекватному визначенні термінів виконання завдань, роботи в бік збільшення; низький рівень тривожності в напружених, екстремальних, загрозливих ситуаціях; екстравертована зосередженість на теперішньому; емоційна стійкість в процесі праці будь-якого змісту – і в різноманітній, захоплюючій, і в монотонно-нудній; високий темп реакцій на будь-які впливи. Представникам другого типу властиві: висока сенситивність, що спричиняє переоцінювання термінів виконання завдань, роботи в бік їх зменшення; високий рівень тривожності, особливо, в ситуаціях очікування загрози; інтровертована залежність діяльності, поведінки від спогадів про минуле і від уявлень та роздумів про майбутнє; ригідність в умовах змін діяльності, способів дій; емоційна стійкість.

Відомий німецький психіатр і психолог Карл Леонгард (1903–1988) створив типологію особистостей з акцентуованими рисами характеру і темпераменту.

*Акцентуація* (лат. *accentus* – наголос) – надмірна вираженість певних рис характеру і/або властивостей темпераменту особистості та їх поєднань, що спричиняє підвищену вразливість до певних впливів.

В цій типології налічується чотири типи особистостей з акцентуованими властивостями темпераменту, представникам

яких притаманні: *гіпертимного темпераменту* (грец. *hyper* – над і *thymos* – душа) – оптимізм, ініціативність, жвавість, веселість, високий рівень мовленнєвої активності; *дистимного* (грец. *dys* – порушення, розлад) – загальна пасивність та сповільненість, знижена мовленнєва активність; *афективно-лабільного* (лат. *labilis* – нестійкий, рухливий) – високий рівень реактивності та різкі перепади настрою; *афективно-екзальтованого темпераменту* (лат. *affectus* – настрої, хвилювання, пристрасть і *exaltus* – дуже високий) – гіпертрофоване захоплення, захват від радісних подій, сприятливих обставин та надмірний відчай, фрустрований стан від сумних, насприятливих. К. Леонгард також виокремив два типи акцентуованих особистостей, в основі акцентуацій яких, вочевидь, лежать властивості темпераментальної природи. Це: *тривожні* (боязкі) *особистості*, які є надто полохливими, «переляканими», а відтак, неспроможними постояти за себе, відстоювати свою думку, позицію, покірливими і приниженими, вічними «цапами-відбувайлами» та мішенями для кепкувань; *емотивні особистості*, яким притаманна глибока чутливість у галузі «тонких матерій», надзвичайна чуйність, жалісливість, душевність. (*Акцентуації характеру* – див: 18.5.).

**Фрустрація** (лат. *frustratio* – марні сподівання, обман, руйнація, руйнування планів) – стан відчаю, розпачу, зумовлений нездатністю суб'єкта дати собі ради у значущій для нього справі, нездоланими перепонами на шляху до важливої для нього мети тощо.

Основні, «чисті» типи темпераменту за будь-якою з його типологій зустрічаються відносно рідко. Здебільшого – різні суміші властивостей двох і більше основних типів, які утворюють чимало їх різновидів. Але, поки що не вдається розробити прийнятну типологію, класифікацію таких різновидів і навіть виявити, охарактеризувати й назвати, принаймні, найбільш виразні та поширені з них. Причина – складність темпераментальної феноменології, що, як вже зазначалось, стосується і його нейрофізіологічних основ.

Однак, зв'язки деяких з розглянутих властивостей темпераменту з певними структурами головного мозку, а також з певними особливостями функціонування ендокринних залоз (гормональних, внутрішньої секреції) та будови тіла загалом виявлено. Так, рівні і пропорції реактивності й активності пов'язані з певними



особливостями збудження, активації доволі великого комплексу мозкових структур, до якого входять лобні ділянки кори та ретикулярна формація (сітковидне утворення), із загальною активованістю нервової системи, а також зі специфікою будови тіла, обміну речовин та з циклічними змінами у функціонуванні ендокринної (гормональної) системи. Темп психічних реакцій – з особливостями просторово-часової синхронізації біоелектричної активності мозку. Емоційність і сенситивність – зі збудливістю лімбічної системи (структура головного мозку), з певними особливостями функціонування ендокринних залоз та будови тіла. Доведено, що екстраверсія, інтроверсія, амбаверсія зумовлюються по материнській генетичній лінії.

Генетична зумовленість темпераменту не виключає можливості його змін під впливом зовнішніх факторів. Так, тривалий вплив соціальних чинників, які спричиняють сталі негативно забарвлені емоційні стани, фрустрацію можуть послабити сангвіністичні, флегматичні та холеричні властивості суб'єкта і стимулювати меланхолійні. Такі самі зміни спричиняє відносно тривала недостатність необхідних вітамінів, мікроелементів, мінералів.

### ***14.3. Вплив властивостей темпераменту суб'єкта на його діяльність***

Наголосимо, що від темпераменту особистості не залежить її спрямованість, людяність, моральність (добропорядність, справедливість, чесність тощо), розумові задатки й здібності. Серед видатних, відомих, успішних людей, серед бездарних і невдах, добропорядних і негідників, героїв та боягузів – представники всіх типів темпераментів та їх різновидів. Від темпераментальних властивостей суб'єкта залежить його індивідуальний стиль діяльності та, більшою чи меншою мірою, а в деяких її різновидах цілковито – ефективність, продуктивність.

Встановлено, що на діяльності загалом негативно позначаються такі властивості основних типів темпераменту:

*Меланхолійного:* 1) низька активність – меланхоліки не можуть потужно, енергійно працювати навіть протягом відносно нетривалого часу, швидко виснажуються, стомлюються; 2) ригідність – важко пристосовуються до змін в діяльності; 3) сенситивність та емоційна

нестабільність, які виявляються у надмірній тривожності – надто нервують і переймаються, розгублюються, не можуть дати собі ради, «вибиваються з колії», «холонуть» і «щипеніють» в ситуаціях раптових збоїв, поломок, аварій тощо, в умовах серйозних перевірок професійної компетентності; 4) низький темп, сповільненість реакцій унеможливує опанування меланхоліками тими різновидами діяльності, які конче вимагають швидких і точних рухів, дій, операцій.

*Сангвіністичного:* 1) висока реактивність у поєднанні з емоційною збудливістю, в якій однією з переважаючих емоційних реакцій є інтерес, зацікавленість, призводить до того, що їм важко подовгу зосереджуватись на якомусь одному предметі, ретельно й пильно виконувати завдання – їхня увага легко переключається на відволікаючі зовнішні впливи, сторонні спогади, уявлення, думки; 2) безтурботна веселість сприятлива щодо безвідповідальності, «безшабашності», неорганізованості, низької виконавської дисципліни.

*Холеричного:* 1) переважання реактивності щодо активністю вкупі з емоційною вибуховістю, в якій домінують роздратування, злість, гнів, деструктивно впливає на порозуміння та взаємодію холерика з колегами, підлеглими, керівництвом, клієнтами, супідрядниками тощо, провокує сварки, конфлікти.

*Флегматичного:* 1) низькі реактивність та емоційна збудливість можуть спричинити слабку мобілізацію, недостатньо швидке й дієве реагування навіть у важливих виробничих ситуаціях, що конче вимагають цього; 2) низький темп, сповільненість реакцій унеможливує опанування флегматиками, як і меланхоліками, тими різновидами діяльності, які вимагають швидких і точних рухів, дій, операцій, вибухового реагування в екстремальних умовах тощо.

Але, властивості типів темпераменту, котрі негативно позначаються на ефективності діяльності, можуть значною мірою компенсуватись мотивованістю «на успіх», а відтак, ефективною самоорганізацією та саморегуляцією. Якщо суб'єкт широко прагне належним чином опанувати якоюсь діяльністю і ефективно діяти (вчитись, працювати, спілкуватись, грати) внаслідок інтересу до неї, усвідомленої необхідності, відповідальності, з меркантильних міркувань та ін., він докладатиме належних зусиль, мобілізуватиметься, щоб долати, послаблювати вплив тих властивостей свого темпераменту, котрі стоять на заваді його успішності.

В результаті таких зусиль, мобілізації, самоорганізації, саморегуляції виробляється ефективний індивідуальний стиль діяльності, як система певних прийомів, способів діяти, операцій. Виявлено характерні, типові для переважної більшості представників кожного з типів темпераменту дії, що формують такий стиль діяльності. Так, меланхоліки мусять витратити багато часу і зусиль на підготовку до діяльності, на ретельну перевірку готовності та результатів, пильно контролювати її перебіг. Це дозволяє суттєво запобігати прикрим несподіванкам, убезпечуватись від них, а відтак, розгубленості та фрустрації, що поступово збільшує та стібілізує впевненість в собі. Втому вони долають за допомогою відповідальності, що ґрунтується на побоюванні невдач і стимулює їхні діяльнісні ресурси. Сповільненість реакцій – більшими затратами часу. А флегматики свою повільність – глибоким поринанням в роботу, пильним тривалим зосередженням на ній, що істотно підвищує її продуктивність. Сангвініки, якщо це можливо, частіше переключаються з однієї діяльності на іншу або з одних операцій на інші в процесі тієї самої діяльності, вольовими зусиллями зосереджують, концентрують увагу. Холерики за допомогою розважливих міркувань та волі стримують свою емоційну вибуховість. Вимога ретельної, якісної роботи, особливо, щодо довершеності, філіганності форм, змушує холериків та сангвініків зменшувати швидкість її виконання. Скажімо, в ювелірній, науково-експериментальній праці, в оздоблювальних роботах і т. ін.

Однак, є такі спеціальності, в яких невідповідні їм темпераментальні властивості неможливо компенсувати. До прикладу, служба диспетчера аеропорту, пілота швидкісних літаків, пілота-випробувача, бійця підрозділу спеціального призначення (командос) вимагає холоднокрівних, блискавичних і водночас абсолютно адекватних і точних дій в умовах дефіциту часу і без права на помилку, оскільки вона неминуче обернеться людськими жертвами, великими руйнаціями. Меланхолік з його надмірними страхами та сповільненим темпом реакцій, як і незворушно-повільний флегматик до служби такого роду непридатні. Фізично вони не можуть бути і жонглерами, повітряними акробатами в цирку, спортсменами високого класу (крім тих видів спорту, що не вимагають вибухової швидкості).

Таким чином, є всі підстави трактувати темперамент як генетично зумовлене утворення психіки особистості.

## Контрольні запитання та завдання

1. Що таке темперамент? Що таке красіс?
2. Що таке гуморальне трактування темпераменту?
3. Чим зумовлюються темпераментальні властивості, на думку П. Ф. Лесгафта?
4. Як трактував темперамент І. Кант?
5. Що таке загальний тип нервової системи і як він пов'язаний з темпераментом?
6. Висвітліть кожну психологічну властивість темпераменту.
7. Чим сенситивність відрізняється від емоційної збудливості?
8. Доведіть, що інтровертованість, екстравертованість, амбавертованість є властивостями темпераменту особистості.
9. Які з властивостей темпераменту притаманні представникам його основних типів?
10. Що таке соціабельність і яким темпераментальним типам вона притаманна?
11. Назвіть і охарактеризуйте акцентуйовані темпераменти за К. Леонгардом.
12. Назвіть несприятливі щодо ефективної діяльності властивості кожного з основних типів темпераменту.
13. Чи можна і яким чином компенсувати несприятливі щодо діяльності властивості темпераменту?
14. Доведіть, що інтелект та духовно-моральні властивості особистості не залежать від її темпераменту.
15. Спробуйте самотужки обґрунтувати, до яких ще професій непридатні представники кожного з основних типів темпераменту.

Вінні-Пух – сангвінік, Паць – сангвінік з відчутним меланхолійним «вкрапленням», Віслучок Іа – меланхолік, Сова – флегматик, Кролик – холерик.

## Розділ 15.

### КОРЕЛЯЦІЯ КОНСТИТУЦІЙНО-АНТРОПОМЕТРИЧНИХ І ПСИХІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

**Кореляція** (лат. *correlatio* – співвідношення) – такий взаємозв'язок якостей, властивостей, особливостей об'єктів, за якого при наявності однієї з них наявні й інші.

**Конституція** (лат. *constitutio* – влаштування) – термін має декілька значень; в контексті психології особистості – структура (будова) тіла та тілесних органів.

**Антропометрія** (грец. *anthropos* – людина і *metron* – міра) – вимірювання, вивчення конституції (будови тіла).

Певні особливості будови тіла, конституції людини корелюють з певними властивостями її психіки. Вочевидь, що корелюючі між собою властивості й особливості можуть визначатись тільки тим самим, спільним для них чинником. Оскільки будова тіла детермінується генетично, то й відповідні їй психічні властивості детермінуються генетично, тією самою генною програмою. Вивчення цих кореляцій здійснюється в рамках конституційно-антропометричного підходу до особистості.

**Конституційно-антропометричний підхід до особистості** – це виявлення та вивчення кореляційних взаємозв'язків між особливостями будови тіла (конституції) та психічних властивостей людини.

Історично першими знаннями про кореляції такого роду були хіромантія та фізіогноміка.

#### 15.1. Хіромантія і дерматогліфіка. Фізіогноміка

**Хіромантія** (грец. *cheir* – рука і *manteia* – гадання, пророцтво) – гадання щодо особистісних властивостей людини, її минулого й майбутнього, стану та перспектив соматичного і

психічного здоров'я на основі особливостей рельєфу її долонь та рисунку на них – опуклостей, заглиблень, конфігурації складок, узорів.

**Дерматогліфіка** (грец. *derma* – шкіра і *gliphe* – різьба) – наукова дисципліна, предметом досліджень якої є складки, лінії та їх візерунки на долонях, пальцях, ступнях людей і приматів з метою встановлення сталих кореляційних зв'язків певних конфігурацій цих ліній та візерунків з певними властивостями психіки, генетично зумовленими психічними і соматичними захворюваннями тощо.

**Фізіогноміка** (грец. *physis* – природа і *gnomon* – знати) – встановлення зв'язків між рисами обличчя, обрисами й особливостями динаміки тіла, кінцівок, з одного боку, і психічними властивостями, станом і перспективами соматичного та психічного здоров'я людини, з іншого.

Хіромантія виникла у сиву давнину. Є чимало відомостей, що її практикували стародавні індуси, євреї, греки, римляни. Найбільш інтенсивного розвитку вона досягла у XVI–XVIII ст. в Європі, коли в більшості європейських університетів, головно німецьких, існували кафедри хіромантії. Життя постійно підтверджувало і підтверджує достовірність зв'язків, виявлених хіромантами. Однак у XIX–першій половині XX ст. чимало науковців таврували її як шарлатанство.

Врешті-решт, вивчення ембріонального розвитку узорів на пальцях у зв'язку зі спадковістю стало поштовхом для виникнення й розвитку наукової дисципліни, яку назвали *дерматогліфікою*. Дослідження представників цієї дисципліни виявили достовірні, незаперечні факти кореляції певних рельєфів, рисунків та обрисів складок на долонях людини з певними особливостями її організму та психіки. До прикладу, наявність так званої мавп'ячої або чотирипальцевої борозни слугує ранній діагностиці певних видів вродженої розумової неповноцінності. Хоча, зустрічаються і цілком повноцінні розумово особи з такою борозною, щоправда, дуже рідко. У психічно хворих, особливо шизофреніків, долонні рисунки містять незвичайні, чудернацькі конфігурації, деталі у вигляді еліпсів, овалів тощо. У осіб, яким загрожує перспектива раннього захворювання серця, на долонях чітко проглядається так званий серцевий трикутник.

У стародавньо-індійських трактатах, присвячених хіромантії, стверджується, що обриси на долонях, виразно схожі на хрест або на око, свідчать про дар до цього загадкового мистецтва. Саме

такий хрест був у найбільш славетного хіроманта кінця ХІХ–початку ХХ століття, англійця Білла Уорнера, який обрав собі псевдоніми граф де Кейман та Х'єро. Його називали також граф Смерть, тому що він безпомилково «прочитував» на долонях людей те, що трапиться з ними в майбутньому, зокрема, як і коли вони помруть, іноді, з точністю до години. Так, на вершині слави видатного англійського письменника і драматурга Оскара Уайльда Х'єро «побачив» на його долонях близьку ганьбу, ув'язнення і смерть у бідності та забутті. Знаменитій танцівниці, яку безпідставно звинуватили у шпигунстві, Мата Харі він назвав день, у який французькі вояки її розстріляють. Іншій знаменитій танцівниці, Аїсидорі Дункан – день, в який вона загине «від червоної стрічки». Саме в той день її довга червона шаль намоталась на задню вісь відкритого автомобіля, що задушило її. Лорду Корнаргону – грандіозну археологічну знахідку і таємничу смерть одразу після цього. Так і сталось – цей англійський аристократ фінансував ту археологічну експедицію, яка знайшла гробницю фараона Тутанхамона, брав безпосередню участь в її роботі і загадково помер невдовзі після тріумфального успіху. Григорію Распутіну – загибель «від отрути, кулі та води». Царю Миколі II та його сім'ї – їхню трагічну долю, і т. ін. і т. п.. На своїх руках він бачив страшний фінал свого життя і не зміг уникнути його через те, що поставив свій талант на комерційну основу – почав цілеспрямовано заробляти хіромантією.

На сьогоднішній день створено майже вичерпну дерматогліфічну шкалу типів та підтипів долонних рисунків, на якій кожен може знайти долоні, дуже схожі на його власні. Але, немає жодної людини на Землі, долоні якої були б цілком ідентичні долоням якоїсь іншої людини.

Фізіогномічні узагальнення не досягли рівня наукових – у одних людей кореляції, існування яких стверджують фізіогномісти, виявляються, у інших – ні. Тобто, за наявності певних конституційно-антропометричних ознак, з якими вони пов'язують певні психологічні властивості, останні в багатьох випадках відсутні. В їхніх твердженнях чимало суперечностей. До прикладу, відомий фізіогноміст Еллади Зопір у великих («як у Сократа») вушних раковинах вбачав ознаку потужного й витонченого розуму. А інший фізіогноміст античних часів, відомий історик та філософ Пліній Старший стверджував, що той, у кого великі вуха, тупий бовдур, але досягає глибокої старості.

Всеохоплююче-енциклопедичний розум Арістотеля не міг обійти такий цікавий предмет, як фізіогноміка. Він, зокрема, дійшов висновків, що той, у кого щетинисте волосся стоїть дибки, боязливий, а у кого рот широкий – сміливий. Товстий, як у бика, ніс свідчить про ледачу натуру; гострий, як у собаки – у осіб з холеричним темпераментом; гострий, як у ворони – у неуважних, необережних, роззяв. Ці та інші фізіогномічні узагальнення великого мислителя не доведені науково достовірними спостереженнями, як і кореляції, виявлені іншими фізіономістами, понад це, життєвий досвід, здебільшого, спростовує їх.

До прикладу, знаменитий іспанський лікар Хуан Уарте вважав, що чорне, товсте й жорстке волосся є ознакою хорошого розуму та уяви; м'яке, тонке, ніжне – хорошої пам'яті; лисина – здібностей полководця. Він писав, що даремно ловелас Кай Юлій Цезар, який був непересічним полководцем і мріяв перевершити у цій справі самого Олександра Македонського, сором'язливо ховав свою лисину, зачісуючи волосся з потилиці наперед. А йому слід було пишатися нею і виставляти напоказ. Але, у видатного полководця Наполеона Бонапарта не було жодних ознак облісіння...

Середньовічний схоласт і алхімік Альберт фон Больштедт, якого за надзвичайні знання та вміння називали Велетом, вважав, що довгий і тонкий ніс людини свідчить про її гнівливість, бундючність та відсутність «постійного способу мислення», що товстий і довгий ніс – у осіб, котрі люблять прекрасне, красу в усьому, але, не такі розумні, як самі про себе думають, що ті, у кого волосся кучеряве і «ніби піднімається від чола», дурні, гупі, більш схильні до зла, ніж до добра, але мають великі здібності до музики.

Однак, прозріння, діагнози деяких фізіогномістів бувають бездоганно правильними, дуже точними й глибокими. Таким був найвидатніший з відомих науці фізіогномістів, патер (священик) Йоган Гаспар Лафатер, який жив і працював у Цюріху (Швейцарія) в другій половині XVIII ст.. Його фізіогномічний дар десятиліттями дивував освічену Європу. Безумовно, що розвитку цього дару сприяли, по-перше, талант рисувальника – з дитинства і все життя Лафатер подовгу, ретельно, філігранно вирисовував портрети людей, котрі чимось вразили його, і писав під ними лаконічні або розгорнуті психологічні характеристики. По-друге, як священик, він постійно вислуховував сповіді людей про їхні явні та потаємні, сокровенні гріхи – вчинки та помисли – і



водночас вивчав риси їх лиць, форми тіл, спостерігав за мімікою, рухами. Його специфічно-потужна інтуїція якось опрацьовувала, узагальнювала і накопичувала цю інформацію.

***Інтуїція*** (лат. *intueri* – тильно, уважно дивитись) – здатність суб'єкта несвідомо дізнаватись про щось, розуміти щось, тобто, інтуїція продукує знання й розуміння якимось незрозумілим для суб'єкта чином – вони з'являються немов самі собою, як інсайт, осяяння. Чимало видатних вчених з власного досвіду стверджують, що до відкриттів веде не логіка дискурсивних міркувань та умовисновків, а інтуїтивне проникнення в суть об'єктів пізнання, що відбувається поза контролем свідомості.

Й. Г. Лафатер розумів специфічність і потужність своєї фізіогномічної спроможності і називав її «перст Божий» – вважав, що Господь послав йому цю спроможність, цей дар, вказавши на нього своїм перстом, – та «містичний нюх».

***Містичне*** (грец. *mystikos* – закритий, таємничий) – ті феномени, для пояснення яких недостатньо наявних наукових та емпіричних (практичних) знань про людину і світ, котрі виходять за межі його закономірностей, відомих людям, а відтак, трактуються як зумовлені впливом надприродних (трансцендентних) сил.

Він підкреслював, що навчання, спостереження, тренування у фізіогноміці конче необхідні, але вирішально-визначальним є все ж «містичний нюх», тобто, вроджена інтуїтивна чутливість щодо фізіогномічних феноменів. «Нюх» – головне. Решта – досвід і спостережливість.

Залишилися свідчення, що сам Й. Г. Лафатер остаточно повірив у свою надзвичайну фізіогномічну обдарованість після одного випадку. Він перебував зі своїм приятелем у його квартирі, яка знаходилась на другому чи третьому поверсі, підійшов до вікна, побачив якогось чолов'ягу, що крокував тротуаром, і сказав: «Поглянь, Поль, он іде марнославний і заздрісний деспот, душі якого, однак, не чужі споглядальність та любов до Вічного. Він потайливий (скритний), дріб'язковий, але часом його охоплює жадоба величного, що спонукає до каяття та молитов. У такі миті він буває добрий і співчутливий, допоки знову не загрузне у корисливості та дріб'язкових чварах. Він підозріливий, фальшивий і щирий воднораз, у його промовах завжди змішані в пропорціях, які важко визначити, правда і брехня, тому що його ніколи не полишає думка про враження, яке він справляє.»

Приятель назвав прізвище перехожого і запитав, чи Йоган давно його знає. Патер відповів, що вперше бачить цього чоловіка. Поль здивувався, як же тоді він зміг так точно і ґрунтовно визначити особливості його характеру, про які Поль знав раніше? Патер відповів, що за поворотом шиї того чолов'яги.

Імператор Австро-Угорщини, цісар Йосип I, спілкуючись з Й. Г. Лафатером, сказав, що розуміє, сильні пристрасті особи накладають помітний відбиток на її обличчя, розум і недоумкуватість видно одразу, а от чесність, порядність чи непорядність як можна розгледіти? І додав: «Ви страшна людина, я вас боюсь!» Патер відповів, що йому дуже важко це пояснити, що він не зважає на авторитети, а намагається покладатись на чуття, почування і досвід, що іноді все вирішує найдрібніша рисочка. Обличчя може бути неправильним, навіть потворним, але чесність і шляхетність надають його рисам якоїсь особливої гармонійності, і сумирно додав, що у порядної людини немає жодних причин боятись його.

Й. Г. Лафатер з великою точністю визначав особистісно-характерологічні властивості, особливості, схильності, стан здоров'я, перспективи життя і смерті людей тощо. Хоча, іноді прикро помилявся. Він намагався узагальнити і систематизувати свій фізіогномічний досвід – написав чимало етюдів і навіть магістерську дисертацію на цю тему. На жаль, всі ці твори не мають наукової вагомості та переконливості.

Ось декілька прикладів його узагальнень: Ямка, що роздвоєє вузьке підборіддя, яке виступає вперед «каблуком», свідчить про особливу жвавність і сатиричну злість розуму та благородство душі. Така сама ямка на підборідді широкому і скошеному – вірна ознака двоєдушності, моральних вад, аморальних схильностей та пристрастей. U-подібна вена на чолі, що сильно набрякає в стані душевного хвилювання і в профіль виглядає як пряма, вказує на страшенну лютість, хитрість та обмеженість (римський імператор Калігула). Але, якщо така вена перетинає закруглене чоло з добре вираженими надбрів'ями, то це ознака неабиякої розумової обдарованості та пристрасного пориву до добра, добродійності. Геніальність Ньютона, за Й. Г. Лафатером, знайшла вияв у його горизонтальних, дуже низьких бровах, тонкий естетичний смак Гьоте – у обрисах кінчика його носа, і т. ін. і т. п..

Однак, попри відсутність науково обґрунтованих концептів, фізіогноміка може і має ефективно застосовуватись практично.

Так, талановиті митники за якимись їм самим виразно незрозумілими виразами обличчя, рухами кінцівок, тіла в багатьох випадках безпомилково впізнають осіб, котрі намагаються перевести через кордон щось недозволене. Психіатри-професіонали, лиш подивившись на людину, визначають наявність або реальну загрозу появи у неї того чи іншого психічного розладу. Висококваліфіковані лікарі інших спеціальностей так само «діагностують» хворих свого профілю. І звісно ж, конче необхідно бути фізіогномістом психологу-практику, педагогу, соціальному працівнику, щоб за зовнішністю людей глибше «бачити» їхні проблеми, зокрема й неусвідомлювані ними. Фізіогномічні здібності такого роду – результат наполегливої і компетентної праці, яка цікавить, захоплює суб'єкта. Потужним фактором формування й розвитку цих здібностей є професійно-компетентне володіння науковими конституційно-антропометричними знаннями.

На завершення цього параграфу зауважимо, що у зв'язку з фізіогномікою доречно згадати таємничий френологічний дар Ф. Й. Галля (*див.: 4.1.*).

## **15.2. Конституційно-антропометрична концепція Е. Кречмера**

У наукових конституційно-антропометричних концепціях особистості обґрунтовано наявність кореляційних зв'язків між певними особливостями будови та функціонування тіла, організму, органів і певними психічними властивостями індивіда.

На початку 20-х років ХХ ст. видатний німецький психолог і психіатр Ернст Кречмер (1888–1964) створив першу конституційно-антропометричну концепцію особистості шляхом креативного поєднання психологічного, психіатричного, конституційно-антропометричного і генетичного підходів. Найбільшою сенсацією стали виявлені ним кореляції між певними особливостями будови тіла кровних родичів і наявності серед них хворих або на шизофренію, або на циклофренію, яку називають також маніакально-депресивний психоз (МДП). Спостерігаючи протягом тривалого часу чисельних душевно хворих та їхніх кровних родичів, Е. Кречмер помітив (і сам, з його слів, був дуже вражений своїм відкриттям), що певні особливості конституції, характерів, темпераментів, емоційних переживань, спілкування і

мислення осіб, атмосфери в родин, у яких є хворі на один із цих психозів, виразно відрізняються між собою і, водночас, мають багато суттєвого спільного в межах кожного з цих типів родин.

**Психоз** (грец. *psyche* – душа, *психіка*) – хвороба, що завдає руйнацій пізнавальній, вольовій, емоційній сферам психіки людини, її ставленням до світу і до себе.

Подальші дослідження привели Е. Кречмера до висновку, що існують два типи психофізичної організації людей. Він образно порівняв їх з півкулями однієї кулі, на полюсах якої – шизофренія і циклофренія. Куля – це людство, у її сфері кожна людина має своє місце.

### 15.2.1. Шизо- і цикло-радикали

Ключова ідея концепції Е. Кречмера полягає в тому, що певні типові особливості емоційної сфери, мислення, темпераменту, характеру особистості корелюють між собою і з певними типовими особливостями її тілобудови та, більшою чи меншою мірою, наближені до певних проявів або шизофренії, або циклофренії, схожі на них. Він назвав чинники, які зумовлюють ці кореляції та схожість радикалами (лат. *radix* – корінь, визначальний фактор, активне начало) «шизо» і «цикло». Ці радикали, згідно з Е. Кречмером, з різною інтенсивністю впливають на психіку та конституцію кожної людини. Відповідно до цих положень він створив знамениту вісь «шизо-цикло» (рис. 1).

---

шизофренія шизоїдність шизотимія радикали врівноважені циклотимія циклоїдність циклофренія

Рисунок 1. Вісь «шизо-цикло» за Е. Кречмером

Мовляв, на цій осі можна «розмістити» всіх без виключення людей (як і в тій кулі, про яку йшлося вище) – кожен знайде на ній своє місце поруч з майже ідентичними за комплексом певних особливостей психіки та конституції індивідами. В середній частині осі опиняться ті, у кого радикали «шизо-цикло» більш-менш врівноважені, а таких – більшість. Ближче до центру зліва і справа – ділянки шизотимії і циклотимії (грец. *thymos* – душа). Тут розмістяться особи, у психіці та будові тіла яких вже помітно переважають визначальні впливи відповідних радикалів. Вони абсолютно здорові психічно, але почувають і мислять або на дещо

шизофренічний, або на дещо циклофренічний кшталт. Далі – шизоїдність та циклоїдність. Тут радикали або «шизо», або «цикло» виявляються інтенсивніше. У шизоїдних і циклоїдних осіб можуть спалахувати симптоми, відповідно, шизофренії або циклофренії, існує ризик захворіти на ці психози, однак, на щастя, переважну більшість із них ця біда минає. Тобто, «оїдні» індивіди загалом також психічно здорові. Однак, у родинах з виразними циклотимно-циклоїдними ознаками обов'язково є хворі на маніакально-депресивний психоз, а в шизотимно-шизоїдних – на шизофренію. На краях осі – шизофреніки і циклофреніки.

*З метою оптимізації необхідного інформаційного забезпечення опрацювання матеріалу цього розділу висвітлюємо основні прояви шизофренії та маніакально-депресивного психозу, а нижче – епілєсії.*

**Шизофренія** (грец. *schizo* – роздвоєння, роз'єднання і *phren* – думка, розум, розсудок) – один з так званих великих, тобто, основних і складних психозів.

Описання й наукове вивчення шизофренії почалось два століття тому. Але до цього часу причини її виникнення та патогенез (перебіг) недостатньо зрозумілі. Вона виявляється в чималій кількості різноманітних симптомів та синдромів.

**Симптом** (грец. *symptome* – обставина, ознака) – характерний, типовий прояв тієї чи іншої хвороби.

**Синдром** (грец. *syndrome* – скупчення, поєднання) – комплекс характерних взаємопов'язаних симптомів у патогенезі кожної хвороби.

Відтак, чимало дослідників припускають, що під назвою шизофренія криється декілька різних психічних захворювань. Цей психоз – спадковий, генетично зумовлений. Спадкові психічні хвороби називаються ендогенними (грец. *endon* – всередині і *genes* – народжений). Вірогідно, що їх появу та розвиток спричиняє отруєння організму патогенними речовинами, які він сам продукує. Шизофренія, здебільшого, починається в молодому віці. Чоловіків і жінок серед хворих – порівну.

За особливостями клінічних проявів (симптомів та синдромів) виокремлюють чотири основні форми шизофренії: *просту, гебефренічну, кататонічну і параноїдну або маячну.*

*Проста* починається в юнацькому віці і виявляється у зниженні працездатності, успішності в навчанні, праці. Помітно зменшується інтерес до навколишнього світу, до нового. Будь-яка

нова інформація сприймається і засвоюється дуже важко. Послаблюються і втрачаються контакти з родичами, друзями. Більшість часу хворий проводить усамітнено. З'являються виразна дивакуватість у поведінці, неохайність, галюцинації, переважно нюхові та слухові.

**Галюцинації** (лат. *hallucinatio* – маячня, видіння) – окремі відчуття та їх комплекси, образи предметів, цілісні картини навколишнього світу, різних ситуацій, відсутні у полі сприймання суб'єкта, тобто, такі, що виникають у його психіці, в уяві, але сам суб'єкт ставить до них як до насправді, реально існуючої та відображеної ним дійсності.

Нюхові галюцинації хворих на шизофренію – це, здебільшого, дуже неприємні запахи (псини, гнилі, трупний, фекалій і т. ін.). Слухові – переважно «голоси», що «линуть» або ззовні (з повітря, зі стін, з подушки тощо), або «з голови», або з обох цих «джерел» водночас чи по черзі, не дають хворому спокою, «дістають», звинувачують його у дійсних та вигаданих гріхах і злочинах, виголошують його сороміцькі таємниці, лають, наказують щось робити. Останні називаються імперативними (лат. *imperativus* – той, що велить, наказує, вимагає). Хворі з імперативними голосами бувають дуже небезпечними. Вони можуть «отримати наказ» скалічити чи вбити когось тощо. Чимало з них, попри «голоси», чують різні інші звуки – від музики до скрежету металу. Зорові галюцинації – це різноманітні предмети та їх складові, цілісні ситуації, в яких суб'єкт, як йому здається, перебуває. Тактильні (дотикові) – це дотики, удари, тиск, щипання. Органічні – впливи на організм та внутрішні органи (удари струму, стрясання, стискування, розтягування), присутність в них сторонніх предметів, істот (камінь або жаба в животі, спрут біля легенів тощо), загнивання, розкладання окремих або усіх внутрішніх органів. Органічні галюцинації такого роду називаються іпохондричними.

**Іпохондрія** (грец. *hypochondria* – частина тіла нижче грудної клітини) – безпідставне і надмірне занепокоєння суб'єкта своїм соматичним здоров'ям, впевненість у наявності в нього важких хвороб за фактичної відсутності їх.

Поступово наростають апатія, млявість, абулія.

**Апатія** (грец. *apathia* – безпристрасність) – відсутність емоційних переживань, реакцій, всеохоплююча байдужість і пасивність, значне послаблення спонук (бажань, прагнень, інтересів тощо).

**Абулія** (грец. *a* – не і *bule* – воля) – відсутність волі, неспроможність докласти вольових зусиль.

Розвивається апато-абулійний дефект, основними симптомами якого є: патологічна байдужість до всього і до самого себе, емоційна тупість (холодність) – відсутність емоційних переживань, хвилювань, прихильностей, душевного тепла, цілковито втрата ініціативи.

**Гебефренічна** (грец. *hebē* – юність, *статеве дозрівання і phrēn* – серце, душа, розум, разом – *недоладно-дурникуватодитинячий*) форма шизофренії також починається в молодому віці і виявляється в тих самих симптомах, що й проста. Водночас, специфічно порушується мислення – воно стає аутичним (грец. *auto* – сам). Хворий цілковито занурюється у свої галюцинаторні, відірвані від реального життя фантазії, позбавлені логіки й здорового глузду, уривчасті думки та ідеї, які називаються маячними.

**Маячня** – не відповідні реальності, галюцинаторні уявлення, ідеї, міркування психічно хворого, у помилковості яких його неможливо переконати.

Маячня – синдром не лише шизофренії, а й інших психічних захворювань. Зміст її буває різним. Найбільш поширені види маячні: 1) величності – хворий уявляє себе відомою всім видатною або вигаданою ним самим потужною особистістю («богом усього сущого», членом таємного світового уряду, «тричі героєм світу і командиром дивізії важких кулеметів», олігархом, професором психіатрії, «майором з аеродрому» і т. ін.); 2) переслідування – хворий вважає, що навколо нього плетуться інтриги та змови з метою знищити чи скалічити його, завдати йому важких руйнацій, пограбувати; 3) ревнощів – хворому безпідставно здається, що сексуальний партнер, дружина (рідше – чоловік) йому зраджує; 4) кверулянтська або сутяжництва – скрізь добачає брутальні порушення моралі та законності, негідників, злочинців, звинувачує їх, пише скарги у різні інстанції, високопосадовцям. В деяких випадках маячня, особливо, переслідування, супроводжується інтенсивним патологічним страхом, тривогою.

Багатьом хворим на гебефренічну форму шизофренії здається, що хтось насильно вкладає їм у голови певні судження, що їхні судження читають, чують інші, всі оточуючі. Поведінці притаманні дурникувата грайливість, пустотливість, дитинячість. Хворий раптом починає корчити гримаси, голосно реготати,

підстрибувати на одній нозі, приймає вичурні пози і т. ін., що може так само раптово змінитись бурхливою вербальною (словесною) агресією (*лат. aggredi – нападати*) – він знавісніло кричить, звинувачує, нападає, рве на собі одяг, випорожняється в труси (штани) і маститься калом тощо.

Захворювання на *кататонічну* (*грец. kata – вздовж і tonos – напруга*) форму шизофренії також починається в молодому віці і з тих самих симптомів, що й проста та гебефренічна. Відрізняльні симптоми цієї форми:

1. Кататонічний ступор – хворий надовго – від декількох годин до декількох місяців – застигає в якійсь позі. Найчастіше – лежить у ліжку, накрившись з головою і тримаючи її в повітрі (так звана «повітряна подушка»). Зі стану ступору може раптово перейти в стан афективного збудження з буйством, агресією, руйнівними діями.

2. Катаlepsія (*грец. katalepsis – охоплення, напад*) або воскова гнучкість. Хворі зберігають незручні пози, механічно надані їх тілу, кінцівкам іншими людьми (зігнувшись, з піднятими руками і розчепіреними пальцями, висолопленим язиком тощо). У багатьох з них в цьому стані виникають онейроїдні сновидіння – сноподібні стани, сповнені яскравими галюцинаторно-чудернацькими картинами.

3. Стереотипія (*грец. stereos – твердий і typos – відбиток*) – тривалі монотонні розхитування та інші одноманітні рухи.

4. Ехолалія (*грец. echo – відображення, відлуння звуку і lalia – мова*) – повторювання почутих чужих слів, зокрема, звернених безпосередньо до хворого, замість відповіді на ці слова. До прикладу, на питання: Як вас звати? Відповідає: Як вас звати?

5. Ехопраксія (*грец. echo – відлуння звуку і praxis – дія*) – повторювання побачених дій, рухів інших людей («мавпування»).

6. Негативізм (*лат. negation – заперечення*) – хворий робить протилежне тому, чого від нього вимагають, про що просять.

7. Амбівалентність (*грец. amphī – подвійність і лат. valentia – сила*) – ставляться до когось, чогось водночас позитивно і негативно, з симпатією і антипатією, приязно і неприязно, з любов'ю і ненавистю.

*Параноїдна* (*грец. paranoia – божевільня, безумство*) форма шизофренії починається у віці 30-40 років. Параноїдним шизофренікам притаманні специфічні деформації мислення і ставлення до світу та до себе. Насамперед, вони доходять непохитного переконання, що головним, вирішально-визначальним



фактором у житті мають бути їхні ідеї, умовисновки, судження, оцінки, вигадані ними закони тощо. Таку маячню називають «надцінними ідеями» та «ідеями-фікс». Відтак, ці особи налаштовані радикально (докорінно), всіма можливими засобами, не зважаючи ні на що, змінювати світ відповідно з їхнім розумінням, уявленням про те, яким він має бути, а все, що виходить за межі цього розуміння та уявлення, а тим паче суперечить їм, не має права на існування і мусить бути знищене, тощо.

На цьому тлі цілком закономірно розвивається синдром манії величності та манії переслідування. Справді, з позиції параноїдного шизофреніка, він, як автор і носій надцінної ідеї, є надцінною, величною особистістю. Водночас, на його непохитне переконання, у нього маса ворогів, котрі підступно протидіють утвердженню і торжеству його надцінних ідей – мовляв, саме через це світ не змінюється відповідно до них так швидко, як воно мало би бути. Ці «вороги» тільки й мріють, як би це знищити його самого та його ідеї і роблять все, на що спроможні, задля цього, тощо.

За межами своїх маніакальних ідей параноїдні шизофреніки, здебільшого, зберігають цілковито адекватне орієнтування в навколишній дійсності. Рівень їхнього інтелекту не знижується, а пам'ять та спостережливість помітно загострюються, тому що слугують упереджено-недовірливій, параноїдно-маніакальній інтерпретації поведінки, вчинків, висловлювань, дій, міміки, жестів оточуючих, як ворожих, зловмисних щодо них.

Хворі на параноїдну шизофренію за наявності у них достатньо високого інтелекту ідеально підходять на роль необмеженого диктатора. Їхній фанатизм, беззастережна відданість своїм ідеям-фікс всупереч будь-яким фактам реальної дійсності та науковим положенням, що спростовують ці ідеї, нещадність, безмежна жорстокість, з якою вони, якщо є така можливість, знищують своїх дійсних та уявних ворогів, сприяють захопленню і тривалому утриманню влади.

**Фанатизм** (лат. *fanat* – жертвовник) – непохитна відданість певним ідеям, ідеалам, цінностям, беззастережна готовність принести їм в жертву себе та інших, будь-кого і будь-що, упереджено-вороже ставлення до критики об'єкта фанатичного ставлення, категорична і безапеляційна нетерпимість щодо опонентів, інакомислячих.

Історичні факти свідчать, що під діагноз параноїдної шизофренії цілком підпадають: іудейський цар Ірод, римські

імператори Калігула та Нерон, московський цар Іван Грозний, найкривавіші диктатори Гітлер і Сталін.

Замкненість, постійна патологічна підозріливість Сталіна, ігнорування реальних фактів, котрі суперечили його мисленнєвим конструкціям і планам, нещадне нищення всіх, хто дійсно, а здебільшого, як плід його хворої уяви, стояв їм на заваді, багатомільйонні жертви, які він з легкістю приносив у боротьбі з «ворогами народу», інакше, як манією переслідування не назвеш. А його манія величності, як відомо, була просто грандіозною. Попри це, у нього, як і в Гітлера, всихала рука, що з невідомих причин стається з багатьма параноїдними шизофреніками, але не зі всіма.

У хворих на шизофренію нерідко зустрічається поєднання у різних пропорціях симптомів різних її форм. Патологічний процес триває до кінця їхнього життя, поступово прогресуючи. У більшості бувають більш-менш тривалі ремісії, в окремих випадках – з майже цілковитим тимчасовим виходом із психозу.

**Ремісія** (лат. *remissio* – зниження, послаблення) – тимчасове послаблення або зникнення симптомів психозу.

Але, ремісії у патогенезі шизофренії завжди неповноцінні. Це означає, що психічні функції хворих під час ремісій не відновлюються уповні, а лиш частково, більшою або меншою мірою, притім, з виразною тенденцією послаблення й погіршення і в якісних, і в кількісних вимірах у кожній наступній ремісії, порівняно з попередньою.

Характерними патопсихологічними проявами шизофренії є специфічні латентність (лат. *latentis, latentis* – прихований, зовні мало виражений) та глобальність мислення.

**Патопсихологія** (грец. *pathos* – страждання, хвороба, *psyche* – душа, *psichika* і *logos* – слово, вчення, наука) – галузь психологічної науки, яка вивчає руйнації психіки в стані психозів та інших психічних розладів.

Специфічна латентність мислення хворих на шизофренію виявляється, головним чином, у знаходженні ними прихованих, несуттєвих, другорядних спільних ознак об'єктів і поєднанні їх на основі цих ознак, а не істотних властивостей. До прикладу, пропонується поєднати три з чотирьох предметів за якоюсь спільною для них властивістю, ознакою, а один відкинути як такий, що цієї властивості, ознаки не має: кущ, дерево, трава, книга. Особи з нормальним мисленням поєднують в групу дерево, кущ і траву на тій підставі, що вони – рослини, ширше – живі організми, а книга – ні. Деякі, намагаючись бути оригінальними, – дерево, кущ і книгу.

Мовляв, із деревини роблять папір, а з паперу – книги. Хворий на шизофренію поєднує дерево, кущ і книгу на тій підставі, що у них є листки, а у трави їх немає. Або: велосипед, годинник, термометр, барометр. Три останні – вимірювальні прилади. Це – їхня найбільш істотна спільна, відрізняльна властивість. Хворий поєднав велосипед і годинник, тому що, мовляв, годинник вимірює час, а велосипедом можна вимірювати простір. У цьому прикладі виявилась і специфічна глобальність шизофренічного мислення. Час і простір – глобальні філософські категорії, які відображають форми існування нашого матеріального світу.

Тобто, сутність специфічної глобальності мислення хворих на шизофренію полягає у тяжінні до широких узагальнень, мудрувань про сутність світу, матерії, духу, про витoki та основи всього існуючого, про смисл життя людини тощо. Але, їхні «глобальні» мудрування безплідні, в них відсутній істотний зміст категорій і понять, якими вони оперують, та логіка. Здебільшого – це алогічне нанизування філософських, наукових і вигаданих самими хворими термінів, на кшталт: «астроліброметаніка», «психомантрика», «креміграл» тощо. Психіатри називають цей прояв шизофренічного мислення «філософською інтоксикацією».

**Маніакально-депресивний або циркулярний** (лат. *circularis* – коловий від *circulus* – коло) **психоз (МДП) або циклофренія** – один з великих, ендогенних психозів.

Маніакально-депресивний психоз називають афективним, тому що серед його симптомів домінують порушення емоційної сфери психіки людини. Захворюють на МДП у молодому віці; жінок серед хворих – у 2-3 рази більше, ніж чоловіків. Перебіг хвороби – циклічний, фазами. Це означає, що хворий періодично впадає в психотичний стан і виходить з нього. Ремісії, які називають світлими проміжками, повноцінні – пізнавальна, волюва, емоційна сфери психіки хворого щоразу відновлюються практично уповні, без втрат та руйнацій. Прояви полягають у зміні полярних афективних синдромів – маніакального та депресивного. Звідси назва – циркулярний, що означає, той, що рухається по колу. Бувають і змішані стани, коли в одній фазі психозу виявляються симптоми обох цих синдромів. Тривалість маніакальних та депресивних фаз та світлих проміжків у різних хворих – різна.

**Манія** (грец. *mania* – безумство, несамовита пристрасть, потужний потяг) – інтенсивні патологічні потяги, бажання, почування, які цілковито й нездоланно охоплюють хворого.

*Депресія* (лат. *depression* – подавлення, пригнічення) – важкі, мордуючі афективні переживання (душевний біль, туга, тривога, страх, відчай) на тлі сталого пригніченого емоційного стану, почування виснаженості та істотного послаблення мотиваційних спонук (потреб, бажань, прагнень, інтересів тощо), волі (абулії), зниження самооцінки.

Маніакальний синдром виявляється в чудовому емоційному стані. У хворого сяючий, «сонячний» вигляд, очі радісно блищать, блаженна усмішка не сходить з обличчя. Настрій – ейфорійний (грец. *euphoria* – підвищений, радісний, веселий стан), непохитно благодушний, безтурботний. Жодні несприятливі ситуації, негативні впливи не можуть зіпсувати цей настрій. Все здається йому прекрасним, захоплюючим, цікавим. Він безмежно вдячний за те, що його життя таке чудове, відтак, прагне всім віддячити, ошчасливити кожного. Нерідко на цьому тлі з'являється патологічна переоцінка самого себе – хворі уявляють, що вони потужні, значущі, а то й величні, геніальні особистості. Думки плинуть швидко, нестримним потоком. Висловлювання, здебільшого, влучні, гострі, дотепні. Виникає маса ділових ідей та планів, про які вони одразу забувають, що називається «стрибання ідей». Мовленнєва та рухова активність – безупинні, прискорені, збуджені, енергійні. Хворі співають, танцюють, у все втручаються.

Зустрічається і так звана гнівлива манія, симптоми якої – патологічна роздратованість, дратівливість, гнівливість. Циклофреніки, охоплені гнівливою манією, всім незадоволені, всіх звинувачують, сварять, ображають, схильні до агресії, а відтак, небезпечні для оточуючих.

Основні прояви депресивного синдрому: сталий пригнічений і гнітючий настрій, глибока туга, відчай, що загалом можна назвати сильним душевним болем, загальмованість мислення, мовлення, рухів, дій, нездатність зробити вольове зусилля (абулія); скорботний вираз обличчя, тихий і сумний голос – хворий говорить короткими фразами, повільно, затинаючись, з паузами; руйнація емоційних ставлень – зникають почуття до тих, кого любив, стає байдужим те, що вабило, світ робиться тьманим, ніби неживим, що називається деперсоналізація і дереалізація.

У одних хворих з'являється патологічне, безпідставне почування провини з самозвинуваченнями, самоприниженнями («погана людина», «погано працював», «нікчема», «невдаха», «приносив своїм близьким тільки нещастя», «грішив»,

«богохульствовав» тощо). В такому стані хворий може жорстоко покарати себе самоскаліченням – виколоти собі очі, відрізати язика, вухо тощо. Коли душевний біль стає нестерпним, може вчинити суїцид (англ. *suicide* – самогубство).

У інших домінують ажитовані (франц. *agitation* – сильне хвилювання, збуджений стан) тривога і страх. Такий стан називається тривожно-депресивним синдромом. Нерідко основним його змістом є патологічний, здебільшого безпідставний, страх за здоров'я і життя близьких, рідше, за свої власні. Надто сильна ажитація, досягаючи рівня нестерпності, також може спонукати до суїциду. Характерний симптом ажитованої депресії – нав'язливі сумніви, які паралізують активність, – хворий не може ні на що відважитись, прийняти рішення, тому що дуже боїться припуститись помилок, а відтак, болюче картає себе за помилки, які він допустив колись.

Симптоми шизофренії, на які необхідно звернути увагу задля кращого розуміння істотних ознак виведених Е. Кречмером типів особистості: *емоційна тупість (холодність), цілковита відсутність самокритичності та звинувачень себе, латентність і глобальність мислення (філософська інтоксикація)*.

Симптоми циклофренії, на які необхідно звернути увагу задля кращого розуміння виведених Е. Кречмером типів особистості: *інтенсивна емоційність, самокритичність та самозвинувачення*.

Виразних меж між кожною з цих хвороб і відповідною їм нормою (шизоїдність або циклоїдність) немає, як і між всіма сусідніми групами на осі «шизо-цикло». Тобто, неможливо вказати: ось тут, за такими ось конкретними ознаками закінчується норма і починається патологія, закінчується «оїдність» і починається «тимність», закінчується «тимність» і починається врівноваженість радикалів «шизо» і «цикло».

Рівень інтелекту, розумових задатків і здібностей, світоглядно-ціннісно-орієнтаційна спрямованість, моральність, духовність людини не корелюють з її «місцем» на осі «шизо-цикло», хоча, ці радикали знаходять прояви у певних особливостях інтелектуально-мисленневих процесів та емоційних ставлень.

Вісь Е. Кречмера виявилась недовершеною тільки в одному відношенні. Як засвідчили дослідження інших вчених, крім радикалів «шизо» і «цикло», є ще принаймні два: «епі» та «істеро», які відповідають епілепсії та істерії. Так, видатний російський психіатр Петро Борисович Ганнушкін (1875–1933) ще до появи

концепції Е. Кречмера виявив типові властивості психіки хворих на епілепсію та їхніх кровних родичів, котрі згодом лягли в основу типу особистості, який назвали епітиміком та епілептоїдом. (Див.: 15.4.). (Про істерію ви дізнаєтесь з інших навчальних курсів). Отже, не всі люди можуть знайти «своє місце» на осі «шизоцикло», тому що їх «місця» – на осі «епі» або на осі «істеро».

Тут доречно зауважити, що всі типи особистості – абстракції.

**Абстракція** (лат. *abstractio* – відсторонення, відволікання) – продукт абстрагування – однієї з основних операцій мислення, суть якої полягає в тому, що суб'єкт, мисленнево виокремлює, осмислює, трактує, визначає тощо якісь певні складові, властивості об'єкта, а від інших його складових, властивостей відволікається, не бере їх до уваги.

Можна припустити, що деякі індивіди уповні, цілковито відповідають тому чи іншому типу особистості. Але в переважній більшості тих осіб, котрих, без сумніву, слід віднести до якогось певного типу, завжди є щось невідповідне йому, щось таке, що не вписується в нього, виходить за його межі, не кажучи вже про тих, у кого типологічні особливості невиразні, ледь помітні. Так, у кожного з кровних родичів кожної сім'ї, що належить до одного з типів, виокремлених Е. Кречмером, типологічні властивості виявляються різною мірою і в різних пропорціях – від виразної наявності майже всіх, включно з відповідним психічним захворюванням, до майже цілковитої відсутності. Хоча насправді вони є – «ховаються» в рецесивних генах і так чи інакше виявляються у нащадків. Так само – в епілептоїдних та істероїдних родин.

Понад це, особистість – надто складний феномен. Жодна типологія не може охопити всі її суттєві властивості. Кожна з них являє собою якийсь зріз, відображає якийсь комплекс цих властивостей.

Але, по-перше, наукове пізнання – це високий рівень узагальнення на основі виявлення істотних ознак його об'єктів, результатом і засобом якого є систематизації, класифікації, типологізації. Без них унеможлиблюється прогнозування проявів властивостей об'єктів, що досліджуються, висування гіпотез щодо їх властивостей, функцій, тощо. По-друге, знання типологій особистості необхідні в практичній роботі психологів, педагогів, соціальних працівників, управлінців, зрештою, усіх професійно компетентних фахівців діяльності типу «людина – людина». Такі знання та вміння застосовувати їх у спілкуванні дозволяють за встановленою візуально (фізіогномічно) чи в процесі бесіди

типологічною особливістю особи припустити наявність у неї і тих властивостей, які корелюють з цією особливістю. Відтак, більш ефективно й продуктивно вибудовувати і корегувати спілкування та спільну діяльність з нею, впливати на неї завдяки постійному врахуванню цих властивостей та особливостей, насамперед, прогнозуванню її реакцій на різні форми впливу тощо.

### 15.2.2. Конституційно-антропометричні та психічні властивості циклотиміка/циклоїда

Описові характеристики виведених ним типів особистості Е. Кречмер почав з циклотиміка/циклоїда, можливо тому, що сам був виразним представником цього типу. Він дав йому ще одну, вельми влучну назву: *синтонний пікнік* (грец. *syn* – разом і *tonos* – тон, наголос в слові; *pykno* – товстий, огрядний). Ці терміни характеризують налаштування, що домінує у взаєминах, в спілкуванні та конституцію представників цього типу особистості: синтонний, тобто, «співзвучний» в розумінні толерантно-добррозичливий, і огрядний, повний, такий собі добродушний товстун. Але він не «салистий», не заплив щільним целюлітом, важким жиром. (Див.: рис. 2). Його повнота – легкої і тонкої фактури. Навіть доволі огрядним синтонним пікнікам притаманна своєрідна грація фігури й рухів, виразним елементом якої є порівняно худорляві кінцівки, хоча й не завжди. Голова – кругла, об'ємна, нерідко, з гладкою та блискучою лисиною (у чоловіків). Обличчя – широке, з м'якими, закругленими обрисами, формами. Ніс – «картоплею». Довгих, гострих, тонких, хрящуватих носів не буває. Якщо ніс такий, то синтонність його «власника», зазвичай, слабка, а то й цілковито відсутня навіть за наявності усіх інших конституційних ознак цього типу. Носик може бути невеликий і навіть тонкий, але обриси його – обов'язково м'які, плавні, «делікатні».

Воднораз, індивід може бути худорлявим і все ж належати до синтонних пікніків. Пікнічність такого індивіда виявляється у закруглених, плавних лініях обрисів тіла та обличчя і таки наявному, хоча й ледь помітному, тонкому жировому прошарку, особливо на животі – «квадратиків» не видно за будь-яких умов.

Рухи циклотиміків/циклоїдів – округлі, плавні, узгоджені, але їм не вистачає дрібної точності, тонкості та швидкості. Свою вагу несуть легко. Поза – доцільні, невимушені, не напружені, гармонійні, змінюються органічно й оптимально. Чимало з них не лише рухаються, а й танцюють з симпатичною легкістю і грацією.

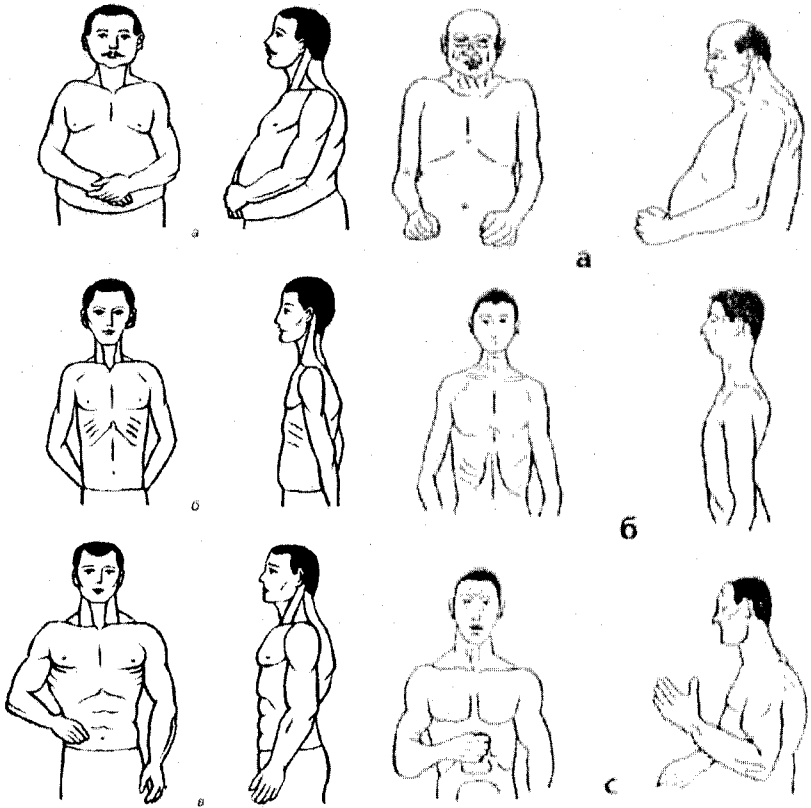


Рисунок 2. Типи будови тіла (конституції) за Е. Кречмером: а – пікнічна; б – астенична або лептосоматична; в і с – атлетична

Мовлення – добре модульоване, з виразними інтонаціями, доречними паузами. Переважна більшість майстерних ораторів, лекторів, співаків належать до цього типу.

Почерк – плавний, рівномірний, «стягнений», із закругленими, хвилястими лініями.

З синтонними людьми легко спілкуватись і домовитись, дійти згоди, досягнути консенсусу, разом щось робити тощо. Вони невимушено, без жодних труднощів немов проникають в душі інших людей, налаштовуються «на хвилю» співбесідників – з півслова схоплюють логіку їхніх думок і «тон» емоційних переживань, притім, зі співчутливим розумінням, спілкуються з



невимушеною, спонтанною готовністю поступитись задля порозуміння і прагненням підтримати, допомогти. Їм притаманні вроджені, органічно-природні людяність, людинолюбність, життєва теплота, співчутливо-добророзичлива увага до всього живого, особливо до дітей, а в переважній більшості чоловіків – і до жінок. Притім, ці люди чуйні не внаслідок засвоєних моральних норм, релігійних заповідей, гуманістичних ціннісних орієнтацій, яких може й не бути, а за безпосередньою спонукою доброти «тут і тепер», котра якимось тасмничим чином «вихлюпується» з їхніх душ. Серед них є чимало безвідповідальних, аморальних осіб, циніків, шахраїв, злодіїв. Але їх аморалізм і злочини позбавлені злостивості та втіхи від скоєного зла – вони, зазвичай, навіть співчують своїм жертвам, тим, кому вони завдали шкоди й лиха.

З такою синтонністю психологічно узгоджуються некритична навіюваність, порівняно легка зміна позицій, ставлень, навіть ціннісних орієнтацій та світоглядних переконань під відповідним потужним впливом ззовні, відсутність твердої, непохитної спрямованості. Все ексцентричне і фанатичне, за висловом Е. Кречмера, їм абсолютно чуже й непритаманне.

**Ексцентризм** (франц. *excentrique* – дивний, дуже своєрідний, незвичайний) – дивакуватість, прогнозованість, неочікуваність, загадковість поведінки.

**Фанатизм** (лат. *fanat* – жертвник) – непохитна відданість якимось ідеям, ідеалам, цінностям, що навіть не припускає жодних сумнівів та альтернатив, беззастережна готовність принести їм в жертву себе та інших, будь-кого і будь-що, упереджено-вороже ставлення до критики об'єкта фанатичного ставлення, категорична і безапеляційна нетерпимість щодо опонентів, інакомислячих.

Мислення циклотиміків і циклоїдів – практично зорієнтоване, конкретне, без мудрувань у емпіреях «високих матерій», глобальних абстракцій, зайвих деталізацій, пошуків першопричин, абсолютних істин в останній інстанції, без схильності до оперування складними концептами тощо. Якщо вони вчені, то, насамперед і головно, експериментатори, які видобувають і накопичують емпіричний (грец. *empeiria* – досвід) матеріал (факти). Якщо митці, то не абстракціоністи, символісти тощо, а реалісти, які, «смакуючи», зображують принадність земного життя, людські почуття, пристрасті, тілесні насолоди, гумористи, що показують веселощі та кумедність людей. Не ідеологи, а політики, не стратеги, а тактики і виконавці, і т. ін.

За ознакою переважання певного емоційного стану та загального життєвого тону Е. Кречмер виокремив у циклотимно/циклоїдному типі три види: меланхолійний, благодушно-самовдоволений і жвавий.

У *меланхолійного* циклотиміка/циклоїда домінують сумовитість, песимістичні настрої, побоювання, печаль. У нього і веселість забарвлена сумом. Щоб виразно уявити емоційний портрет цього суб'єкта, досить згадати ослика Іа з мультфільму про Вінні-Пуха. До себе такий суб'єкт ставиться надто критично, тяжко картає себе за помилки, життєві незгоди, за власні невдачі звинувачує насамперед і здебільшого *тільки себе*. Опинившись у скрутній ситуації, впадає у відчай, фрустрацію, які можуть сягнути патологічного рівня. (Згадаємо депресивну фазу циклофренії).

Життєвий тонус та енергійність меланхолійного циклотиміка/циклоїда – невисокі, хоча потужними зусиллями волі, що живляться тривожною відповідальністю, побоюванням неуспішності тощо, він може добиватись великих успіхів у навчанні та праці, особливо, за наявності відповідних здібностей. Вочевидь, що в класичній типології темпераментів *це – меланхолік*.

*Благодушно-самовдоволений* циклотимік, як свідчить назва, зазвичай перебуває у благодушно-спокійному, вдоволено-приємному настрої, до всього ставиться з іронією, переважно легкою й обережною, з добродушним гумором. Він неквапливий, повільний, живе за принципом «тихше їдеш – далі будеш» за наявності чималого запасу потужної життєвої енергії. Проблеми намагається не вирішувати, перешкоди не долати, а ігнорувати, очікувати, що «воно само якось вирішиться». Непохитно постійний в уподобаннях, прихильностях, дружбі, коханні. Своєю незворушною іронічно-спокійною вдоволеністю невимушено й м'яко заспокоює гарячковість, надто палкі поривання, фруструючі турботи оточуючих. Виразний приклад – всесвітньо відомий літературний герой, бравий вояк Швейк, створений благодушно-самовдоволено-жвавим циклотиміком Ярославом Гашеком. Без сумніву, що в класичній типології темпераментів – *це флегматик*.

Властивості *жвавого* виду циклотиміка найбільш виразно та інтенсивно представлені у його різновиді, якого виявили, вивчили, описали і назвали «циклотимний гіпоманьяк» послідовники Е. Кречмера. Маньяк – це суб'єкт, охоплений якоюсь манією – нестримним, шаленим, безумним патологічним потягом. «Гіпо» означає зменшений, послаблений. Гіпоманьяк – психічно абсолютно

здоровий індивід з сильними, пристрасними бажаннями, підвищеним позитивно забарвленим емоційним тоном і вельми потужним загально-органічним тонусом. (Порівняймо з гіпертимною акцентуацією темпераменту за К. Леонгардом – див.: 14.2.).

**Пристрасть** – сильне, стале, всеохоплююче почуття, що домінує над всіма іншими емоційними переживаннями та спонуканими суб'єкта, зосередження всіх його помислів та бажань довкола об'єкта пристрасті.

Циклотимний гіпоманьяк являє собою осередок бурхливої бадьорості, оптимізму та діяльної активності. Його порівнюють з потужною машиною, що інтенсивно витрачає свій ресурс, який, однак, ніби й не зменшується. Цього невтомного суб'єкта вистачає і на високопродуктивну працю, і на тілесні насолоди, нерідко надмірні, до яких він вельми охочий. Притім, він завжди свіжий, хоча спить мало – йому вистачає чотирьох–шести годин.

Йому притаманні високий рівень синтонності, блискавична спостережливість, природжена інтуїція щодо психічних властивостей і станів оточуючих, реального стану у виробничих та повсякденно-побутових стосунках, формальних і неформальних взаєминах. Ситуації та можливості оцінює реально, «тверезо», але живе за програмою-максимум, тому що він сповнений почуванням свого потужного життєвого потенціалу, величезної психічної та фізичної енергії, відтак, виношує грандіозні задуми, плани, організовує нові ризиковані справи, в яких – широкий простір для ініціативи. В складних, проблемних ситуаціях швидко орієнтується і приймає блискавичні й сміливі рішення. Здебільшого, синтонно-толерантний до проблем, прагнень, бажань інших, поблажливо-співчутливий щодо їхніх слабкостей, що забезпечує порозуміння з людьми.

Практично в усіх представників цього виду циклотиміків добре «підвищений язик» – їхні промови емоційно насичені, щедро модульовані, репліки влучні, дотепні, винахідливі, вони вміло й з насолодою смакують кумедні висловлювання та ситуації, «травлять» анекдоти.

Такі особи, як і всі циклотиміки, – пластичні, гнучкі. Їм не властива непохитна відданість ідеям, переконанням. Вони не «гнувають свою лінію» до кінця, а інтуїтивно вловлюють «куди вітер віє», швидко, переорієнтовуються відповідно до «змін його напрямку», тобто, підхоплюють нові, ще невідчутні для абсолютної більшості, перспективні ідейні, політичні, соціальні віяння,

настрої, відрухи і, зазвичай, так чи інак, очолюють їх – опиняються і мчать «попереду паротяга».

Циклотимний гіпоманьяк легко переносить життєві ексцеси, труднощі, вирішує проблеми, вельми стійкий щодо фруструючих впливів. Однак, якщо випробування дуже складні, радикально змінюють усталений спосіб його життя, а також під впливом якихось таємничих ендогенних факторів, він може впасти у тяжку депресію, яку дуже важко здолати. Такої біди зазнав Олександр Дюма-батько, яскравий і талановитий представник цієї когорти вражаюче життєздатних і життєлюбних людей.

Окрім цього славетного французького письменника, найбільш відомими циклотимними гіпоманьяками, які залишили глибокий слід в історії людства, були Уїнстон Черчіль і Микита Хрущов. У. Черчілью вистачало впевненості в собі, снаги, енергії, волі та розуму талановито керувати Великою Британією у дуже важкі для неї часи II світової війни. Його весела, благодушно-зухвала вдача виявлялась, зокрема, в тому, що він у спеку, від якої потерпав через свою огрядність, приймав відвідувачів, зокрема й офіційних осіб, крім надто поважних, одягненим лиш у сиву хмару сигарного диму. Сигари У. Черчіля палив майже безперестанку і щодня випивав щонайменше пляшку коньяку. Однак, ці немалі дози алкоголю та нікотину не знижували його життєвий тонус та інтелект.

Микита Хрущов зміг перемогти в неймовірно складній боротьбі за владу у СРСР після смерті Сталіна завдяки насамперед своїм психічним властивостям, тому що об'єктивно, реально у нього було мало шансів. Згодом він насмілився звинуватити і розвінчати цього обоженного тирана. І йому це вдалось! Напевне, його гіпоманьячна інтуїція вловила антисталінські настрої, що зажевріли в масах. Широко відомі кумедно-скандальні витівки цього зухвало-самовпевненого глави КПСС та СРСР. Так, одного з близько-східних королів він приймав на дачі у трусах. Мовляв, спекотно і тому – до біса церемонії. М. Хрущов будував настільки ж грандіозні, наскільки й нездійсненні для Совецького Союзу плани протягом двох десятиліть наздогнати США за всіма основними економічними показниками. Розповідаючи про свої фантазмагорійні задуми щодо блискавичного розвитку керованої ним держави з трибуни ООН, Микита Сергійович так запалив сам себе, що зняв з ноги пантофлю і, грюкаючи нею по трибуні, викував: «Ми вам покажем кузькіну мати!»

З відомих сучасників-українців до когорти циклотимних гіпоманьяків, вочевидь, належить успішний бізнесмен, організатор та керівник, «співаючий ректор» Михайло Поплавський. Головна роль цього безнадійно безголосого співака у феєричних шоу, які мають успіх (!), – феномен, який створила його циклотимно-гіпоманьячна весела зухвалість і завзятість. З відомих літературних героїв – Остап Бендер.

В традиційній класифікації темпераментів жваві циклотиміки – це сангвініки. Як бачимо, холериків на циклотимно-циклоїдній половині осі Е. Кречмера немає.

Представники всіх видів циклотиміків/циклоїдів циклічно (по колу) проходять через всі фази: меланхолійну, благодушно-самовдоволену, жваву. Але кожен з них затримується у якійсь одній, «своїй» значно довше, порівняно з двома іншими. Більшість циклотиміків поєднують у різних пропорціях властивості виокремлених Е. Кречмером видів, утворюючи різновиди: меланхолійно-благодушно-самовдоволені, благодушно-самовдоволено-меланхолійні, жваво-благодушно-самовдоволені, благодушно-самовдоволено-жваві. Трапляються цікаві сполучення жвавості з меланхолійністю.

Згідно з влучним поясненням Е. Кречмера, *емоційний тонус циклотиміків коливається між веселістю й печалю, між радістю і тугою; активність – між бадьорістю і млявістю*. Все це якимось пов'язується з функціонуванням залоз внутрішньої секреції, емоційних центрів головного мозку, але як саме – невідомо.

### *15.2.3. Конституційно-антропометричні та психічні властивості шизотиміка/шизоїда*

Назви ядерного, основного типу конституції шизотиміка/шизоїда – *астенік* (грец. *a* – не, заперечення і *stenos* – сила), що буквально означає не сильний, слабкий, і *лептосоматик* (грец. *leptos* – крихкий, слабкий). Але фізична і особливо психічна сила багатьох представників цього типу аж ніяк не мала, а в деяких – неабияка. Стосовно будови їх тіла ці терміни означають худорлявий, з тонкими кістками і жировим прошарком, невеликими порожнинами тіла, внутрішніми органами та м'язевою масою, плоскою грудною клітиною, витягнутим, з дрібними, загостреними, «мишачими» рисами обличчям. Зазвичай – «шапка» густого волосся, іноді кучерявого «від природи». Якщо лисина –

то не гладка, як у циклотиміків, а з горбочками і ямками – її «немов миші виїли», – за образним порівнянням Е. Кречмера.

Серед шизотиміків/шизоїдів немало *атлетиків* (*грец. athlos – боротьба*) – індивідів з широкими кістками, плечовим поясом, масивними, потужними м'язами, прямокутними лініями тіла й голови, вузькими стегнами, виразними вилицями. (Див.: *рис. 2*).

Зауважимо, йдеться не про абсолютні розміри тіла, а про власні пропорції його органів, структур. Тобто, атлетики у загальному вимірі бувають великі, середні й маленькі, як і представники всіх типів конституції – пікніки, астеніки та ін..

На цьому боці осі «шизо–цикло» чимало й *диспластиків* (*грец. dys plastos – погано сформований*) – осіб зі змішаною тілобудовою, без виразного вияву ознак якогось одного з її типів, з різноманітними диспропорціями тіла. Є тут навіть *пікніки*, але інакші – не округлі, «легкі» та жваві, а якісь прямокутно-масивні, дебели, «салисті», «важкі».

Спільне для усіх підтипів шизотимно-шизоїдної конституції – загострені, видовжені, хрящуваті носи.

Міміка шизотиміків і шизоїдів або збіднена, невиразна, або надмірно виразна, перебільшена, аж до гримас. У деяких – постійний вираз обличчя, що рідко змінюється, до прикладу, саркастична усмішка. Зустрічаються також обличчя, поділені за мімічною рухливістю навпіл по горизонталі – застигла нижня частина і рухлива верхня чи навпаки.

Мовлення або невиразно-буркотливе, монотонне і тихе, або дерев'яно-гучне, немов книжку вголос читає. Характерними є дивні та недоречні паузи – мовчання, коли треба говорити, і мовлення, коли слід було б помовчати. Майстрів розмовного жанру, ораторів, проповідників серед них майже немає.

Пози – одноманітні, змінюються рідко, але різко. Хо́да або скута, незграбна, зі слабкою участю рук і тулуба, або стрімка, окрилено-нервозна, гостро-виразна, з «викругасом», з «вихилясом». Особливо чудернацьким буває біг.

Більшості індивідів цього типу властива висока точність і швидкість дрібних рухів. Майстри, віртуози вивірено-дрібно́ї ручної роботи – всі з їх когорти (мікроскопічно-технічна праця, мікрохірургія, стоматологія, гра на скрипці тощо).

Почерк – або надто виразний та акуратний з ретельним виписуванням кожної букви, або чудернацьки-неправильний, або

невпевнено-дитячий, або «скам'янілий», як його назвав Е. Кречмер. Характерними є зубчасті та гострі вертикальні лінії.

Природна синтонність у взаєминах і спілкуванні шизотимікам і шизоїдам не притаманна. Люди з врівноваженими радикалами шизо й цикло не почуваються в їх товаристві природно й невимушено. Виникає якась «підвішеність» – психологічний бар'єр, дистанція, напруження, скутість, збентеження. Вони можуть докладати великих зусиль, щоб не лише здаватись, а й справді бути відкритими, привітно-комунікабельними, співчутливо-чуйними, але це їм погано вдається. З ними легше спілкуватись синтонним циклотимікам завдяки їх синтонності. Астеніки з відносно крупними та округлими рисами обличчя і обрисами тіла більш синтонні.

Е. Кречмер наголошував, що «асинтонність» шизотиміків та шизоїдів не пов'язана з доброзичливістю, добропорядністю, доброчинністю. Він писав, що в обдарованих шизотимних родинах зустрічаються прекрасні особистості, які за своєю щирістю, об'єктивністю, за непохитною стійкістю благородних переконань, чистотою помислів та поглядів переважають найповноцінніших циклотиміків, але поступаються їм у природній теплоті, сердечності щодо кожної окремої людини, у толерантно-терпимому розумінні людських слабкостей і так зваих проблемних життєвих ситуацій. На вищому рівні симпатії – у коханні – чимало з них розчулено й ніжно уважні, абсолютно довірливі, невичерпні у даруванні витончених радощів, уміють бути безмежно відданими та вдячними, урочисто обожнювати. Однолюби. Але щедрого розуміння і співчуття, здатності щиро й цілковито простити прикрі помилки, слабкості, особливо зради, немає.

Це органічно в'яжеється з характерною для них самодостатністю та принциповою безкомпромісністю – вони самі живуть за принципом: «Ти можеш, бо ти мусиш!» і безальтернативно вимагають цього від інших. Якщо шизотимік/шизоїд прийняв якісь світоглядні, філософські, релігійні, політичні ідеї, погляди, цінності, ставлення як особистісно значущі для нього, утвердився в якихось переконаннях, то це – раз і назавжди. Він буде вперто, невідступно, самовіддано триматись за них і служити їм. Фанатизм, екстремізм – на шизотимно/шизоїдному боці шкали «шизо-цикло».

Серед відомих одержимих борців «за ідею» у політиці та релігії, котрі йшли задля неї на все, здебільшого, шизоїди: провідники Реформації Жан Кальвін та Мартін Лютер з його галюциаторними

видіннями, засновник ордену єзуїтів Ігнацій Лойола, діяч французької революції Максиміліан Робесп'єр, котрий відправляв під ніж гільйотини тисячі людей, у яких вбачав контрреволюціонерів, перший голова ЧК Фелікс Дзержинський, якого називали залізним Феліксом і катом, та ін. (Згадаємо у зв'язку з цією шизоїдною властивістю ідею-фікс параноїдних шизофреніків.)

Мислення представників цього типу тяжіє до широких узагальнень, абстракцій, до пошуку глибинних причин і рушійних сил існування світу та людини в ньому, основоположних та остаточних істин тощо. (Згадаємо безплідні мудрування та «філософську інтоксикацію» хворих на шизофренію). Їх мисленню властива також латентність, але не курйозно-безплідна, як у шизофреніків, а нерідко плідна, оригінальна – вони знаходять у предметах та явищах приховані істотні, перспективно-продуктивні властивості та взаємозв'язки.

У поєднанні з високим інтелектом, розумовою обдарованістю ці властивості мислення породжують потужних теоретиків, талановитих і геніальних мислителів, філософів, вчених, глобальних стратегів націй, культур, людства. Серед них: Платон, Арістотель, Декарт, Конфуцій, Спіноза, Ньютон, котрий, як і Ніцше, захворів на шизофренію, Берклі, Кант, Гегель, Фіхте, Скворода, Ейнштейн та багато інших, усі – шизоїди-астеніки та диваки. На дещо нижчих рівнях інтелекту – це креативні особистості, винахідники, «продуценти» оригінальних ідей.

Шизотимікам/шизоїдам притаманне також роздвоєння думки в тому розумінні, що вони здатні водночас слухати і чути вас і свій внутрішній голос або міркувати про щось інше. Це може здаватися якимось підтекстом – ніби шизотимний співбесідник знає щось важливе та шокуюче стосовно предмету розмови або особи, з якою спілкується, але не хоче чи не може про це сказати, що бентежить його співрозмовників і посилює комунікативний бар'єр.

Висловлюються ці індивіди або туманно, розпливчато, «мудровано» або навпаки, чеканно чітко, лаконічно, з бездоганною логічністю.

На шизотимно-шизоїдному полюсі у мистецтві – моральне проповідництво, патетика, романтизм, символізм, абстракціонізм, витончена фантазія, вишуканість, стильність, парадоксальна дотепність, в'їдливий гумор, саркастична сатиричність.

Чітко визначених різновидів шизотиміків Е. Кречмер не вивів, характеризував їх описово, що, напевне, пов'язано з розмаїтістю



психічних властивостей, рис, особливостей представників цього типу особистості:

- некомунікабельний, тихий, стриманий, позбавлений гумору, дивак;
- сором'язливий, боязливий, вразливий, сентиментальний, нервовий, збуджений, друг книги і природи;
- слухняний, добродушний, спокійний, чесний, байдужий, тупий, глупий.

І далі: «Стримані, витончені, льодяні аристократи, вишукані джентльмени з високими запитами і низькими інстинктами, патетичні, чужі світу ідеалісти, холодні, владні натури, котрі з величезною енергією, яку неможливо приборкати, переслідують свої цілі, а поруч, у відчутній генетичній близькості – нікчемні нероби, сухо-безвольні, гнівливо-тупі.»

Нерідко ці риси суміщаються в різних пропорціях в одній особі. Серед представників шизотимно/шизоїдних родин, зазвичай, трапляються носії кожної з цих груп рис або деяких з них.

Послідовники Е. Кречмера, російські психіатри Дефенгоф і Юдін виявили, вивчили й описали різновид шизоїда, якого вони назвали «експансивним»: «Дивний, крутий, суворий, діловий, наполегливий, хороший служака, дратівливий, забіяка, скандаліст – поганий характер.» Американські дослідники – «плотоядного шизоїда»: «Іскристий, дратівливий, зі швидким індуктивним розумом, енергійний, в'їдливо дотепний, підвищено еротичний, схильний до туберкульозу, дуже сильний психічно.»

Невдовзі сильні риси «експансивного» і «плотоядного» шизоїдів постали у різновиді цього типу осіб, якого назвали «шизотимний гіпоманьяк».

*Індуктивне* (лат. *inductio* – наведення) мислення – узагальнююче, що йде від конкретного (фактів, результатів спостережень та експериментів) до загального.

На основі властивостей «плотоядного шизоїда» була спроба аналітично виокремити шизотимного гіпоманьяка.

Вочевидь, що перший і третій із описаних Е. Кречмером видів шизотиміків/шизоїдів за класичною типологією темпераментів – флегматики; другий – меланхолік. У четвертій групі рис знаходимо і холеричні, і флегматичні властивості. Два останні різновиди, безумовно, слід віднести до холериків. Сангвіністичні властивості серед представників цього типу особистості якщо й виявляються, то вельми невиразно і слабо.

Їхню емоційність і тонус активності Е. Кречмер охарактеризував як коливання між чутливістю та холодністю, між загостреністю і тупістю почуттів, між екзальтацією та апатією. Це – на загал, а кожен з них практично постійно перебуває в стані одного з цих протилежних комплексів (чутливість-загостреність-екзальтація або холодність-тупість-апатія).

**Екзальтація** (лат. *exaltatio* від *exaltus* – дуже високий) – некритичне і надмірне захоплення якоюсь особистістю, групою, ідеями, віруваннями тощо, що виявляється у хворобливо-пожвавленій формі.

Вчення Е. Кречмера привернуло і захопило оригінальністю підходу, новизною ідей, теоретичною та практично-психологічною перспективністю багатьох дослідників, котрі розвинули його, розробили на його основі та під впливом його ідей свої концепції і типології особистості. Серед них найбільш ваговою та плідною в теоретичному і практичному відношеннях є концепція У. Шелдона.

### **15.3. Конституційно-антропометрична концепція особистості У. Шелдона**

Послідовник Е. Кречмера, відомий американський психолог і біолог Уільям Герберт Шелдон (1899–1977) почав своє дослідження у буквальному розумінні з яйця – від заплідненої яйцеклітини. Базове положення цього дослідження полягає в тому, що конституційно-антропометричні властивості людини утворюються залежно від співвідношення трьох основних шарів у ембріоні (зародку), з яких розвивається організм. Ці шари називаються *ендодерма* (грец. *endon* – всередині і *derma* – шкіра), *мезодерма* (грец. *mesos* – середній, проміжний) і *екзодерма* (грец. *exo* – зовні, ззовні).

З ендодерми утворюються внутрішні органи. Якщо вона переважає за розмірами, то формується тип конституції, представників якої У. Шелдон назвав *ендоморфами* (грец. *morfe* – форма). Форми і контури їх тіла – закруглені; порожнини – об'ємні; внутрішні органи та жировий прошарок – великі. Вони легко тримаються на воді. Як бачимо, це майже те саме, що пікнік за Е. Кречмером. (Див.: Рис. 2; Рис. 3).

З мезодерми розвиваються легені, м'язи, кістки, зв'язки. Якщо переважає вона, масмо *мезоморфа* – людину з масивними й потужними м'язами, прямокутними формами тіла, широкими костями, плечима, ступнями, долонями, квадратним обличчям. Про таких говорять: «груди колесом». Це – атлетик у типології Е. Кречмера. (Див.: Рис. 2.; Рис. 3).

З екзодерми утворюються нервова система, шкіра, волосся, нігті. Якщо переважає цей шар заплідненої яйцеклітини, формується *ектоморф* – індивід з тонкими костями і жировим прошарком, невеликими м'язами, видовженими кінцівками і тулубом, загостреними обрисами тіла, дрібними рисами обличчя. Вочевидь, що цей тип конституції відповідає астеніку/лептосоматику у типології Е. Кречмера. (Див.: Рис. 2; Рис.3).

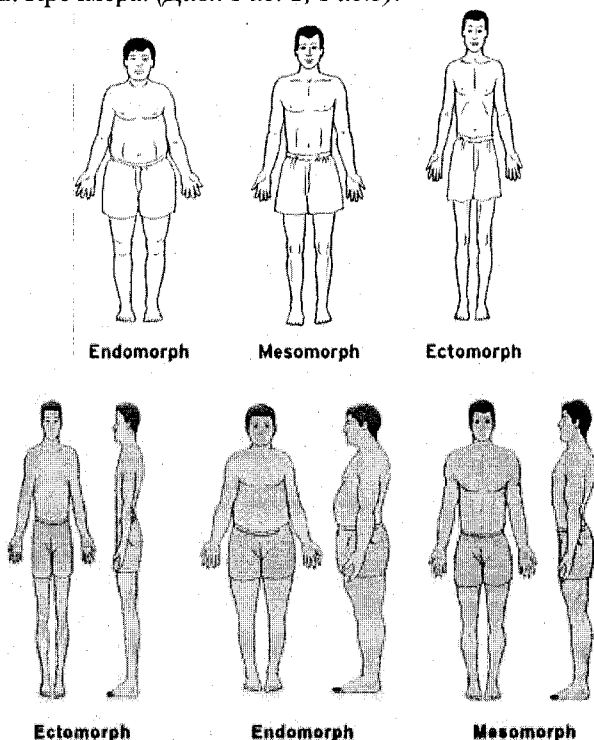


Рисунок 3.

У. Шелдон зауважував, що все це виразно виявляється за будьяких розмірів індивіда та степені його вгодованості. І хоча в чистому вигляді виявлені ним типи зустрічаються порівняно рідко, переважання якогось із них у кожного з нас, здебільшого, неважко розпізнати візуально. Комбінації бувають різні. До прикладу:

– більш-менш врівноважене співвідношення ендоморфності та мезоморфності; У. Шелдон назвав особу з такою конституцією *ендомедіалом* – це людина з великими порожнинами тіла, жировим прошарком і м'язами та широкими костями;

– співвідношення у приблизно рівних пропорціях мезоморфності з екоморфністю породжує *ектомедіала* – індивіда з порівняно тонким кістяком, але доволі помітною м'язевою масою;

– в результаті поєднання у приблизно рівних пропорціях екоморфності, ендоморфності та мезоморфності утворюється особа з середніми за розмірами м'язами, жировим прошарком, порожнинами тіла, товщиною костей.

Названі типи та підтипи виявлені і визначені на основі вельми складних біологічних вимірів та математичних розрахунків, зокрема, кореляційного аналізу фото чотирьох тисяч оголених людей з різною конституцією.

Воднораз, У. Шелдон виявляв і досліджував типи психологічно-поведінкових комплексів. Він вивів та охарактеризував три такі комплекси, які назвав типами темпераменту:

*Вісцеротонік* (лат. *viscera* – *нутрощі*) – людина з «внутрішнім темпераментом», якій притаманні: порівняно сповільнені реакції, розслаблені пози й рухи, тривалий і глибокий сон, благодушність, самовдоволеність, комунікабельність, товариськість, дружелюбність, терпимість, поступливість, привітність. Особи, що належать до цього типу, полюбляють комфорт, добряче попоїсти, особливо, в приємному товаристві, обожнюють все домашнє, сімейне, традиційне, віддані спогадам дитинства. Не люблять напруги, як психологічної, так і фізичної, погано зносять самотність. Мають постійну потребу у прихильності, схваленні з боку інших, особливо, значущих для них, та щодо інших зі свого боку. Легко, без внутрішнього гальмування говорять про свої почуття, емоційні реакції та стани. Неприємності посилюють потребу у спілкуванні – хочуть, щоб рідні та близькі втішали їх, висловлювали співчуття та підтримку. Під впливом алкоголю

розчулюються, доброзичлива комунікабельність посилюється, сповнюються сентиментальністю, захопленням і співчуттям, що нерідко виливається «солодкими сльозами».

*Соматотонік* (лат. *soma* – тіло) – індивід з «тілесним темпераментом», якому властиві енергійні реакції, впевнені чіткі рухи й пози, прямі манери, фізична і психологічна витривалість. Полюбить фізкультуру, спорт, пригоди. Із задоволенням працює фізично. Спартанськи зневажає незгоди. Упевнений в собі, агресивний, владний, ревнивий, крутий, неспокійний, галасливий, позбавлений делікатності й тактовності. Свої думки та наміри приховує. Конкурентів намагається усувати всіма можливими засобами. Позбуватись неприємностей намагається негайними рішучими діями. Алкоголь посилює агресивність і безтактність. Робиться нестерпно задирикуватим, нав'язливим та настирливим.

*Церебротонік* (лат. *cerebrum* – мозок) – індивід з «мозковим темпераментом. Його реакції швидкі, але рухи скуті. Голос тихий. Дуже рухливі очі. Сон – неспокійний. Легко стомлюється. Підвищено чутливий до болю. Погано зносить гамір. У проявах почуттів – стриманий. Схильний до самоаналізу. Прагне інтенсивної розумової діяльності (серед хобі переважають книги, шахи тощо). Противиться стереотипному, банальному. У спілкуванні немає невимушеності, розкутості. Оцінки та ставлення – непередбачувані. Неприємності викликають прагнення усамітнитись. До алкоголю стійкий, тобто, байдужий.

Вочевидь, що властивості вісцеротоніків, здебільшого, відповідають властивостям циклотиміків/циклоїдів, а соматотоніків та церебротоніків – шизотиміків/шизоїдів у типології Е. Кречмера.

Як і очікував У. Шелдон, і це засвідчили ґрунтовні математично-статистичні обчислення значного масиву емпіричного матеріалу, ендоморфна конституція корелює з вісцеротонічним «типом темпераменту», мезоморфна – з соматотонічним, екторморфна – з церебротонічним. Зустрічаються виключення, невідповідності, але вони статистично незначущі.

Таким чином, істотні взаємовідповідності типологічних особливостей особистості у конституційно-антропометричних концепціях Е. Кречмера і У. Шелдона переконливо свідчать про наукову істинність та перспективність щодо подальших розробок цих концепцій. В розвинених країнах вони ефективно

використовуються у психіатрії, психологічному консультуванні, професійному орієнтуванні та професійному доборі, зокрема, в спорті, у пенітенціарній, соціальній роботі та в інших сферах і видах діяльності типу «людина – людина».

#### **15.4. Епітимік/епілептоїд як тип особистості за П. Б. Ганнушкіним**

На початку ХХ ст. П. Б. Ганнушкін опублікував статтю, яка називається «Релігія, жорстокість і сластолюбність» («Религия, жестокость и сладострастие»), в якій показав, що релігійна нетерпимість, фанатизм, садизм, святенництво (російське слово – ханжество), лицемірство і статеве шаленство (несамовитість) корелюють між собою.

*Садизм* – термін походить від прізвища талановитого французького письменника, маркіза де Сада, який описав фізичні та психологічні знущання над сексуальними партнерами, що приносить тим суб'єктам, котрі завдають їх, насолоду сексуального характеру. У вузькому розуміння садизм означає здатність і бажання одержувати насолоду від завдання сексуальному партнеру фізичного та душевного болю перед статевим актом і в процесі його. Виявляється різною мірою – від відносно слабких ударів, пощипувань до жахливо жорстоких знущань та убивств зі звалтуванням. В широкому розумінні – це зловтішання, вдоволення, насолода суб'єкта від страждань, мук інших людей, особливо тих, яких завдає він сам.

##### **15.4.1. Епілептичний характер. Епітимік/епілептоїд як тип особистості**

Згодом названі корелюючі властивості, виявлені П. Б. Ганнушкіним, постали у симптомокомплексі, названому «епілептичний характер». Образно цей характер представлено так: «З хрестом в руці, з Євангелієм в руці і з каменем за пазухою». Страшний, мерзенний тип: патологічно жорстокий (садист), дуже запальний, підступний, улесливий, брехливий, здебільшого, фанатично релігійний, лицемірний святенник (ханжа), сластолюбний шаленець, надміру акуратний, хворобливо педантичний, тваринний (тобто, беззастережний, абсолютний) егоїст, страшенно прилипучий,

нав'язливий, в'язкий – думка, а відтак, мовлення застрягає і немов топчеться на одному місці, нестерпно докладний – розмовляючи або розповідаючи про щось, «зациклюється» на дрібних, непотрібних, зайвих деталях. Складові епілептичного характеру – психологічна основа типу особистості, який назвали *епітиміком/епілептоїдом*. У кожного епітиміка/епілептоїда інтенсивність провів цих властивостей – різна.

З цими властивостями корелюють: рішучість, твердість у судженнях, поглядах, діях, поведінці, насмішкуватість, переважно в'їдлива, велика напруженість потягів, потужна активність. Епітимік втручається в усе, що вважає важливим, обурюється щодо недоліків, сперечається, конфліктує, шукає конкретних винних і добивається їх покарання. Цей нестримний переслідувач живиться непохитною впевненістю у своїй правоті. Він пунктуальний, акуратний, надійний, дотошний, зрозумілий, цілісний. Вочевидь, що такі властивості можуть забезпечувати вельми ефективну діяльність. Серед епітиміків чимало хороших працівників, як лідерів, так і виконавців.

Встановлено, що чимало хворих на епілепсію мають епілептичний характер, належать до епітимно/епілептоїдного типу особистості, але не всі. Воднораз, не в усіх осіб з епілептичним характером виявляються симптоми цієї хвороби. Але серед їхніх кровних родичів обов'язково знайдуться епілептики. Отже, генетичний фактор «епі–радикал» зумовлює і цю ендегенну психічну хворобу, і цей симптомокомплекс. Тобто, як і радикали «шизо» й «цикло», він є в генетичній програмі усіх кровних родичів епілептоїдних родин, але виявляється у кожного з них по-різному – від цілковитої наявності всіх проявів до цілковитої відсутності їх. Однак, у нащадків цих осіб він так чи інакше виявиться.

*Конституційно-антропометричних особливостей, які б однозначно й виразно корелювали з характерологічними властивостями епітиміка/епілептоїда та з власне епілепсією, не виявлено, хоча, професійно компетентні, здібні щодо фізіогномічних спостережень психіатри та клінічні психологи інтуїтивно розпізнають індивідів, у яких воно є, однак, не можуть чітко й однозначно описати конституційні форми, які слугують їм «маркерами» такого розпізнавання.*

**Епілепсія** (грец. *epilepsia* – падуча хвороба) – один з великих ендегенних психозів, який виявляється у судомних нападах та певних психотичних симптомах і синдромах.

Епілептичні симптоми іноді виявляються в дитинстві, навіть у дошкільному віці, але здебільшого, в юнацькому та в дорослому. Спочатку з'являються епілептичні напади, які з різними інтервалами тривають до кінця земного життя хворого. Патологія може обмежуватись нападами, а може прогресувати – виникають і розвиваються інші симптоми.

Епілептичні напади поділяють на великі й малі. Малий напад – це раптове й дуже короткочасне вимикання свідомості, протягом якого суб'єкт не встигає впасти, застигає на 1-2 секунди в тій позі, у якій його застав напад, втупивши погляд в одну точку, приходять до тями і продовжує перервану нападом справу. Відтак, такі особи професійно непридатні до всіх тих видів діяльності, в процесі яких неприпустимо «розслабитись» і «відключитись» навіть на долі секунди – диспетчер аеропорту, пілот швидкісних літаків, навідник гармати і т. ін.

Великому нападу здебільшого передуює стан, який назвали аура (*грец. aura – легкий вітерець, подих*). В стані аури епілептики відчувають щось на кшталт легенького віяння вітерця, незвичайні, дуже приємні аромати, мимовільно скрикують чи роблять якісь рухи, переживають в цю мить «неземну» насолоду, неймовірне щастя, коли здається, що сам Бог пригортає їх до свого люблячого серця і відкриває високі істини. Відразу після аури хворий падає і його судомить. Спочатку судоми тонічні – тіло різко напружується і витягується, потім клонічні – сіпаються голова й тулуб, згинаються і розгинаються кінцівки, епілептик клацає і скрегоче зубами так сильно, що може поламати їх та відкусити собі язика. Тому необхідно вкласти між щелепами щось достатньо щільне і м'яке, що не дозволяло б їм з'єднуватись. На губах виступає піна, відходить сеча, нерідко – кал. Напад триває в середньому 2-3 хвилини і, зазвичай, завершується глибоким сном. Ауру хворі пам'ятають, а напад – ні. Інтервали між нападами у різних хворих різні – від одного за одним через дуже короткі проміжки часу, що називається епілептичним статусом, до приблизно одного разу на рік.

Ускладнена форма епілепсії виявляється у трьох основних симптомах, які називаються дисфорія, сутінковий стан свідомості та амбулаторний автоматизм.

**Дисфорія** (*грец. diz, лат. dis – розділення, заперечення і грец. phero – переносу*) – ендogenous розлад емоційної сфери, що виявляється у похмурій злості, дратівливості, знівливості, агресивності, знітючій тузі.



В сутінковому стані свідомості відчуття, образи сприймання та уяви, думки, спогади хворого стають невиразно-плинними, розпливчастими, з'являються галюцинації і час від часу – раптові різкі збудження. В такому стані епілеттики дуже небезпечні для оточуючих, тому що можуть скоїти тяжкі, жорстокі злочини, які, зазвичай, не пам'ятають.

**Амбулаторний** (лат. *ambulatorius* – пересувний, рухомий) **автоматизм** являє собою неусвідомлювані, немотивовані і незрозумілі вчинки.

Найбільш важкі хворі на епілепсію перебувають у тривалому психотичному стані зі складними галюцинаціями, маячною, здебільшого, сповненими релігійно-містичними видіннями та екстазами.

**Екстаз** (грец. *extasis* – захоплення) – найвищий ступінь захоплення, що може дійти до несамовитості.

Якщо хвороба прогресує відносно повільно, то хворий поступово робиться патологічно флегматичним. Його інтелектуальний рівень знижується, погіршуються, стають неповороткими мислення, пам'ять, уява. Мовлення робиться дуже важким і «в'язким». Все це вкупі називається *епілептичною деменцією* (лат. *dementia* – безумство – набуте слабоумство).

#### 15.4.2. Ядерний тип злочинця та геніальність за Ч. Ломброзо

Відомий італійський психолог Чезаре Ломброзо (1835–1909), який сам хворів на епілепсію, підхопив концепти «епілептичного характеру» і намагався на їх основі довести, по-перше, що такі риси цього характеру, як садистська жорстокість, підступність, лицемірство, брехливість, тваринний егоїзм є психологічною основою ядерного типу злочинця; по-друге, що геніальність корелює з епілепсією.

Дійсно, серед відомих геніїв та великих талантів були індивідуальності, котрі періодично зазнавали епілептичних нападів: засновник ісламу, пророк Магомет, видатний римський імператор Гай Юлій Цезар, російський цар Петро Перший (водночас із гіперфункцією його гіпофізу та щитовидної залози – див.: 15.5.), великий завойовник, імператор Франції Наполеон Бонапарт, геніальний письменник Федір Михайлович Достоевський, котрий описав у своїх творах низку героїв з епілептичними нападами, з яких не всім притаманні риси

епілептичного характеру, друга після Леніна особа у большевицькій партії в часи революції та громадянської війни в Росії – Лев Троцький (судомні напади самого Леніна зумовлювались невилікуваним сифілісом); успішний большевицький воєначальник цієї війни, а перед нею – відомий бандит Григорій Котовський та інші потужні особистості.

І серед злочинців, як показують дослідження, проведені в різних країнах, нерідко зустрічаються особи з рисами епілептичного характеру, з епілептичними нападами і без них, як і генії-епілептики, дії яких, принаймні у політиці, є всі підстави трактувати як злочинні (серед названих вище індивідуумів лиш пророк Магомет і Ф. Достоєвський не чинили злочинів). Але, далеко не всі злочинці мають такі риси, далеко не всі епілептики та особи з епілептичним характером є злочинцями, а тим паче геніями.

### ***15.5. Вплив гормонів ендокринних залоз на психіку та конституцію людини***

*Залози внутрішньої секреції або ендокринні (грец. *endon* – всередині і *krino* – відокремлюю) – це залози, які не мають вивідних протоків, їх продукти – гормони – безпосередньо потрапляють в кров і лімфу.*

*Гормони (грец. *hormonē* – збудник) – продукти залоз внутрішньої секреції, котрі визначальним чином впливають на структуру та функції всіх органів тіла людини, її психічних процесів і станів і загалом являють собою біохімічні засоби реалізації генетичної програми. Гормони називають також **секретами**.*

На кожному з етапів життя людини якась із ендокринних залоз грає провідну роль в тому розумінні, що функціонує більш інтенсивно, порівняно з іншими, що називається гіперфункцією.

В дитинстві найбільш активно працює виличкова залоза або тимус. Її гормон спричиняє інтенсивну рухливість, непосидючість, веселість, життєрадісність, безтурботність, швидко й часто переключення уваги. Всі інші залози також функціонують, але ще «не набрали обертів». Серед дошкільнят вже можна візуально розрізнити майбутніх пікніків-циклотиміків, астеників-шизотиміків, атлетиків (ендоморфів-вісцеротоніків, екторморфів-

церебротоніків, мезоморфів-соматотоніків). Однак, ближче до підліткового віку чи протягом цього вікового періоду можуть відбутись радикальні зміни: товстун витягнеться, схудне, худорлявий розповніє, флегматично-спокійний стане запальним забіякою або навпаки і т. ін. Це безпосередньо пов'язано з кількісними співвідношеннями різних гормонів.

Недостатність деяких із них також помітна. Так, якщо недостатньо гормону щитовидної залози, дитина якась нескладноповна – тулуб і кінцівки нагадують тупі обрубки, погляд згаслий, психічні процеси загальмовані й «притуплені». Якщо мало гормону статевих залоз у хлопців – також повнота, але інша – дещо «желеподібна», тіло набуває грушовидної форми (ширше в бедрах); перебіг психічних процесів сповільнений.

В підлітковому віці гіперактивність тимуса вщухає. Натомість, значно активізується гіпофіз, котрий знаходиться в гіпоталамусі (структура головного мозку). Є вагомі дані, які свідчать, що гіпофіз регулює функціонування всіх ендокринних залоз. Його секрет називають гормоном росту, тому що він стимулює ріст тіла та всіх органів. Помітно активується щитоподібна залоза, вірогідно, що під впливом гіпофізарного гормону. Поєднання секретів цих залоз спричиняє інтенсивний ріст та худорлявість тих підлітків, у яких вони функціонують в межах вікової норми. Такі підлітки робляться цибатими – відносно довгі й тонкі шия, руки, ноги, тулуб, загострені обриси тіла, – дещо незграбними, їх рухи – дещо скутими.

Гормон щитоподібної залози збуджує і напружує нервову систему та психіку підлітків, що, виявляється у збудливості, вибуховій дратівливості, схильності ображатись, впертості, різких немотивованих змінах настрою.

Надлишок гормону цієї залози продукує широку палітру емоційного збудження – від приємного, веселого пожвавлення до інтенсивного стеничного (що стимулює активність) напруження, від легкої нервозності до мордуючої тривоги; може спричиняти вибухову дратівливість, агресивність, скандальність, готовність сваритися та конфліктувати з найдріб'язковішого приводу. Останні властивості – не з приємних і для оточуючих, і для самого суб'єкта, особливо, якщо він вихована, культурна, моральна, освічена людина. Але для літніх жінок гіперфункція щитоподібної залози – справжній подарунок долі. Постійна велика насиченість організму її гормоном забезпечує збереження високого тону су

психічних та органічних процесів, активність в усіх сферах життя, струнку, худорляву, молоду фігуру.

Дратівливість людей з недостатністю гормону щитоподібної залози – іншого характеру, виявляється у глибокій і сталій невдоволеності всім, всіма і собою, що нагадує симптоматику невротичних розладів і гнівливої манії циклофренії (маніакально-депресивного психозу).

Гіперфункція гіпофізу та щитоподібної залози, що не вщухає в юнацькому й дорослому віці, формує струнких, атлетичних, рухливих велетнів, здебільшого, з високим інтелектом, нерідко, розумово обдарованих, винахідливих, креативних, збудливих, дратівливих, постійно чимось стурбованих і, водночас, дещо невпевнених в собі. Такими були Петро Перший (попри його епілепсію), знамениті президенти США Авраам Лінкольн і Теодор Рузвельт, відомий театральний діяч Костянтин Станіславський та ін.

Надмірна кількість лиш гіпофізарного гормону спричиняє велетенський зріст, важкі кінцівки, помітну сповільненість рухів тіла і психічних процесів. Недостатність цього гормону – карликовий зріст.

В юнацькому і молодому віці найбільш посилено функціонують статеві залози. Але й гіпофіз та щитоподібна залоза ще досить активні, як і виличкова. Недостатність гормону статевих залоз у хлопців зумовлює вигляд свиуха та невпевненість в собі і полохливість.

З віком поступово нарощують потужність наднирники, які найбільш активно функціонують у зрілому віці. Вони продукують декілька різних гормонів. Решта залоз, якщо не залишається гіперфункція якихось із них, працюють в нормальному для цього віку режимі. Наднирники пікніків, порівняно з представниками усіх інших конституційно-антропометричних типів, виробляють найбільше гормонів.

Надлишок однієї з груп наднирникових гормонів утворює місяцеподібне обличчя, особливу, ніби «надуту» повноту, надмірний волосяний покрив по всьому тілу. Їх недостатність – дряблу худорлявість, темну, немов сильно засмаглу шкіру, рясні родимі плями. Надлишок інших спричиняє агресивність і потужність потягів, особливо статевого, а невеличка надмірність їх створює хороший тонус організму та психіки, присмну емоційну врівноваженість.

Функціонування ендокринних залоз – дуже складний і недостатньо вивчений процес. В ньому надзвичайно багато особливостей, тонкощів, нюансів. Ми розглянули лиш деякі, найбільш виразно однозначні залежності від його особливостей певних конституційно-антропометричних та психічних властивостей особистості.

Таким чином, кореляції певних психічних властивостей, особливостей особистості, зокрема й психозів, з певними конституційно-антропометричними структурно-функціональними параметрами, формами незаперечно свідчать про біогенетичну зумовленість багатьох психічних феноменів. Адже корелюючі показники визначаються тими самими чинниками. Оскільки конституційно-антропометричні параметри визначаються генетично, то й корелюючі з ними психічні властивості, особливості зумовлюються тими самими генами.

### **Контрольні запитання і завдання**

1. Чому в галузі досліджень психології особистості існує конституційно-антропометричний підхід?

2. Знайдіть спільне й відмінне у хіромантії, дерматогліфіці та фізіогномії.

3. Висвітліть симптоматику усіх видів шизофренії (простої, гебефренічної, кататонічної, параноїдної).

4. Висвітліть симптоматику циклофренії (маніакально-депресивного психозу).

5. Що спричиняють радикали «шизо» й «цикло»?

6. Що таке вісь «шизо–цикло»?

7. Охарактеризуйте конституційні та психічні ознаки синтонного пікніка та меланхолійного і благодушно-самовдоволеного циклотиміка/циклоїда.

8. Хто такий циклотимний гіпоманьяк?

9. Які типи конституції притаманні шизотимікам/шизоїдам?

10. В чому полягають основні особливості шизофренічного та шизотимного мислення?

11. Охарактеризуйте усі різновиди шизотиміків/шизоїдів.

12. Представники яких основних типів темпераменту знаходяться на циклотимно-циклоїдній, а які – на шизотимно-шизоїдній ділянках осі «шизо–цикло»?

13. Що таке ендоморфність, екзоморфність, екоморфність та вісцеротонія, соматотонія, церебротонія і як вони співвідносяться між собою?

14. Знайдіть основні («класичні») типи темпераменту у «типах темпераменту», виведених У. Шелдоном.

15. Накресліть схему взаємовідповідних співвідношень між типами особистості у конституційно-антропометричних концепціях Е. Кречмера і У. Шелдона.

16. Назвіть складові епілептичного характеру та характерологічні властивості епітиміка/епілептоїда.

17. Висвітліть симптоматику епілепсії.

18. Доведіть, що концепція «ядерного типу злочинця» і «геніальності» Ч. Ломброзо недостатньо коректна.

19. Як впливають гіперфункції та гіпофункції основних ендокринних залоз на конституцію та психіку людини?

20. Що спричиняє гіперфункція шитоподібної залози?

21. Що спричиняє гіперфункція гіпофіза та шитоподібної залози?

### СУСПІЛЬНА ПРИРОДА ОСОБИСТОСТІ

Сучасні наукові дослідження психологічної суспільної і духовної феноменології особистості здебільшого проводяться з позицій мотиваційно-динамічного підходу.

**Мотивація** (лат. *motus* – рух) – психічні утворення, які спонукають людину діяти: *потяги, потреби, бажання й небажання, прагнення, мотиви і т. ін.* Спрямування психічних спонук особистості на ті чи інші об'єкти відповідає змісту утворень її сфери спрямованості (ціннісним орієнтаціям, світогляду, переконанням, вірі); відповідно до змісту цих утворень особистість визначає для себе стратегічні життєві цінності, цілі, пріоритети, бажане й небажане, потрібне їй і непотрібне, припустиме й неприпустиме, а відтак, культивує або гальмує ті чи інші свої потреби, бажання й небажання, мотиви тощо. Отже, **сфера спрямованості особистості – це змістова матриця її мотивації**, яка вирішально-визначальним чином опосередковує суспільні (соціальні) та природно-біологічні спонукальні впливи на неї ззовні.

**Мотиваційно-динамічний** (грец. *dynamikos* – рухання, рухливий) **підхід до особистості** – найбільш розлогий і потужний напрям досліджень особистісних феноменів. Він охоплює всі об'єктивні й суб'єктивні (зовнішні та внутрішньо-психічні) фактори, котрі так чи інакше позначаються на її мотивації своєї поведінки, діяльності та на формуванні й функціонуванні мотиваційної матриці – утворень сфери спрямованості. Ці фактори слід поділяти на біологічні, суспільні (соціальні) та духовні, відповідно до функціональних структур тієї природи, на рівні яких вони діють. Динаміка мотивації особистості під впливом цих факторів – основний об'єкт досліджень в рамках мотиваційно-динамічного підходу.

Спонукам, що функціонують в межах суспільної природи особистості присвячено цей розділ.

Вплив суспільства на мотивацію особистості відбувається в процесі стосунків між ними. Ці стосунки набувають максимально напруженого характеру в умовах тоталітарних режимів. В таких умовах найбільш виразно постають чинники, механізми, засоби тиску влади на особистість та мотиваційна динаміка її реагування

на цей тиск. Тому ми почнемо вивчення суспільної природи особистості з цієї динаміки.

### **16.1. Мотиваційно-психологічна динаміка стосунків між особистістю і тоталітарним суспільством. «Втеча в Натовп» (“Escape to Crowd”)**

**Тоталітаризм** (лат. *totalis* – увесь, цілий, уповні) – державне правління (режим), що характеризується цілковитим (тотальним) авторитарно-репресивним контролем держави над всіма сферами суспільного життя в країні. Істотні ознаки тоталітарного режиму: фактична (де-факто) відсутність конституційних прав і свобод громадян, підпорядкування державі усіх легальних організацій, не обмежені законодавством повноваження інституцій влади, тобто, сваволя їх, заборона опозиційних організацій та рухів, жорсткі, а здебільшого, вкрай жорстокі санкції та репресії щодо інакомислячих, мілітаризація – створення потужного війська та каральних органів, основна функція яких – захист тоталітарного режиму. Найпотужнішими тоталітарними державами були СРСР і Третій Рейх – нацистська Німеччина.

**Авторитарність** (лат. *autoritas* – влада, вплив) особистості та соціальної групи виявляється в прагненні домінувати, панувати, добиватись беззастережної покори, слухняності підпорядкованих їм чи якимось іншим чином залежних від них осіб, груп за допомогою всіх можливих для них засобів залякування цих осіб та груп. Вони самотужки приймають всі рішення, не рахуючись з думкою підпорядкованих, підлеглих їм та залежних від них, ініціатива яких у виробленні стратегії і тактики спільної діяльності, прийнятті рішень сприймається авторитарними суб'єктами як сваволя та зазіхання на їхні гідність, авторитет, соціальний статус. Істотними рисами авторитарних суб'єктів є агресивність і завищена самооцінка – зазвичай такі суб'єкти оцінюють свої ділові якості, знання, уміння, навички, інтелектуальний потенціал тощо вище, ніж вони насправді заслуговують.

**Агресивність** (лат. *aggredi* – нападати) – стала властивість суб'єкта, що являє собою постійну готовність до агресії.

**Агресія** – індивідуальні чи групові дії, вчинки, поведінка, що переслідують мету завдати об'єкту агресії психологічної та/або фізичної шкоди – від відчутного удару до знищення.



Будь-який тоталітарний режим є антигуманним і антигуманістичним.

Нагадаємо, що **гуманізм** (лат. *humanus* – людський, людяний) в широкому розумінні – це система ідей, концепцій, вчень, які проголошують людину найвищою цінністю на Землі, її право на свободу, соціальну захищеність, розвиток та реалізацію здібностей, благополуччя, щастя тощо. Дієве утвердження цих прав є гуманістичним критерієм оцінки всіх суспільних інституцій, а принципи рівності всіх перед законом, людяності та справедливості – гуманістичними, а відтак, єдино прийнятними засадами людських стосунків.

Варто зауважити, що внаслідок глобальної екологічної кризи, в якій опинилась наша планета, все більше дослідників погоджуються з суттєвим уточненням: людина – найвища цінність на Землі, а природа – рівноцінна з людиною, тому що людина – частинка природи.

#### 16.1.1. Сутність, фактори, види та механізми конформізму. «Втеча в Натопн»

Тоталітаризм тримається на брутальному насильстві, на придушенні жорстокими репресивними методами будь-якого вияву невдоволення ним громадян, на фізичному та психологічному нищенні всіх тих, котрі дієво прагнуть свободи духу, думки, слова, діяльності. Адже такі особистості й групи – смертельна загроза тоталітаризму, тому що вони здатні критично осмислити тоталітарні порядки, збагнути їх антигуманну й антигуманістичну, аморальну і злочинну сутність, ворожість людині та прогресу і поширювати невдоволення в масах, що, врешті-решт, завершується поваленням режиму гноблення.

Основна мета брутального насильства, жорстоких репресій тоталітарного режиму – породження в душах тих людей, яких він гнобить, беззастережного страху перед ним. Такий *страх* – психологічна опора («коштур») тоталітаризму, як і будь-яких авторитарних стосунків. На ґрунті страху виростають конформізм і певні комплекси соціальної неповноцінності особистості.

**Конформізм** (лат. *conformis* – подібний, відповідний) – стала налаштованість суб'єкта підлаштовувати, пристосовувати свої дії, вчинки, поведінку, діяльність, судження, оцінки, ставлення,

погляди, налаштування, спрямованість до імперативів (лат. *imperativus* – той, що велить, вимога), табу (полінезійське *tabu* – заборона), принципів та норм поведіння того соціуму, тієї групи чи особи, під вплив яких він підпадає внаслідок тих чи інших причин, насамперед і головним чином, через залежність від них.

Індивіда, який поводить ся таким чином, називають **конформіст**, а схильність до такого поведіння – **конформність**.

Отже, конформізм – це пристосовництво. Конформіст живе волею і думкою того соціуму, від якого залежить, слухняно виконує всі його вимоги, намагається виправдовувати його експектації (англ. *expectation* – очікування, сподівання) тощо, щоб уникнути покарань за непокору, непослух і заслужити його схвалення, винагороди. Конформізм виявляється тим інтенсивніше, чим більш суворі покарання за нонконформізм (лат. *non* – ні), непокірливість щодо авторитарного тиску і чим більший від нього зиск. Це – практично єдиний спосіб «вибратись наверх» і «триматись на поверхні» у будь-якій авторитарній системі. До прикладу, в СРСР, з одного боку, надто суворо карали дисидентів, критиків большевицького режиму, а в часи кривавого правління параноїка Сталіна – навіть за підозрою у нелояльності до нього, з іншого, ставлення влади до особи залежало, насамперед, від її дієвих зовнішніх проявів відданості правлячій тоталітарній силі – КПСС (Комуністичній партії Совецького Союзу) та «делу комунізма», а вже потім – від її професіоналізму, компетентності тощо. Тому ті особи, котрі намагались не потрапити під молох репресій, а особливо ті, які ще й хотіли жити «по-людськи» (менше працювати, але більше й краще споживати), свідомо, цілеспрямовано й несвідомо, інтуїтивно розвивали в собі конформістську майстерність догоджати цій силі, виробляли постійну готовність змінювати свою лінію поведіння відповідно до трансформацій «лінії партії».

Конформізм поділяють на **свідомий**, який називають також зовнішнім і публічним, та **несвідомий** або внутрішній, особистісний.

Свідомі (зовнішні, публічні) конформісти здатні критично осмислювати, адекватно розуміти й оцінювати і в глибині душі не приймати те, що коїть і нав'язує авторитарна сила. Однак, вони свідомо, цілеспрямовано приховують усе це, не виявляють назовні у висловлюваннях, вчинках, діях, поведінках відповідно до її

імперативів, табу, норм, щоб своєю показною толерантністю щодо неї убезпечуватись від її утисків та покарань і одержувати від неї схвалення, винагороди, заохочення. Тобто, вони міркують і поведуться суто меркантильно, утилітарно.

**Меркантилізм** (англ. *mercantile* – торговий, комерційний, гендлярський, дріб'язково-оццадливий) – корислива, егоїстично-споживацька, «гендлярська» життєва позиція.

**Утилітаризм** (лат. *utilitas* – користь, влада) – тлумачення й оцінка суб'єктом усього, що діється навколо нього, з позиції егоїстичної корисливості, споживацької вигоди для себе і відповідне поводження.

Такі міркування й поводження неприйнятні для суб'єкта, який, з одного боку, боїться зазнати репресій авторитарної влади. А з іншого, *почувається гонорово* – вважає себе достатньо гідним, сміливим і самодостатнім, щоб мати свою власну, ні від кого не залежну життєву позицію тощо, і *дорожить* цим почуванням та уявленням про себе. Усвідомлення і визнання ним того факту, що *тільки цей страх* змусив його «схилити голову» перед владою, яка його викликає, і стати її покірливим рабом, зруйнує цінні для нього гонорові почування і уявлення про себе. Відтак, один з механізмів психічного захисту – раціоналізація – рятує його психіку від таких наглих руйнацій, що «ліпить» з нього несвідомого конформіста.

**Раціоналізація** (лат. *rationalis* – розумний від *ratio* – розум) – механізм психічного захисту, який посередництвом підтасовування аргументів, *упередженої інтерпретації фактів тощо* спотворює реальність, у яких перебуває суб'єкт, з метою збереження його Я-концепції, почуття гідності, самоповаги тощо, зокрема, *маскує, щоб приховати від його свідомості справжню, істинну причину його покірливого пристосовництва – страх*.

Раціоналізація, як і всі механізми психічного захисту, функціонує на несвідомому рівні психіки людини. (Див.: 2.5.; № 37. 9.3. – у списку літ-ри).

Тобто, когнітивна (пізнавальна) складова раціоналізації, зумовленої страхом перед тоталітарним режимом, спрямована не на пошук правдивої інформації задля встановлення об'єктивних істин, а на беззастережне виправдовування суб'єктом, насамперед і головним чином, перед самим собою, агресивної та репресивної політики цього режиму, як зумовленої тимчасовою необхідністю задля досягнення благих цілей (захист від зовнішніх ворогів,

знищення внутрішніх «ворогів народу», утвердження справедливих порядків, побудови «світлого майбутнього» і т. ін. і т. п.), а відтак, і свого пристосування до нього посередництвом виконання його імперативів, дотримання табу тощо. Іншими словами, раціоналізація блокує рух думки несвідомого конформіста до правдивих, об'єктивних трактувань, пояснень і справедливих оцінок позиції та дій авторитарної сили, страх перед якою «запускає» цей механізм психічного захисту, скеровуючи її (думку) на вишукування і конструювання аргументів для виправдання, схвалення та підтримки цієї сили.

Наголошуємо, сам суб'єкт не усвідомлює, не розуміє, що він мислить і судить не критично, не правдиво, не об'єктивно, а лиш вуалює, приховує від самого себе та від інших свої боягузливість, рабську покірливість, духовну слабкість, відмову від правди й істини заради уникнення покарання, задля збереження своєї високої самооцінки, самозбереження та особистого благополуччя.

Зауважимо, що від несвідомого конформізму слід відрізнити, по-перше, слухняність і покірливість владі осіб, у яких *IQ* настільки низький, що вони просто нездатні осмислювати і збагнути суспільно-політичні та соціально-економічні реалії, а відтак, «тупо» виконують на рівні своїх спроможностей вимоги тих, кому підпорядковані, від кого залежать.

По-друге, компенсацію посередництвом гордості невдоволення громадян позбавленнями, зумовленими відмовами й заборонами культури, – громадяни гордяться, пишаються потужністю, завоюваннями, здобутками, досягненнями, успіхами своєї культури (тобто, нації і створеної нею держави), а відтак, і собою, як її спадкоємцями, представниками, носіями, що породжує і живить їх позитивне, схвальне ставлення до неї, до її політики тощо і, водночас, негативне, вороже ставлення й налаштування щодо всіх інших, «не наших» культур. (Див.: № 37. 9.4. – у списку літ-ри).

Зауважимо також, що існує фундаментальний соціально-психологічний феномен, вельми сприятливий і щодо гордості, яка компенсує невдоволення громадян відмовами й заборонами культури, і щодо раціоналізації та несвідомого конформізму. Це – ідентифікація (*лат. identificatio – ототожнення*) індивіда зі своєю спільнотою (суспільством, соціумом, групою), сутність якої полягає в його усвідомленні й почуванні себе приналежним до неї, одним з її суб'єктів (на кшталт: я – румунка; я – баптист; я –

кадровий військовий; я – соціал-демократ), що живить комфортне почування захищеності й спроможності, яке називається *«почуття «ми»* («я не сам-на-сам зі світом, а частинка здатного дати собі ради «ми», котре забезпечує мені умови для життя, охороняє і захищає мої інтереси», тощо).

Треба мати доволі сильний характер, силу духу, щоб виступати з дошкульною критикою тієї спільноти, з якою ти ідентифікуєшся, в яку ти інтегрований почуттям «ми», висловлювати серйозну незгоду з нею, навіть якщо це не загрожує суворим покаранням, як в умовах тоталітарного режиму та інших форм жорсткого авторитарного тиску, а лише психологічним неприйняттям і осудом та емоційним відчуженням. Особиста, вільна й незалежна думка та життєва позиція, особливо та, що радикально суперечить порядкам у «своєму» соціумі, суспільстві, для більшості з нас – вельми важкий, якщо не непосильний, психологічний тягар. Значно легше «сховатись» від неї за авторитетом «колективного розуму», за яким, зазвичай, криється розум тих, хто має дійсну владу. Західні дослідники образно називають таке переховування *«Escape to Crowd»* – *«Втеча в Натопв»*.

Видатний австрійський психолог і психотерапевт Віктор Еміль Франкл (1905–1997) пояснив, що *«Втеча в Натопв»* – це спосіб скинути з себе тягар особистісної відповідальності. Як тільки людина починає поводитись так, ніби вона – лиш частинка якогось «вищого» цілого, котре, на її думку, грає вирішально-визначальну і притім позитивну роль в усіх сферах життя, вона одержує справжню насолоду від того, що вдалось «зняти» з себе хоча б частину відповідальності. Ця тенденція уникання особистісної відповідальності є глибинною, неусвідомлюваною спонукою до всіх форм так званого «колективізму», а насправді, тоталітаризму (комуністичного, нацистського тощо).

На основі узагальнення результатів своєї дуже ефективною і тривалою науковою та практичною психотерапевтичною діяльністю, В. Е. Франкл дійшов висновку, що конформістська реакція «Втеча в Натопв» неминуче продукує невротизацію та комплексування психіки суб'єкта. (Див.: 16.1.3.).

Неусвідомлюване й свідоме прагнення «сховатись в натопв», перекласти тягар особистої відповідальності, власної життєвої позиції та обстоювання її на когось «компетентного, сильного, доброзичливого й добродійного» стимулюється не лише страхом перед брутальною авторитарною силою, а й побоюваннями,

тривогою, відчаєм, зумовленими хаосом, політичними химерами, безладдям, беззаконням, безправ'ям, безперспективністю в житті нації та функціонуванні створеної нею держави, коли задоволення навіть основних життєвих потреб більшості громадян є проблемою, вимагає значних і, притім, не гарантовано успішних, зусиль, а нерідко, унеможлиблюється. В таких умовах виникають і поширюються мрії про «сильну руку» – могутню й шляхетну владу, здатну авторитарно-силовими методами швидко навести порядок і утвердити справедливість, тощо. Практично всі тоталітарні режими минулого століття були встановлені на такій соціально-психологічній базі – партії, які створювали їх, всіма можливими засобами видавали себе у схаотизованих державах саме за таку «сильну руку», спроможну встановити саме таку владу.

Воднораз, неусвідомлювана схильність до ухиляння від особистісної відповідальності, до «Втечі в Натовп» – доволі поширена властивість «людської природи». Це засвідчили репрезентативні експерименти, проведені в багатьох демократичних країнах.

До прикладу, один з перших і найбільш показових експериментів такого роду провели у США під керівництвом Стенлі Мілграма. Досліджуваними були представники різних соціальних верств населення (расових, етнічних, гендерних, вікових, освітньо-кваліфікаційних та ін.). За платню вони мали наносити удари електричним струмом різної сили «жертвам» – людям які, мовляв, погодились на це внаслідок тих чи інших вагомих причин. Насправді, жодного струму не було, роль «жертв» грали актори, котрі від «ударів достатньо великої сили» стогнали, кричали, благали припинити тортури, удаючи страждання від болю. Абсолютна більшість досліджуваних щиро співчували «жертвам», просили експериментаторів більше не мордувати їх. Але ті, апелюючи до домовленостей, категорично, наказово-авторитарно наполягали продовжувати, притім, поступово збільшувати силу «ударів». 65% (!) досліджуваних дійшли до «найбільш болючого удару», заявивши, що *перекладають* всю відповідальність за страждання жертв та можливі наслідки на експериментаторів, тобто, здійснили «маленьку», ситуативну «Втечу в Натовп».

Американський дослідник Бенджамін Алтемейер встановив, що потужним психологічним чинником формування готовності

*беззастережно* підпорядковуватись і служити авторитарній силі є сталі побоювання суб'єкта гіперболізованих (перебільшених) та/або вигаданих ним самим загроз і небезпек, які, мовляв, приховує існуюче суспільство, зокрема, його соціум, соціальне середовище. Природно, що такі побоювання скеровують його до несвідомого і свідомого пошуку сили, спроможної рішуче й ефективно протидіяти тим «загрозам і небезпекам», котрі його лякають. Якщо такий суб'єкт знайде для себе таку силу і збагне, що будь-які аморальні вчинки та злочини, котрі відповідають позиції цієї сили, не лише цілком, без жодних застережень прийнятні для неї, а вона їх схвалює та заохочує, його ворожа агресивність щодо «зла», яке він створює і мусує в своїй уяві, набуває готовності до всіх тих руйнувань і нищень, на які його сподвигне ця сила. Напевне, що чимало таких суб'єктів так «сліпо» й беззастережно служили нацизму й большевизму. (Див.: 16.1.2.)

Відомий американський психолог Ерік Еріксон встановив, що сприятливі щодо конформізму властивості особистості – низька активність та самостійність – формуються внаслідок певних негативних впливів на перших трьох стадіях її індивідуального розвитку.

Найвищий рівень раціоналізації, зумовленої авторитарним тиском, – специфічний прояв *ідентифікації з агресором*. На цьому рівні суб'єкт не лише раціоналізує – виправдовує і схвалює позицію та дії авторитарної сили, якої боїться, – а й одержує вдовolenня, насолоду садистсько-мазохістського характеру від її жорстких імперативів і табу, жорстоких санкцій та репресій. Він відчувається не лише адептом цієї сили, а й одним з її суб'єктів, цілковито – ментально, емоційно, мотиваційно – ідентифікованих з нею.

**Мазохізм** – термін походить від прізвища талановитого австрійського письменника Захера фон Мазоха, який народився, жив і працював у Львові. З. фон Мазох глибоко й тонко передав насолоду суб'єкта від фізичних та моральних страждань, яких йому завдає та особа, в яку він закоханий. Мазохізм у вузькому розумінні означає насолоду від тілесного і душевного болю, якого завдає сексуальний партнер перед статевим актом та в процесі його. В широкому – вдовolenня, насолоду суб'єкта від своїх страждань, мук, неприємностей, зокрема, від суворого й жорстокого поводження з ним владної сили, яку він визнає над собою, якій психологічно підпорядковується, з якою так чи інакше ідентифікується. (Садизм – див.: 15.4.).

Механізми «раціоналізація» та «ідентифікація з агресором» працюють, допоки авторитарна сила, котра «ввімкнула» їх, продовжує «тиснути». Досить згадати, як багато переконаних, здавалось тоді, комуністів невдовзі після краху комуністичних тоталітарних режимів ставали антикомуністами або, принаймні, скептиками щодо комуністичної ідеології та політики. Вони щиро й охоче визнавали, що «не знали всієї жахливої правди», були «засліплені пропагандою» тощо (і це, безумовно, правда!), але не могли самотужки зрозуміти, що попри дійсно потужний вплив цього чинника, були й несвідомими конформістами, серед яких деякі «ідентифікувались з агресором».

Справді, ідеологічно-пропагандистські структури большевицько-комуністичної влади всіма можливими для них засобами стимулювали раціоналізацію її політики. Вони навіювали ілюзії про вороже капіталістичне оточення, котре, мовляв, інтенсивно готує збройний напад на СРСР та інші країни «соціалістического лагеря», а відтак, про життєву необхідність колосальних витрат на озброєння, конче потрібне для боротьби з «агресивним імперіалізмом», що істотно знижує рівень життя народу, а відтак, про необхідність самообмежень та самопожертви, суворої дисципліни, радикальних методів боротьби з «ворогами народу» і т. ін. і т. п. Одурманююча потужність пропаганди нацистської Німеччини («геббельсівської») – загальновідома. Загальновідома також «гібридна» тотальна брехня державної пропагандистської машини теперішньої Московії, спроможна добряче «промивати мізки». Мерзенний, сатанинський пропагандистський терор путінської Росії, спрямований насамперед і головно на її громадян, набирає обертів у нас на очах...

Необхідною психологічною умовою і базою встановлення та існування тоталітарних режимів є масові психотичні феномени.

### *16.1.2. Психотична база тоталітарних режимів*

У великих спільнотах налічується близько 3% паранояльних осіб, схильних до фанатизму. (Див.: 15.2.1.). Вони – носії так званої «психічної зарази». За сприятливих для неї умов, ця «зараза» може індукувати (лат. *induction* – наведення) маси, тобто, «зачіпити за душу» значну кількість осіб та груп і «заразити» їх фанатичними ідеями. На хвилі такої індукованості мас фанатики та авантюристи від політики



захоплюють владу і посилюють індукування своїх «токсичних ідей», «психічної зарази» посередництвом інтенсивної пропаганди й агітації та рішучими руйнівними діями щодо залишків попереднього державного устрою – «прогнилого режиму», – в процесі яких дають збуреним масам розгальмувати й розрядити свій вороже-агресивний потенціал, вдосталь «напитися крові» – нищити, трошити те, що їм нестерпно набридло, що мордувало їх, зокрема, чинити розправу над дійсними й уявними носіями зла. До прикладу, нацисти – над «євреями-кровопивцями» та «циганами-паразитами»; комуністи-большевики – над «буржуями-експлуататорами» і їх «прихвостнями», над «кулаками-міроєдами» (заможними селянами) і т. ін.

Все це добряче підживлює психотичне підґрунтя тоталітаризму, і на ньому щедро проростає фетишизм.

**Фетишизм** (франц. *fetich* – ідол, талісман) – цей термін має декілька значень. Одно з них – засноване на сліпій, фанатичній вірі надання якимось ідеям абсолютної, безапеляційної, незаперечної істинності, непомильності, а відтак, надцінності.

Фетишизм тоталітарних режимів виразно постає в «обоженні», тобто, піднятті на рівень найвищих ідеалів ілюзійно-утопічних, не відповідних життєвим реаліям абстракцій. До прикладу: «комунізм – світле майбутнє всього людства», «всесвітньо-визвольна місія пролетаріату». Вочевидь, що фетишизовані ідеї тоталітарного режиму – це ідеологічно відшліфовані паранояльні *надцінні ідеї або ідеї-фікс* його вождів-фанатиків, закладені ними в основи його ідеології. (Див.: 15.2.1.)

Нагадаємо, що одним з основних симптомів шизофренічно-паранояльного стану або парафренії є манія величності і переслідування, що виявляється в патологічній підозріливості. (Див.: 15.2.1.). Ось декілька виразних прикладів цієї манії в ідеології та політиці: Ватажки нацизму проголосили німців найбільш досконалою, а відтак, найвищою, *величною* расою, нащадками «аріїв» і вельми успішно індукували цими паранояльними абстракціями, не підтвердженими жодними фактами, принаймні, більшість німецької нації. Большевики під керівництвом параноїдного шизофреніка Сталіна винищили десятки мільйонів невинних людей, на яких впала парафренічна *підозра* щодо їх ворожості чи навіть недостатньої психологічної відповідності режиму. На сьогоднішній день активно індукуються паранояльні фетиші «гарячих голів» керманічів Московії: «руській мір», «велічіє і особая місія Росії», «вражеское кольцо»,

«русофобській заговор пендосов, жидо-масонов и жидо-бендеровцев» і т. ін.; сатанинська потвора Сталін реанімується як «могутственный і справедливий вождь»...

Істотним проявом парафренічного політичного фетишизму є пафос жертвності – принесення в жертву фетишизованим ідеям дійсних та уявних ворогів шляхом нищення націй, класів, соціальних верств та інших соціальних груп (до прикладу, євреїв, «безродних космополітов», циганів, кримських татар, чеченців, турків-месхетинців, буржуїв, куркулів, попів, гомосексуалістів, божевільних, прихильників нетрадиційних конфесій і культів та ін.), а відтак, самого себе. «Створюється ситуація, коли найвище ієрархічне становище в світі – бути розіп'ятим за ідею», – писав про большевицький фетишизм видатний російський філософ Микола Олександрович Бердяєв (1874–1948). «Смело ми в бой пайдьом за власть советов і как адін умрьом в борьбе за ето...», – виспівували фанатики большевизму та індуковані ними люмпен-пролетарі, люмпен-інтелігенти і різні отруєні большевицькою маячнею трудящі та псевдо-трудящі.

Але індуковані, на відміну від індукуючих психічну заразу паранояльних фанатиків, протягом кризи й краху авторитарного режиму, а відтак, всеохоплюючих руйнацій умов їхнього життя, виходять з парафренічного стану, який трансформується у специфічний аутизм, що виявляється у втраті здатності адекватно відображати суспільно-політичні реалії, у хворобливій настороженості, напорошеності, що, своєю чергою, змінюється астено-депресивним, млявим станом апатично-абулійного та/або дисфорійного характеру. (Див.: 15.2.; 15.4.).

На нездоровому психологічному ґрунті парафренічної індукованості, конформізму та астено-депресивного аутизму виростають різні комплекси.

### *16.1.3. Комплексування особистості в тоталітарному та посттоталітарному суспільствах*

**Комплекс** (лат. *complexus* – зв'язок, сполучення) як психологічне поняття – це ті особливості емоційних переживань, мотивації, мислення, оцінок, поведінки, поводження, діяльності суб'єкта, котрі компенсують ту чи іншу його неповноцінність, неспроможність, нездатність. Особи з комплексами, здебільшого, не знають про їх наявність, не усвідомлюють їх.

Здатність *раціоналізувати* тиранію так беззастережно, щоб сприймати її нагле насильство з вдовolenням, як безкомпромісне служіння вищій справедливості тощо, можна назвати соціальним мазохізмом. Цей мазохізм виростає на страху і, водночас, благоговінні перед жорстоким, але «справедливим» (*раціоналізація*) поводженням з такими, як сам, і з собою, що викликає «солодкі» мурашки м'ясо-приємного переляку. Він органічно в'яжеться зі зловтіхою, озлобленістю, жорстокістю щодо «ворогів» режиму, «неблагонадійних» і «непевних» тощо (*ідентифікація з агресором*), що слід назвати соціальним садизмом. Сукупно вони утворюють комплекс, який можна назвати *соціальним садо-мазохістським*. В умовах, сприятливих щодо дієвих проявів фетишистського пафосу жертвовності, цей комплекс виявляється у нищенні людей, духовних і матеріальних цінностей, самого себе.

На соціальний садизм і мазохізм вперше звернув увагу видатний австрійський психолог Зігмунд Фройд (1856–1939). Видатний німецько-американський психолог Ерік Фромм (1900–1980) ґрунтовно вивчав їх у контексті дослідження феномену, який він виявив і назвав «*соціальний характер*». Згідно з тлумаченням Е. Фромма: «Соціальний характер – це особлива психічна форма, в яку перетворюється людська енергія в процесі динамічної адаптації людських потреб до конкретного способу існування того чи іншого суспільства». В результаті такої адаптації формуються різні типи соціального характеру (експлуаторський, ринковий, рецентивний, накопичувальний). В основі кожного з них лежать психічні механізми, посередництвом яких люди вирішують проблеми свого буття в суспільстві: мазохістський, садистський, деструктивістський, конформістський.

За допомогою мазохістських і садистських механізмів суб'єкт досягає ілюзії власної свободи і сили завдяки доброхитному підпорядкуванню комусь чи пануванню над кимось. Цю ілюзію опосередковує акт, якому Е. Фромм дав назву «*проекція*». Згідно з його поясненням: «Проекцію іноді можна спостерігати в міжособистісних стосунках мазохістського типу, коли одна людина вселяє благоговіння іншій, і остання приписує першій бажані для неї сили та власні прагнення. Цей механізм наділяє вождів найнегуманніших суспільств рисами вищої мудрості та доброти. <...> Деякі люди прагнуть перемістити центр свого життя на тих, кого вони вважають самодостатніми й сильними,

здатними дати ради собі й іншим тощо, і ухилитись таким чином від особистої відповідальності. Ця мазохістська тенденція, зазвичай, супроводжується своєю протилежністю – прагненням правити й панувати над іншими. Мазохістська тенденція і садистська тенденції до панування утворюють два боки авторитарного характеру. <...> Мазохістські тенденції ми знаходимо стосовно вождів та держав в усіх авторитарних системах. В них виразно виявляються відмова від власної волі та вельми охочий послух вождям і державі».

У схаотизованих, криміногенних посттоталітарних суспільствах об'єктами соціальних садо-мазохістських проєкцій можуть бути і справді мудрі й порядні особи, і далекі від турботи про благо держави й людей можновладці, політикани, бандюки і крадії в генеральських погонах і без погон тощо.

Всі соціальні садо-мазохістські проєкції, згідно з Е. Фроммом, являють собою компульсивні (*англ. compulsive – примусовий, здатний примусити*) реакції особистості на фруструючу соціальну ситуацію. Основний суб'єктний зміст такої ситуації полягає в тому, що індивід не має можливості реалізувати свій потенціал (задатки, здібності, прагнення, мрії), чесно і спокійно працювати, одержувати за свою працю платню, достатню для гідного утримання себе і своєї сім'ї, бути й почуватися захищеним справедливими законами та діючими в рамках законності правоохоронцями тощо.

Ще один комплекс, породжуваний тоталітарним і посттоталітарним суспільствами – *соціальної неповноцінності*. Він формується, якщо суб'єкт хоча б невиразно усвідомлює, що не має можливості реалізувати свій соціальний потенціал (ціннісні орієнтації, задатки, здібності), здійснити свої мрії і прагнення в тому суспільстві, до якого належить, що це суспільство позбавило його права бути вільним творцем свого життя, перетворивши на «гвинтик» страхітливої та огидної державної машини, що *якість його життя і воно само від нього не залежать*, і що він не *насмільється обуритись і боротись проти цього*, тому що «нічого не доб'єшся, а сам пропадеш». Тобто, ця позиція є одним з проявів свідомого конформізму.

Таке комплексування може привести до віри в Бога, до християнської моралі, що є благодатним для душі суб'єкта, а відтак, для його соціуму, а може – до зневіри у «високих матеріях», до розчарування в людях і в собі самому, врешті-решт,

до нігілізму та меркантильно-утилітарного егоїзму, що виявляється у відповідній активності, яка є неусвідомлюваною гіперкомпенсацією комплексу соціальної неповноцінності.

*Нігілізм* (лат. nihil – ніщо) – в широкому розумінні – заперечення і зневажливе відкидання високих духовних цінностей, ідеалів, моральних принципів і норм, культури поведження тощо.

Меркантильно-утилітарна, захланно-споживацька активність, як гіперкомпенсація комплексу соціальної неповноцінності, знаходить різноманітний вияв – від кар'єризму і накопичення матеріальних багатств до сексуальної розпусти. Суб'єкт з таким комплексом жадібно кидається на те, що може бути для нього бажаною здобиччю, а іншим не цікавиться, адже його життя не інтегроване високим духовним смыслом. Тому його постійно «гризуть» тривожність і побоювання. Навіть вдоволення від добрячої «здобичі» не нівелює цей неприємний насторожений стан. Адже він нігілістично заперечує саму можливість існування гідності, шляхетності, моральності, доброзичливості і добронормативності в людських душах і взаєминах, натомість, проектує в них свою хижацько-агресивну, меркантильно-утилітарну налаштованість, а відтак, не вірить нікому, вбачає в людях, насамперед і головно, безжальних «мисливців» і потенційних конкурентів, які ні перед чим не зупиняться, щоб здолати і усунути його, тощо. Отож особи з комплексом соціальної неповноцінності приречені на душевну самотність і порожнечу, сповнену неприємними, «холодними» побоюваннями і тривожністю, від яких не може врятувати жодна імітація душевної теплоти, толерантності, доброзичливості, щирої відкритості тощо.

Чимало суб'єктів з комплексом соціальної неповноцінності, яким не вистачило нігілістично-агресивної сили «пробитись наверх», у бюрократично-репресивний апарат, здобути матеріальні статки чи якимось іншим чином адаптуватись до тоталітарної чи схаотизованої посттоталітарної суспільної системи, матеріально й соціально незахищених, ховаються, відгороджуються від ворожого, байдужого і скупого щодо них світу за допомогою алкоголю, наркотиків та інших сурогатних замінників вдоволення від життя.

Таким чином, тотальний авторитарний тиск на особистість та її соціальна незахищеність і неспроможність в умовах криміногенного безладу схаотизованого посттоталітарного суспільства деструктивно впливають на її психіку, формуючи конформність, астено-депресивний аутизм та певні комплекси.

Але і в умовах демократичного суспільства, реально, дієво зорієнтованого на гуманістичні духовні цінності, діють деструктивні щодо спрямованості та мотивації, а відтак, почування особистості фактори.

## **16.2. Соціальні фактори мотивації особистості в демократичному суспільстві. «Втеча від Свободи» (“Escape from Freedom”). «Позитивна Свобода»**

### *16.2.1. Проблема утилітарної мотивації праці «базової особистості» демократичного суспільства*

Згідно з положеннями так званих культурно-психологічних теорій особистості (автори: Р. Бенедікт, А. Кардінер, К. Дюбуа, М. Мід, Б. Каплан, Д. Левінсон, Д. Різман та ін.), кожна культура (суспільство) формує певні типові риси у переважної більшості своїх представників, членів. Ці риси забезпечують ефективність адаптації їх суб'єктів (носіїв) до суспільства (культури), в якому вони живуть. Сукупність таких типових рис одержала назву «базова особистість». (Порівняємо з «соціальним характером» за Е. Фроммом – див.: 16.1.3.).

Дослідження авторів культурно-психологічних теорій та інших вчених показали, що наприкінці ХХ ст. у базовій особистості розвинених демократичних країн не були розвинені орієнтації на гуманістичні духовні цінності, ідеали, високий смисл життя, духовність, моральність, екзистенційна відповідальність. Основною причиною цього сумного факту визнано спосіб життя, який вимагає великих витрат життєвої енергії та часу в утилітарно мотивованій праці. Тобто, для індивідів, що живуть цим способом, праця не має автентичного ціннісного смислу, не є самоактуалізацією, як евристичною, креативною самореалізацією своїх здібностей, свого ества, що приносить насолоду, піднесення, наснагу й натхнення, духовно збагачує тощо (див.: 19.6.), а лиш споживацько-утилітарний – заробляння грошей для задоволення, насамперед і головним чином, потреб матеріального характеру.

Більшість людей стають жертвами цього способу життя вже в дитинстві. Духовно нерозвинені батьки, навіть за наявності бажання розвинути духовні потреби у своїх дітей і необхідного для цього часу, не можуть належним чином зробити це, не кажучи вже про тих, котрі і не можуть, і не мають часу, і не прагнуть. Найбільш родючий ґрунт для духовно-морального сповнення сфери спрямованості особистості – дитинство – залишається незасіяним.

Відтак, ставши дорослою і втягнувшись у спосіб життя, заснований на значному інтелектуальному чи/та фізичному напруженні, людина шукає не пізнання високих істин і шляхів вдосконалення себе та світу, бо не має такої потреби, а розрядки, відпочинку від втоми, тимчасового забування своїх життєвих проблем. Важко звинувачувати втомленого, обтяженого трудовими, навчальними і побутовими проблемами індивідуума за те, що він тягнеться не до високого мистецтва, релігійно-моральних, філософських, наукових істин, а до пасивного чи, в кращому випадку, фізично активного відпочинку, до масової культури, алкоголю, розваг сексуального характеру.

Зауважимо, що автори культурно-психологічних теорій не заперечують всіх цих способів відпочинку, релаксації і не пропонують цілковито відкинути їх, а лиш наголошують на тому, що для повноцінного, гармонійного життя особистості, а відтак, прогресивного тренду суспільства цього недостатньо. Особистість має релаксувати не лише фізично, а й духовно – пізнавати, сприймати й приймати високі духовні цінності на рівні свого *IQ* (інтелектуального потенціалу).

#### *16.2.2. «Втеча від Свободи» за Е. Фроммом*

Основною метою свого вчення, яке він назвав «гуманістичним психоаналізом», Е. Фромм проголосив сприяння саморозгортуванню духовного потенціалу людини в напрямку життєвості і продуктивності, що вимагає оволодіння мистецтвом жити і здійснюється на основі пізнання істинної людської природи з позицій гуманістичної моралі.

Е. Фромм стояв на тому, що в природі людини, а саме, в глибинній, несвідомій сфері її психіки закладені основи високих духовно-моральних ідеалів – свободи, справедливості, любові. Але, їх звідти не випускає, гальмує їх утвердження у сфері спрямованості індивідуумів «соціальний фільтр».

*Ідеал* (грец. *idia* – ідея) – досконалий взірець, до якого суб'єкт прагне, якщо не піднятися, не досягнути його, то, принаймні, наближатись і наблизитись.

Цей «фільтр» діє так тому, що виразно усвідомлені й прийняті суб'єктом автентично, як особистісно значущі, ідеали любові, свободи й справедливості відкривають йому прикру істину: існуючі суспільні порядки бездушні, бездуховні, аморальні, несправедливі, керовані захланністю, алчністю, беззастережним прагненням наживи, а нерідко, розумовою обмеженістю, дурістю, часом безмежною, а відтак, сприймаються ним як мерзennі та огидні. Отож суб'єкт, автентично зорієнтований на високі духовно-моральні цінності, сповнюється прагненням радикально змінити такі порядки. Поширення такого прагнення в масах аж ніяк не бажають пануючі в суспільстві соціальні верстви, тому що це реально загрожує їм втратою привілейованого становища.

Е. Фромм писав, що більша частина людської історії (за виключенням деяких примітивних спільнот) характеризується тим фактом, що меншість панує та експлуатує переважну більшість. Для того, щоб утримувати це становище, пануюча меншість вдається до сили, але сили *примушування* для цього не завжди достатньо. Однак більшість врешті-решт приймає експлуатацію себе меншістю *добровільно*, що уможлиблюється тоді, коли за допомогою *задурювання* її мотивація сповнюється різноманітними фікціями (*лат. fictio* – обман, вигадка, вимисел), які відволікають її від критичних роздумів про існуюче становище та прийнятно для неї пояснюють і виправдовують його існування. Ці фікції активно насаджуються експлуатованій більшості всіма можливими засобами психологічного впливу, створеними для захисту та обстоювання інтересів пануючої меншості, і являють собою принади, які Е. Фромм назвав «ідолами».

*Ідол* (грец. *eidolos* – маленьке зображення) – 1. Фігура божка чи духа, яка вважається місцем його перебування або ним самим. Ідолу поклоняються як самому божку чи духу, з яким його ототожнюють. 2. Об'єкт «тупого», бездумного, бездуховного поклоніння і служіння.

Головні «ідоли» для персони демократичного суспільства: фінансово-економічне процвітання – високі матеріальні прибутки, великі статки; висока якісна освіта; кар'єрні досягнення; модні розваги й відпочинок. Коротко кажучи, «ідоли» – це все те, що проголошується престижним, вартим навіть величезних зусиль, тому що володіння ними приносить справжню радість буття,



задоволення собою і світом, почування благополуччя, а відтак, конче необхідним кожному, хто прагне повноцінного життя, поважає себе і хоче, щоб його поважали та цінували інші, і т. ін. Мовляв, обери це – будеш успішним, благополучним і щасливим. Тому персона, яка прийняла цих «ідолів» за «чисту монету», вважає, що обрала їх *вільно*, що це – акт її *вільного вибору*. Формально – це справді так, адже ніхто її до цього *не примушував*.

Оволодіння об'єктами престижного володіння («ідолами») вимагає значних зусиль, великих витрат життєвої енергії та часу. Цілковито віддаючись «гонитві за ідолами», «служінню» їм, коли вони стають основним смислом життя, найвищими цінностями та головними, стратегічними цілями, суб'єкт психологічно відчужується від високих духовно-моральних ідеалів та цінностей. А відтак, він, згідно з висновком Е. Фромма, не лише не почувається центром світу, творцем своїх власних дій, вчинків, а навпаки, його дії та їх наслідки стають його власниками, яким він підпорядковується. (*Порівняймо з утилітарно мотивованою працею у культурно-психологічних теоріях особистості – див.: 16.2.1.*)

Це відчуження поступово поглиблюється і перетворює такого «ідолопоклонника» на чужу й обтяжливу для інших і для нього самого «річ». Адже він вбачає в інших або тільки «засоби» для досягнення своїх цілей, або конкурентів, а відтак, проектує в них аналогічне ставлення до себе. Тому йому дуже важко повірити в те, що існують справді добропорядні люди, у правдивий альтруїзм, у реальну можливість щиро-приятних, морально-доброзичливих, самовіддано-вірних, християнських ставлень і взаємин. Кохання для нього – насамперед фізичне володіння об'єктом сексуальної пристрасті; шлюб – соціально-економічна оборудка, діти – генетично споріднена власність, до якої перейдуть нажиті ним матеріальні статки після його смерті (адже «туди» їх не забереш). Врешті-решт, насторожено-недовірливе відсторонення від людей породжує і стабілізує у душах багатьох таких суб'єктів почування радикальної самотності, душевної порожнечі та холоду, а відтак некрофілію – любов до смерті, – на протигагу природній для нормальної людини біофілії – любові до життя. Увесь цей комплекс спрямованості й мотивації та їх психологічних наслідків Е. Фромм назвав «*негативною свободою*». Мовляв, це негативні наслідки *вільного вибору* «гонитви за ідолами». (*Порівняємо з комплексом соціальної неповноцінності у тоталітарних і посттоталітарних суспільствах – див.: 16.1.3.*)

Позбуватись негативно забарвлених емоційних станів та їх причин – природне прагнення людини. Отож такий відчужений «негативною свободою» від інших та від себе, самотній, душевно порожній, і розгублений «ідолопоклонник» і «некрофіл» намагається позбутись її, «втекти» від неї.

*«Втеча від Свободи» (“Escape from Freedom”) – здебільшого неусвідомлюване прагнення й дієве намагання позбутись психологічного відчуження, самотності, душевної порожнечі, зумовлених «гонитвою за ідолами».*

Е. Фромм виявив і ті шляхи *«Втечі від Свободи»*, які ведуть до справжнього відродження душі суб'єкта, до дійсно гармонійного й умиротвореного життя, і ті, які не ведуть. Серед останніх основні:

1. Висвітлений вище *авторитаризм*, що виявляється у мазохістській та садистській формах. Нагадаємо, що мазохістська форма – це ідентифікація посередництвом проекції з кимось потужним і успішним шляхом цілковитого й беззастережного підпорядкування йому, психологічної залежності від нього, конформне сповнення його спрямованістю та мотивацією своєї, завдяки чому долаються почування самотності, душевної порожнечі й розгубленості. Садистська форма являє собою владу, домінування та контроль над іншими, ставлення до них як до своєї власності, що також «вуалює» почування самотності та душевної пустки. Зазвичай, суб'єкт, який «тікає від свободи» шляхом авторитаризму, застосовує обидві форми його, але одна з них помітно переважає, домінує.

2. *Деструктивність* – суб'єкт принижує, морально, економічно, соціально, а при нагоді й фізично, нищить інших, що приносить йому вітху садистського гатунку, яка гріє його злу душу і заповнює холодну порожнечу в ній. Це – довершений і виразний прояв некрофілії.

3. *Конформність автомата* – абсолютне, беззастережне підпорядкування нормам соціуму. «Індивідуум, – пояснював Е.Фромм, – перестає бути самим собою, він перетворюється у той тип особистості, якого вимагає модель культури, і тому стає абсолютно схожим на інших – таким, яким вони хочуть його бачити». В цей спосіб «конформні автомати» бездумно зливаються з соціумом, розчиняються в ньому, почуваються частинкою, «гвинтиком» його, що відволікає їх від переживань душевної самотності й порожнечі та безглуздості власного існування.

Але, є й рятівна для душі та життя людини «Втеча від Свободи» (негативної) – *«позитивна свобода»*.

### 16.2.3. «Позитивна свобода» за Е. Фроммом

**«Позитивна свобода»** – це спроможність і обов'язок людей бути вільними, автономними та унікальними, що не лише не нівелює істинно гармонійних та життєдайних, людських зв'язків з іншими людьми, соціумом, суспільством, а конче вимагає та інтенсивно продукує їх на засадах високих духовно-моральних цінностей.

«Позитивна свобода» має утверджуватись у психіці особистості і суспільній свідомості шляхом *«революції сердець»*. Ця революція не вимагає якоїсь особливої мудрості, великих зусиль і жертв. Необхідно лиш систематично й наполегливо розвивати в людях потребу серйозно і вдумливо зосереджуватись на високих, позаісторичних, одвічних і вічних духовних цінностях та ідеалах, глибинні основи яких закладені у несвідомій сфері людської психіки, та керуватись, насамперед і головним чином, ними. Цей цілющий для душі людини процес Е. Фромм назвав також *«дерепресією»*, тому що він протидіє репресивному впливу «соціального фільтра» та «ідолів».

Основними напрямками «революції сердець» мають бути:

1) розвиток здатності особистості не боятись і не лінуватись думати, замислюватись над проблемами смислу життя, віри в Бога, духовно-моральних цінностей тощо;

2) формування спроможності мислити логічно, об'єктивно і критично;

3) активне й наполегливе утвердження в людських душах та взаєминах гуманістичних духовно-моральних цінностей, принципів і норм;

4) створення потужної навчально-виховної системи духовно-морального розвитку особистості.

Базова, фундаментальна гуманістична цінність, на основі якої має розгортатись процес дерепресії, згідно з Е. Фроммом, – *життя*. Все, що сприяє збереженню і вдосконаленню життя, підвищенню якості життя людини, є позитивним, прийнятним і необхідним, а все те, що нищить, вбиває, спотворює, гнобить, «пресує» його, – негативним і неприйнятним. Другою фундаментальною цінністю, яка органічно впливає з верховенства цінності життя, є *любов*. Любов – найбільш розумна, вірна й життєдайна основа людських взаємин, правильна відповідь

на проблемні екзистенційні питання. Тільки любов створює гармонійне, сповнене доброзичливою наснагою і радістю єднання між людьми, дає людині потужні вітальні сили, усуває шокуючий страх смерті. (*Ключовий психологічний зміст почуття любові висвітлено в наступному розділі – див.: 17.2.2.*)

А цей розділ, присвячений мотиваційній динаміці в межах суспільної природи особистості, завершимо висвітленням соціально-психологічних механізмів, посередництвом яких функціонують її чинники.

### ***16.3. Соціально-психологічні механізми формування і функціонування суспільної природи особистості***

Соціально-психологічними називаються феномени, які виникають і функціонують в процесі спілкування між людьми. Ці феномени вивчає соціальна психологія. Їх дію у навчальному та виховному процесах – педагогічна й вікова. Ми торкнемось лиш тих аспектів соціально-психологічних механізмів, котрі виявляються у важливих особливостях впливів кожного з них на формування й функціонування суспільної природи особистості.

#### *16.3.1. Механізм інтерації*

Універсальний (всеохоплюючий), базовий соціально-психологічний механізм більшість дослідників називають *інтерацією* (англ. *interaction* – *взаємодія, взаємодопливи*).

*Механізм інтерації* реалізується у двох нерозривно взаємопов'язаних, взаємодіючих і взаємодоповнюючих процесах. Один з них цікаво описав сумно відомий німецький філософ, економіст і соціолог Карл Маркс (1818–1883): «Оскільки людина народжується без дзеркала в руках і не фіхтеанським філософом «Я є Я», то спочатку вона немов у дзеркало дивиться в іншу людину. І тільки поставившись до людини Павла як до людини, людина Петро починає ставитись до себе як до людини.» Українська народна мудрість висвітлює сутність цього феномену лаконічно й влучно: «З ким поведешся, від того й наберешся». Частково він відображений і в прислів'ї: «Скажи мені, хто твій друг (кум), і я скажу, хто ти». (В цьому прислів'ї є й інший соціально-психологічний зміст). Все це означає, що основою ставлень людини до себе, до інших людей, до світу є відповідні ставлення інших, насамперед і головним чином,

значущих для неї людей, що основний зміст утворень її сфери спрямованості, а відтак, мотивації є засвоєним нею змістом їх спрямованості та самосвідомості. Коротко кажучи, людина стає і є тим, що вона бачить в інших людях. Це – по-перше.

Відомий радянський психолог Сергій Леонідович Рубінштейн (1889–1960) описав другий процес так: «Безпосередня передумова мого буття як суб'єкта для мене самого – це моє буття як суб'єкта для інших. Тобто, справа не лише в тому, що моє ставлення до себе зумовлене моїми ставленнями до інших (формула Маркса про Петра й Павла), а й в тому, що моє ставлення до себе зумовлене ставленням до мене інших». Українська народна мудрість показує цей феномен у такій образній формі: «Якщо людині казати, що вона свиня, то вона почне рохкати». Це означає, що зміст ставлення людини до себе, а відтак до інших, до світу визначається також ставленням до неї інших, насамперед і головним чином, значущих для неї осіб і груп. Коротко кажучи, людина є і тим, як інші люди ставляться до неї. Це – по-друге.

Зауважимо й підкреслимо, результати дії механізму інтеракції не фатальні, не є сформованими раз і назавжди. Особистість може і має вдосконалювати, змінювати, доповнювати зміст складових своєї сфери спрямованості та мотивацію шляхом автентичних духовно-моральних пошуків, саморозвитку і самовдосконалення.

Механізм інтеракції реалізується посередництвом соціально-психологічних механізмів взаємовпливу і взаєморозуміння. В повсякденно-побутовому спілкуванні ці механізми функціонують на нормативно-регулятивній базі традицій, звичаїв, моральних норм; в діловому – на основі правових регуляторів: законів, статусно-рольових, діяльнісних нормативів, приписів, статутів тощо (зрозуміло, що закони поширюються і на побутову сферу, як і традиції та звичаї – на ділову); у навчально-виховному процесі – на ґрунті психолого-педагогічних засад освіти.

### *16.3.2. Традиції, звичаї як нормативно-регулятивна база соціально-психологічного впливу соціуму на особистість*

**Традиція** (лат. *traditio* – передавання, переказ) – базова форма репрезентації та утвердження суспільства. Змістом традицій є вироблені попередніми і визнані теперішніми поколіннями духовні цінності, ідеали, вірування, норми і форми поведінки, зокрема, свята, ритуали (обряди) на честь визначних подій, осіб.

Змісту традицій суспільства відповідає зміст його законодавства, інших документів і «неписаних», моральних засад, котрі регулюють стосунки і взаємини посередництвом законів, принципів, норм, приписів, настанов, імперативів (вимог, велінь наказів), табу (заборон) тощо, функціонування яких називається *нормативною регуляцією*.

*Звичай в науковій літературі виразно не диференційований з традицією. Тут достатньо буде сказати, що звичай – це побутова традиція.*

Істотні зміни в ціннісних орієнтаціях, ідеалах суспільства трансформують існуючі в ньому традиції, звичаї відповідно до цих змін, а ті, що радикально суперечать такому зміненому змісту, руйнуються. Г. Лебон зазначив, що без традиції не може бути цивілізації і культури, а без руйнування застарілих традицій не може бути прогресу.

Шануванням і дотриманням традицій, звичаїв суспільства, свого соціуму особистість виражає свою солідарність, ідентифікованість з ними, свою приналежність до них. За це вона має від них визнання її «своєю», схвалення, підтримку – джерело усвідомлення і позитивно забарвленого почуття соціальної захищеності, що стимулює її впевненість у собі, є істотною складовою так званого почуття етнічної ідентичності, в основі якого лежить любов до «свого», рідного, емоційно «теплого». (Див.: 11.4.).

Оригінальний російський філософ Микола Федорович Фьодоров (1828–1903), міркуючи про єднання індивіда з суспільством посередництвом визнання і дотримання ним його традицій, звичаїв, слушно зауважив, що таке єднання не поглинає, а звеличує його, оскільки воно полягає, по-перше, в усвідомленні цим індивідом себе сином, внуком, правнуком, праправнуком – нащадком усіх померлих і живих предків, а не волоцюгою, який не знає родинності. По-друге, у визнанні ним свого обов'язку перед всіма померлими й живими батьками.

Зневага особистістю традицій, звичаїв, недотримання їх спричиняє моральний осуд її соціальним оточенням, його відчуження від неї аж до виключення її з числа «своїх», остракізму (вигнання), фізичної розправи і т. ін. Але, особистість може виступати проти традицій, звичаїв, яким би потужним не був їх тиск, якщо вони суперечать її ціннісним орієнтаціям, моральним принципам, переконанням, вірі, світогляду, якщо вона вважає їх застарілими, реакційними, такими, що гальмують прогрес, тощо, протиставити їм свою волю, поведінку, діяльність. В такому протиставленні – істотний вияв свободи духу, духовності особистості.

Функціонування традицій і звичаїв, як базової форми нормативної регуляції взаємин між особистістю і суспільством, забезпечується соціально-психологічними механізмами взаємовпливу та взаєморозуміння, котрі діють в процесі безпосереднього спілкування між людьми.

*16.3.3. Соціально-психологічні механізми взаємовпливу:  
Переконування. Навіювання (сугестія). Наслідування.  
Емоційне зараження*

Основні соціально-психологічні механізми взаємовпливу в процесі спілкування між людьми – переконування, навіювання, наслідування, емоційне зараження.

**Переконування** – це цілеспрямований вербальний (лат. *verbalis* – словесний) вплив людини на іншу людину чи на групу людей, розрахований на критично осмислене, раціональне (лат. *rationalis* – розумний від *ratio* – розум), мисленнєво виражене сприймання інформації, яка подається. Тому той, хто переконує, здійснює добір відповідних змісту його переконуючого впливу наукових істин, фактів, практичних аргументів, логічно впорядковує їх і до них апелює (вдається, звертається, застосовує). Переконування – основний засіб впливу у науковій полеміці, навчанні й вихованні, що ґрунтуються на засадах наукової педагогіки, тощо.

**Навчання** – процес цілеспрямованої передачі суспільного досвіду підростаючим поколінням, формування знань, умінь, навичок особистості.

**Виховання** – процес цілеспрямованого формування спрямованості особистості – її ціннісних орієнтацій, ідеалів, переконань, світогляду, віри.

Вочевидь, що переконування є основним засобом передачі інформації в науковій і, значною мірою, художній літературі – суб'єкт заочно спілкується з авторами тих творів, які читає.

Ефективність переконування залежить не лише від наукової вагомості, переконливості, логічності матеріалу, незаперечності фактів, на які він спирається, і від здатності тих, кого переконують, осмислити, зрозуміти, збагнути, а відтак, засвоїти його, а й від референтності тих, котрі переконують. Це особливо стосується того переконування, за допомогою якого прагнуть сформувати чи переформувати утворення сфери спрямованості особистості (ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віру). Таке переконування можна назвати ціннісно-орієнтуючим.

**Референтність** (лат. *referens* – той, хто повідомляє) – значущість для суб'єкта якоїсь особистості або групи людей, з якими він співвідносить свої думки, судження, оцінки, самооцінки, погляди, ціннісні орієнтації, переконання, вчинки, дії, поведінку, діяльність як з еталоном, взірцем для уподібнення й наслідування. Відтак, референтні для суб'єкта особистості та групи суттєво впливають на процеси формування, трансформації, функціонування його знань, умінь, навичок та утворень сфери спрямованості. Референтність засновується на авторитетності або авторитарності її носія.

**Авторитетність** (лат. *autoritas* – влада, вплив) – визнання високих моральних властивостей, переваг та компетентності особистості чи групи в одній або в декількох сферах діяльності, а відтак, права авторитетного суб'єкта робити вирішально-визначальні висновки, приймати відповідальні рішення, організовувати та керувати у сфері його професійних компетенцій і людських взаємин.

Вочевидь, що таке визнання ґрунтується на повазі й довірі до авторитетних суб'єктів – особистостей та груп. Відтак, авторитетність можна характеризувати і як ставлення до її носіїв з повагою та довірою. Спеціальні дослідження, проведені в США, Японії та інших розвинених і не дуже країнах, засвідчили, що авторитетність керівників (лідерів) та педагогів, як повага і довіра до них, прямо пропорційно залежать, насамперед і головню, від їхніх високих моральних властивостей, а саме, від справедливості, доброзичливості, чесності, а вже потім – від їх професійної та іншої компетентності.

У керівників та педагогів, які є авторитетними, користуються авторитетом, повагою і довірою своїх підлеглих, учнів, зазвичай, немає потреби застосовувати щодо них жорсткі імперативи та санкції – достатньо переконування і прохання. Якщо ж виникає необхідність у таких санкціях, то вони справедливі і тому не травмують психіку тих, хто їх зазнав, та оточуючих їх людей.

Нагадаємо, що **авторитарність** особистості чи групи виявляється у її прагненні домінувати, панувати, добиватись беззастережної покоры, слухняності так чи інакше залежних від них людей за допомогою жорстких імперативів, санкцій, репресій стосовно цих людей та інших способів залякування їх. Авторитарні суб'єкти самотужки приймають рішення, не рахуючись з думкою підлеглих, колег, родичів, ініціатива яких у прийнятті рішень, виробленні стратегії і тактики діяльності, поведінки сприймається



такими суб'єктами як сваволя й зазіхання на їхні гідність та авторитет. Істотними особистісними рисами авторитарних суб'єктів є агресивність і завищена самооцінка – такі суб'єкти зазвичай оцінюють свої ділові якості, інтелектуальний потенціал, знання, уміння, навички вище, ніж вони насправді заслуговують.

Вище було показано, що названі властивості авторитарних суб'єктів можуть породжувати конформістське (раціоналізоване) та соціально-мазохістське (проективне) ставлення до них як до референтних. Зрозуміло, що переконування як таке в умовах спотвореного таким ставленням раціонального (осмисленого) сприймання інформації унеможливорюється.

Воднораз, серед авторитарних суб'єктів трапляються компетентні в своїй справі, відносно справедливі та відверті, що може зумовити їх референтність, засновану на визнанні цих властивостей такими, що заслуговують поваги і довіри. А відтак, переконуючі впливи таких авторитарних суб'єктів сприймаються не упереджено, а адекватно, об'єктивно, можуть бути ефективними.

Якщо суб'єкт, на якого спрямований вплив референтної для нього особистості чи групи, не здатен критично осмислити й збагнути, зрозуміти зміст, сутність цього впливу, або цей вплив не ґрунтується на науково виважених логічних аргументах та/чи незаперечних фактах, він здебільшого сприймає і приймає його «на віру».

Нагадаємо, що *віра* – це визнання суб'єктом якихось відомостей, ідей, цінностей істинними попри відсутність тільки для цього суб'єкта чи об'єктивно переконливої аргументації їх істинності. Сила такого визнання, нерідко, перевищує силу аргументів, які ставлять під сумнів і навіть переконливо спростовують істинність змісту віри.

На основі сприймання інформації здебільшого «на віру» функціонує навіювання.

*Навіювання* або *сугестія* (лат. *suggestion* – навіювання, натяк) – це вербальний, цілеспрямований вплив людини на іншу людину чи на групу людей, розрахований на некритичне, «на віру» сприйняття тієї інформації, що навіюється, без ґрунтовного критичного осмислення її.

Нагадаємо, що емоційне збудження людини зворотно-пропорційно впливає на критично-аналітичну спроможність її мислення, на адекватність та ефективність її суджень, умовисновків, вчинків, поведінки – ця здатність знижується зі збільшенням емоційного збудження. Тому сугестор (той, хто

навіює) свідомо чи несвідомо прагне вплинути насамперед на емоційну сферу психіки сугеренда (той, кому навіюють), викликати у нього емоційне збудження, вразити, схвилювати його. З цією метою активно використовується і емоційне зараження.

До прикладу, релігійна інформація, об'єктивну істинність якої наука не може ні спростувати, ні довести своїми засобами й методами, яка безпосередньо не підтверджується практично-емпіричним досвідом, а лиш духовним, заснованим на щирій вірі в Бога, не може подаватись переважно засобами переконування, а головним чином навіюється. Ефективності навіювання в процесі релігійних відправ слугують засоби впливу на емоційну сферу психіки людей, які беруть в них участь, з метою стимулювати їх схвилюваність, радісне піднесення, подив, інтерес, тривогу, пов'язану з усвідомленням своєї гріховності, і т. ін. Такими засобами є: таємнича урочистість храму, самого процесу богослужіння, його атрибутів, зокрема, церковної музики й співу, ікон та картин із зображеннями надприродних істот та релігійних сюжетів (подвигів та мук Христа і святих, Пекла, Раю тощо); схвилюваність, емоційне піднесення оточуючих, яке передається і посилюється посередництвом механізму емоційного зараження, та ін.

Сприйняття на віру інформації, що навіюється, безпосередньо залежить від наявності довіри сугеренда сугестору, яка, своєю чергою, зумовлюється авторитетністю і/або референтністю для нього самого цього сугестора чи тих, до кого він апелює, від імені кого виступає: Бога, пророків, вождів, видатних мислителів, відомих діячів у тих чи інших сферах суспільного життя, предків тощо. Сугестор не спроможеться навіяти щось тим сугерендам, у яких він чи ті, до кого він апелює, не користуються авторитетом і/чи референтністю.

Ефективність навіювання авторитарного сугестора, який викликає у сугерендів глибокий і сталий страх, забезпечується механізмами раціоналізації та ідентифікації з агресором («Втечею в Натопл»). Довіру до тих, з ким суб'єкт ідентифікується посередництвом садо-мазохістської проєкції (за Е. Фроммом), а відтак, сприйнятливість щодо їхніх сугестивних впливів, містить сама ця проєкція. (Див.: 16.1.1.).

**Наслідкування** – свідоме й несвідоме переймання, повторення, відтворення суб'єктом змісту та форм суджень, оцінок, уподобань, ціннісних орієнтацій, стилю життя, поведінки, поводження, манер тощо тих особистостей і груп, до яких він

*ставиться як до взірцевих, еталонних у значущих для нього сферах, галузях, аспектах.*

Наслідування – універсальний, всеохоплюючий, постійно діючий механізм в усіх сферах суспільного життя. Досить сказати, що далеко не всі люди роблять хоча б один раз у своєму житті щось таке, чого до них не робив ніхто. Навіть ті особистості, котрі здатні створити щось принципово нове, роблять це в зоряні миті творчого осяяння, а повсякденно живуть як усі інші – наслідуючи наявні, функціонуючі форми життєдіяльності. Хоча, кожен з нас робить те саме по-своєму, з більшою чи меншою мірою своєрідності.

Видатний французький соціолог і соціальний психолог Габріель Тард (1843 – 1904) вбачав у наслідуванні провідний механізм формування і функціонування особистості в суспільстві. Він підкреслював, що однією з основних складових будь-якого соціального явища є наслідування, котре творить усе традиційне. А узгодження умів і воль в традиції посередництвом взаємного наслідування – основа однотайності спільноти, а відтак, стабільності суспільного життя.

Виразний приклад наслідування – *мода*.

Встановлено, що найбільш інтенсивно спонукають наслідувати їх референтні, авторитетні та авторитарні особистості й групи.

Емоційне зараження, яке відчутно впливає на ефективність навіювання, в багатьох випадках помітно стимулює прагнення наслідувати.

*Емоційне зараження – переважно неусвідомлювана, нецілеспрямована передача від однієї людини, групи людей до іншої емоційних станів, процесів (радості, веселості, роздратування, злості тощо) посередництвом міміки, пантоміміки, інтонацій, тембру голосу.*

Виразний приклад емоційного зараження – *паніка (грец. panikon – нездоланий жах)* – стан масового інтенсивного страху перед дійсною, реальною чи уявною небезпекою, який наростає під впливом взаємного зараження ним людей в умовах безпосереднього зорового і слухового контакту між ними. Це блокує їх розум, глузд, а відтак, здатність до об'єктивної, раціональної оцінки ситуації, обстановки та мобілізації інтелектуальних і вольових ресурсів для організації хоч якогось порятунку від небезпеки. Натомість люди, які панікують, поводяться безглуздо, безумно, згубно для них. Так, охоплений панікою натовп завжди калічить, розчавлює якусь частину тих нещасних, що опинились в ньому. Назва цього екстремального

феномену емоційного зараження походить від імені стародавньогрецького бога Пана – покровителя пастухів, пасовищ і стад. Елліни вірили, що від його гніву стада охоплює жах, який нестримно, стрімголов жене і кидає їх у водойми, прірви, у вогонь, що трапляються на їх шляху.

Ще одним виразним прикладом емоційного зараження є науково обґрунтована манера *smily* (англ. – усмішка) – усміхненості в процесі безпосереднього спілкування громадян розвинених демократичних країн. Усмішка – мнемічний вираз позитивно забарвлених, приємних емоційних переживань: радості, веселості, зацікавленості, вдоволення, щастя. Отож зараження такими емоціями співбесідників посередництвом усмішки на глибинному, несвідомому рівні справляє на них приємне, хороше, позитивне враження, а відтак – і сам суб'єкт цього емоційно-заражуючого впливу. Вочевидь, що це – сприятливий фактор щодо приємного спілкування, толерантності, взаєморозуміння, порозуміння, ефективного взаємодії тощо.

У зв'язку з цим доречно згадати, що вже декілька десятиліть існує науковий напрямок, який називається *гелотологія* (грец. *helo* – сміх). Гелотологи вивчають не лише позитивний емоційно-заражуючий вплив усмішки та сміху, а й, головним чином, благотворний вплив цих експресивних форм вияву позитивно забарвлених емоційних переживань на психічне й соматичне здоров'я суб'єкта.

Взаєморозуміння, а відтак порозуміння задля продуктивної взаємодії – основна умова та ознака ефективного, плідного спілкування. Вочевидь, якщо комуніканти (лат. *communico* – роблю спільним, пов'язую, спілкуюсь) – суб'єкти спілкування – не розуміють змісту комунікативних актів одне одного (мовлення, міміки, жестів, інтонацій голосу та ін.), або хоча б один з них – іншого, вони не зможуть домовитись, взаємодіяти. Взаєморозуміння в процесі спілкування забезпечується комплексом соціально-психологічних механізмів.

#### 16.3.4. Соціально-психологічні механізми взаєморозуміння: Ідентифікація. Емпатія. Рефлексія

Основні соціально-психологічні механізми взаєморозуміння – ідентифікація, емпатія, рефлексія.

**Ідентифікація** (лат. *identificare* – ототожнювати) – цей термін в психології має декілька значень. Як соціально-

психологічний механізм, це – постановка суб'єктом себе на місце іншого, що здійснюється шляхом заглиблення у зміст і логіку його мовлення, а відтак, мислення, поведінки, перенесення себе в умови, обставини його життя з метою збагнути, зрозуміти його позицію, налаштування, мотивацію і на цій основі прогнозувати його дії, вчинки, поведінку.

З ідентифікацією нерозривно пов'язана емпатія.

**Емпатія** (грец. *empathia* – співпереживання) – розуміння людиною змісту, характеру емоційних переживань, станів, реакцій іншої людини чи групи людей. Таке розуміння називають **когнітивною** (лат. *cognition* – знання, пізнання) **емпатією**. Вона забезпечується осмисленням суб'єктом емоційних проявів об'єкта його емпатії із застосуванням наявних у нього психологічних знань.

На основі когнітивної функціонує **предикативна** (лат. *praedicatum* – те, що сказано) **емпатія** – передбачення суб'єктом вірогідних емоційних реакцій, переживань, станів об'єкта його емпатії внаслідок тих чи інших впливів на нього.

Найвищий рівень емпатійності (здатності до емпатії) – **співпереживання**, що являє собою переживання суб'єктом таких самих чи схожих за модальністю, характером емоційних станів, процесів на ті, які переживає об'єкт його емпатії. Зазвичай, такі емпатійні переживання значно менш інтенсивні порівняно з їх джерелом – переживаннями об'єкта емпатії.

**Співчуття** також є проявом емпатії. Воно відрізняється від співпереживання тим, що в ньому переважають не емоційні переживання його об'єкта (страх, тривога, мука, огида, втіха, зловтіха тощо), а жалість, журба, стурбованість, занепокоєння і т. ін., викликані ними у суб'єкта.

**Рефлексія** (лат. *reflexus* – відображений) – цей термін також має в психології декілька значень. Як соціально-психологічний механізм взаєморозуміння – це бачення суб'єктом себе очима співбесідників, тобто, почування, усвідомлення й розуміння, як вони сприймають, наскільки розуміють його.

На базі сформованих і функціонуючих посередництвом соціально-психологічних механізмів взаємовпливу і взаєморозуміння феноменів суспільної природи особистості розвивається конформістська бездуховність або екзистенційно-відповідальна духовність.

## Контрольні запитання і завдання

1. Що таке мотивація особистості?
2. Що таке мотиваційно-динамічний підхід до особистості?
3. Що таке тоталітаризм?
4. Що таке авторитарність, агресивність, агресія?
5. Що таке конформізм?
6. Знайдіть спільне та відмінне у свідомому й несвідомому конформізмі.
7. Висвітліть сутність захисних механізмів «раціоналізація» та «ідентифікація з агресором».
8. Що таке мазохізм і садизм у вузькому та широкому розумінні?
9. Що таке *"Escape to Crowd"*?
10. На яких переживаннях особистості ґрунтується вплив на неї соціуму?
11. Що таке психотична база тоталітарних режимів?
12. Висвітліть психологію комплексування та основні комплекси особистості в тоталітарному і посттоталітарному суспільствах.
13. Висвітліть проблему утилітарної мотивації праці «базової особистості» демократичного суспільства
14. Що таке «ідеали», «ідоли», «негативна свобода» за Е. Фроммом?
15. Що таке *"Escape from Freedom"*?
16. Що таке «позитивна свобода», «революція сердець» «дерепресія»?
17. Що таке «некрофілія» і біофілія за Е. Фроммом?
18. Висвітліть сутнісний зміст «інтеракції» як соціально-психологічного механізму.
19. Охарактеризуйте традиції та звичаї як нормативно-регулятивну базу соціально-психологічного впливу соціуму на особистість
20. Розкрийте сутнісний зміст соціально-психологічних механізмів взаємовпливу: переконування, навіювання, наслідування, емоційного зараження.
21. Охарактеризуйте референтність, авторитетність та авторитарність особистості у зв'язку з функціонуванням соціально-психологічних механізмів взаємовпливу.
22. Які механізми забезпечують ефективність навіювання авторитарного сугестора, котрий викликає у сугерендів глибокий і сталий страх?
23. Що таке «smily» і гелотологія?
24. Розкрийте сутнісний зміст соціально-психологічних механізмів взаєморозуміння: ідентифікації, емпатії (когнітивної, предикативної, співпереживання, співчуття) та рефлексії.

### ДУХОВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

*Духовність – найвищий рівень, вершина особистісного розвитку. Тому сукупність вчень, концепцій, в яких висвітлюється цей феномен, називають вершинною психологією. Стрижнева функціональна структура духовності особистості – моральність.*

#### *17.1. Основний психологічний зміст духовності особистості*

Термін *духовність особистості* або *духовне в людині* ввів у науковий обіг видатний дослідник вершинної психології Віктор Еміль Франкл.

*«Духовність особистості, – згідно з В. Е. Франклом, – це те, що протистойть тілесному і соціальному, і навіть психічному. Духовність це і є вільне в людині. Духовність – це те в людині, що завжди може заперечити.»*

Але, таке протистояння зовсім не означає, що духовне в людині мусить тотально пригноблювати її біологічні потреби, радикально обмежувати їх задоволення, огульно заперечувати суспільні норми, тощо. Воно має ошляхетнювати і біологічне, і соціальне в утвореннях сфери спрямованості, в мотивації, поведінці та діяльності особистості, робити їх дійсно культурними, цивілізованими, гуманістичними, людяними, добропорядними. Як підкреслив видатний український вчений В. І. Вернадський: *«Духовне життя людини уявляється як найвищий вияв усього живого, що не відокремлюється від нього.»*

Чимало особистостей в демократичному суспільстві і навіть в умовах тоталітарних режимів прагнуть автентично визначити смисл, ціннісні орієнтації, принципи, норми свого життя, а не жити чужим, нехай і найреферентнішим, найавторитетнішим, розумом.

Таке автентично-екзистенційне самовизначення вимагає від суб'єкта активного пізнання сутності людини, сенсів існування світу, людства, які висвітлюються в духовній сфері суспільного

буття – в релігії, філософії, етиці (галузь філософії, що вивчає мораль), мистецтві, естетиці (галузь філософії, що вивчає мистецтво), в науці. *Пізнавальна активність в духовній сфері суспільного буття, вершина якої – створення цінних, значущих духовних продуктів – істотна властивість духовності особистості.*

Автентично визначені смисл, ціннісні орієнтації, принципи, норми свого життя – необхідна умова, спрямовуюча та спонукальна основа екзистенційної відповідальності особистості. Нагадаємо, що екзистенційно відповідальний суб'єкт переймається ідейними, політичними, правовими, традиційними засадами і реаліями суспільного життя, характером стосунків у ньому, взаємин в соціумі, дієво протидіє тим негативним проявам, які суперечать його переконанням, ціннісним орієнтаціям, вірі, воднораз, утверджує те, що їм відповідає, тощо. *Екзистенційна відповідальність – істотна складова духовності особистості. Формування екзистенційної відповідальності – основна мета освіти більшості європейських країн.*

Вершинні функціональні структури психіки особистості, які сукупно утворюють сферу її духовності, – необхідна умова і могутній чинник її психічного здоров'я, душевної гармонії, повноцінних соціальних зв'язків, самоактуалізації, високої радості буття. До такого висновку кожен своїм шляхом дійшли найбільш потужні персонологи – дослідники психології особистості: А. Адлер, Е. Фромм, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та ін..

Воднораз, існують автентично-особистісні ціннісно-орієнтаційні самовизначення, якими суб'єкт психологічно відсторонюється, відгороджується від суспільства, знаходить себе у пошуках шляхів містичного (*грец. mistikos – таємничий, закритий*) прилучення до надприродного, у спілкуванні з природою, мистецтвом, а ідеологію, політику, соціально-економічні, правові, екологічні, соціально-психологічні та всі інші суспільні проблеми ігнорує, тощо. Чи можна назвати таку життєву позицію духовною, адже вона обрана вільно, автентично? На нашу думку, так, але із зазначенням її специфічності. Ця духовність специфічна – в ній відсутня екзистенційна відповідальність, що ґрунтується на моральності.



## 17.2. Основний психологічний зміст моральності особистості

### 17.2.1. Психологія моральності та совісті особистості

**Мораль** (лат. *moralis* – моральний від *mores* – звичаї, нориви) – одна з форм суспільної свідомості, до яких поряд з мораллю відносяться: наука, релігія, мистецтво, філософія, право (вірогідно, що невдовзі виокремиться ще й екологія), – і одна з форм нормативної регуляції, до яких належать також традиційні та звичаєві норми поведіння, поведінки, право і розроблені на його основі адміністративні приписи, тощо. Мораль функціонує в межах дихотомії добро–зло.

**Дихотомія** (грец. *dichotomia* – розсічення на дві частини) – протилежно-взаємодоповнюючі поняття, що перебувають у нерозривному взаємозв'язку (чорне–біле, прекрасне–потворне, добро–зло тощо).

Нормативно-регулятивна функція моралі – це регулювання, регуляція людських стосунків, взаємин посередництвом моральних норм. Вона поширюється на всі сфери суспільного буття, містить утворені на основі визначення добра і зла основоположні, базові принципи ставлення людини до себе, до інших людей, до суспільства, культури, природи, які викладаються в моральних заповідях, кодексах, і відповідні цим принципам норми поведінки, поведіння. Принципи і норми моралі – змістова база усіх інших форм нормативної регуляції, тобто, вони являють собою стратегічно скеровуючі орієнтири, відповідно до яких формується зміст цих форм.

Порівняно з іншими формами нормативної регуляції, моралі притаманна суттєва психологічна особливість. Вона – автентично-особистісний регулятор. Тих, хто стоїть на сторожі правових, адміністративних, традиційних норм, *в принципі*, не цікавить, як ставляться до цих норм ті особи та групи, на яких вони поширюються, головне – щоб дотримувались їх у своїй діяльності та поведінці. А моральні принципи і норми, *в принципі*, адресовані внутрішньому світу особистості – її світогляду, переконанням, ціннісним орієнтаціям, вірі. Вона має прийняти або не прийняти їх автентично, *духовно*. Тобто, власне моральна регуляція функціонує на основі автентично-духовно-особистісного вибору та самовизначення.

Однак, в реальному житті мораль нерозривно взаємопереплітається з усіма іншими формами нормативної регуляції, тому розчленувати їх можна лиш аналітично.

Моральні принципи і норми, як спрямовуючий зміст автентичної саморегуляції особистості, являють собою понятійно-концептуальні основи її моральності.

**Моральність особистості** – це моральні засади її спрямованості, які функціонально виявляються у впливі моральних принципів і норм на її мотивацію та регуляцію вчинків, дій, поведінки, поводження, діяльності.

Моральна саморегуляція особистості здійснюється її совістю.

**Функціонально совість** – це процес автентичного визначення суб'єктом добра і зла.

Видатний німецький філософ Георг Вільгельм Фрідріх Гегель (1770–1831) вбачав у такому самовизначенні сутність совісті. Висвітлюючи її психологію, він, зокрема, зауважив, що «людина по-справжньому боїться не зовнішнього насильства і його гноблення, а сили моральної, яка є визначенням її власного розуму і водночас – чимось вічним і недоторканим, котре вона щоразу піднімає проти самої себе, коли діє всупереч йому». (Зрозуміло, що йдеться про людяну людину, а не про аморальну особу.) Тобто, можна сказати, що совість людини судить її власні вчинки, дії, поводження, поведінку, діяльність. «Внутрішнє судилище», – так назвав совість видатний німецький філософ, етик Іммануїл Кант (1724–1804). Як і належить суду, «судилищу», вона карає за скоєне зло, за недогримання принципів та норм добродетності.

*Карою «внутрішнього судилища» є муки совісті* – душевний біль, психологічні страждання. Самопокарання муками совісті може бути вельми жорстоким і навіть нестерпним, що іноді призводить до самогубства.

Самопокарання справжніми муками совісті, на відміну від мук сорому, не залежить від того, знають про скоєне суб'єктом зло, що спричинило їх, інші люди, чи не знають.

**Сором** – це душевний дискомфорт, негативно забарвлений емоційний стан суб'єкта, зумовлений засудженням, зневагою, презирством, втратою прихильності, симпатії, поваги інших людей, тому що вони дізнались про його неприйнятні для них, аморальні, негідні, ганебні тощо вчинки.

Тобто, суб'єкт, що переживає сором, переймається не стражданнями тих, кому завдав зла, не співчуттям їм, а

негативною реакцією на це зло інших, особливо, референтних та авторитетних для нього осіб і груп. Отже, сором, на відміну від совісті, не є власне моральним переживанням. Але в реальному житті совість і сором нерозривно взаємопов'язані. Сором також може бути нестерпним і призвести до суїциду.

*Винагорода совісті* – вдоволення від дієвого дотримання автентично визначених моральних принципів і норм, від уникнення зла. Цю винагороду називають *спокійною* або *чистою совістю*.

*Муки совісті та вдоволення спокійної або чистої совісті* являють собою стрижень мотиваційної динаміки її функціонування.

Психологію совісті ґрунтовно дослідив В. Е. Франкл. Один з важливих висновків цього дослідження: *совість кожної людини може помилятись*. У тій чи іншій конкретній ситуації більш моральним (добропорядним і добродійним) може бути не те, що таким вважає суб'єкт, а те, що підказує совість іншої людини. Розуміння і визнання цього факту – психологічна основа смиренності, терпимості, толерантності. Притім, «бути смиренным і терпимим, – згідно з В. Е. Франклом, – це не завжди приєднуватись до позиції інших, а беззастережно визнавати право кожної особи слухати голос своєї власної совісті і керуватись ним». Джерела, корені моральності та совісті особистості він вбачав у тих утвореннях несвідомої сфери людської психіки, які вважав божественними за походженням. Мовляв, голос Бога в душі людини звучить як голос її совісті. А дослухається до нього і чує його – інтуїція. Ця «програма» реалізується інтуїтивно, а раціональному пізнанню не піддається вже тому, що духовно-моральне є ірраціональним та алогічним з погляду утилітарної корисності. (Порівняймо з високими духовними цінностями у несвідомій сфері психіки людини за Е. Фроммом – див.: 16.2.2.; 16.2.3.).

Нагадаємо, що *інтуїція* – це здатність суб'єкта несвідомо дізнаватись про щось, розуміти щось, тобто, інтуїція продукує знання й розуміння якимось незрозумілим для суб'єкта чином – вони з'являються немов самі собою, як інсайт, осяяння.

Отже, раціональне пояснення ірраціонального і алогічного змісту інтуїтивного знання унеможлиблюється. Відтак, немає логічно виважених аргументів, які б свідчили, що те безкорисливе діяльне самозречення суб'єкта на користь інших, та альтруїстична самопожертва, до яких його спонукає його моральність, а

контролює совість, хоч в якомусь раціонально-прагматичному, переконливому з позицій утилітарного здорового глузду, «на хлопський розум» сенсі корисне йому самому.

**Раціональне** (лат. *rationalis* – розумний) – виявлене, встановлене, доведене розумом за допомогою логічного дискурсивного мислення; приступне для його розуміння.

**Ірраціональне** – неприступне для розуму, раціонального пізнання, алогічне, таке, що виходить за межі логіки розуму, суперечить їй.

Ірраціональність моральності й совісті особистості є, за В. Е. Франклом, найпереконливішим свідченням їх надприродного, божественного походження. Що ж, цей аргумент і факт, до якого він апелює, також ірраціональні.

Колізії совісті, які вражають психологічною глибиною і витонченістю, філігранно виписано в романах «Злочин і кара» Ф. М. Достоєвського та «Воскресіння» Л. М. Толстого. Нагадаємо, що після скоєння раціонально обґрунтованого вбивства мерзенної старої, душу її вбивці, Родіона Раскольника, несподівано для нього самого, заповнили ірраціональні страждання, котрі, як пояснював Ф. М. Достоєвський у одному з листів до видавця, замордували й цілковито виснажили його, і він вирішив будь-якою ціною примкнути до людей, навіть ціною власної загибелі на каторзі. Тобто, він порушив заповідь «не убий», став нелюдом-убивцею, і його совість невблаганно повстала проти цього з невідомих глибин його душі. Воскресла совість головного героя роману «Воскресіння», князя Дмитра Івановича Нехлюдова повела в Сибір, щоб бути поряд із засудженою до каторги та заслання жінкою, яку він в юності спокусив і цим, на його думку, зламав життя, штовхнув на погану дорогу.

У божественному походженні моральності й совісті людини був упевнений І. Кант, який створив потужне етичне вчення.

**Етика** (грец. *etika* – моральні принципи і норми – від *etos* – звичка, звичай, поров) – галузь філософії, яка вивчає мораль. Деякі дослідники, зокрема І. Кант, позначають цим терміном мораль та моральність.

Основне поняття цього вчення – «категоричний імператив» (лат. *imperativus* – той, що велить, веління). Згідно з І. Кантом: це «...закон, який не має нічого спільного з природним світовим порядком і цілком впливає з надприродних спонук». Категоричний імператив велить:

1. Чини тільки згідно з такою максимою (максимально високе, межове завдання, вимога, домагання), керуючись якою ти водночас можеш побажати, щоб вона стала всезагальним законом.

2. Чини так, щоб ти завжди ставився до людства і в своїй особі, і в особі будь-кого іншого як до мети, і щоб ніколи не ставився до іншої людини тільки як до засобу.

Ірраціональними та надприродними за походженням вважав моральність і совість особистості видатний німецький мислитель-гуманіст, теолог, лікар Альберт Швейцер (1875–1965). Його етичне вчення спирається на етику І. Канта і на постулат відомого німецького філософа Артура Шопенгауера (1788–1860) про закладену в душі людини волю до життя, що прагне звільнитись від хвилювань та страждань і вийти на шлях миру і душевного спокою.

Воля до життя у інтерпретації А. Швейцера являє собою інтуїтивне пізнання, яке живиться тими «соками», що містяться в ній самій. «Соки» – це високі духовно-моральні ідеали та цінності, глибинну сутність яких раціональне людське мислення неспроможне збагнути. Але, попри цю неспроможність, люди мають беззастережно вірити таємничим, сокровеним покликам волі до життя. Це – єдиний надійний компас для плавання, що відбувається вночі і без мапи – земного життя людини. Воля до життя виявляється в особливих емоційних переживаннях, які А. Швейцер назвав «емотивним пізнанням дійсності». Посередництвом емотивного пізнання людина спроможна збагнути світ як тотальну, всеохоплюючу волю до життя, створену Богом, що пробуджує в ній почування органічного, нерозривного, іманентного зв'язку з Творцем і з Його творінням – земним життям – і формує сталі, непохитні автентичні прагнення робити добро, не чинити зла, бути добропорядною і добродійною.

Сам А. Швейцер вельми виразно почував цей зв'язок, тому що його земне життя було сповнене альтруїстичною добродійністю, самовідданістю і безкорисливим лікарським служінням, зокрема, у лепрозорії, побудованому ним в Африці для нещасних хворих на проказу. Водночас, він активно прагнув пробуджувати таке почування і в інших людях – створив з цією метою етичне вчення.

*Альтруїзм* (франц. *altruisme*, від лат. *alter* – інший) – моральний принцип, згідно з яким, значущим для суб'єкта є благо інших людей; альтруїзм (альтруїстичність) як властивість людини – це щире бажання правдивого добра усім людям та

*стабільна готовність безкорисливо сприяти цьому; благо тих, кого альтруїст любить, є для нього більш важливим, ніж власне.*

Оскільки мораль функціонує в межах дихотомії добро-зло, то ключовою проблемою етики є визначення їх сутності – найбільш істотного, сутнісного змісту. А. Швейцер почав пошук цієї сутності з постановки питань: Чи існує щось спільне у наших чисельних уявленнях про добро? Чи існує таке найбільш загальне поняття добра? І якщо так, то який його зміст і наскільки воно реальне й необхідне для мене? Які впливи може чинити добро на мої переконання та дії? В які суперечності та конфлікти зі світом воно може мене втягнути?

У пошуках відповідей на ці питання, А. Швейцер, зокрема, з'ясував, що філософи Еллади трактували добро як те корисне, що приносить розумну радість. Так, Сократ стверджував, що шляхом розумних міркувань, раціонально можна і необхідно обґрунтувати дійсно добродійні правила і норми поведінки, в яких мудро визначена користь індивіда гармонійно поєднується з інтересами суспільства. Але, ні Сократ, ні інші філософи античності не виявили того змісту добра, який є його сутнісною, найбільш істотною ознакою, обов'язковою в усіх його проявах, його *differentia specific* (лат. – різниця, відмінність і особливість; разом – ті властивості, що відрізняють) – властивість, що притаманна тільки йому, яка відрізняє його від усього іншого. Така невизначеність замкнула античну етичну думку у хибному колі суб'єктивності вже тому, що кожен суб'єкт може і буде тлумачити корисне з позицій власних інтересів, як він їх розуміє, на свій розсуд.

Це хибне коло розірвало християнство. *Сутність добра у моральному вченні Ісуса Христа постає як доброзичливість, добропорядність і добродійність людини стосовно інших людей, як діяльний альтруїзм, самозречення на користь інших.* Таке розуміння сутності добра лягло в основу світоглядного гуманізму, гуманістичної етики, усіх гуманістично зорієнтованих наук.

### *17.2.2. Психологія любові*

Християнське розуміння сутності добра інтегроване в основному понятті моралі цієї релігії – любові до ближнього. Ісус Христос учив: «Люби Господа Бога свого всім серцем своїм, і всією душею своєю, і всією своєю думкою». Це найбільша і

найперша заповідь. А друга однакова з нею: «Люби свого ближнього, як самого себе» (Матв.; 22; 37, 38, 39).

Ключовий психологічний зміст цих Заповідей Любові полягає у радикальній (докорінній) зміні засад взаємин між Богом і людьми. Людина в Новому Завіті – «син Божий», а не «раб Божий», «раб Судії», «хробак Господній», як у Старому Завіті. Сутнісний психологічний зміст містерії Боговтілення – явлення людям Бога як Сина свого і земної жінки – полягає, на думку автора цього підручника, у встановленні родинних взаємин між Ним як Батьком і людьми як Його дітьми. Всі люди – діти Бога, тому для кожного з нас кожна інша людина є ближнім – братом або сестрою у Христі.

Рабовласник вимагає від своїх рабів беззастережної покори. А правдиво люблячий батько чекає від своїх дітей любові, яка має виявлятися, насамперед і головним чином, у їхній любові одне до одного, адже кожне з них є для нього найбільшою цінністю, а благо всіх і кожного – найбільшою радістю. Напевне, що саме тому Ісус сказав, що обидві Заповіді Любові однакові за значущістю.

Богу-Отцю, як люблячому батькові, не потрібні беззастережна покора, що засновується тільки на страху, плазування, жертвопринесення тощо, як того вимагає авторитарне божество від «хробаків», ким є для нього люди. Кожна людина, незалежно від расової, національної, статевої приналежності, соціального статусу, статків, є любимою дитиною Бога-Отця. Кожній своїй дитині Він бажає найбільшого блага, до якого веде щире прийняття і дотримання Заповідей Любові.

Нагадаємо, що згідно з Г. В. Ф. Гегелем: *«Істинна сутність любові полягає в здатності суб'єкта відмовитись від свідомості самого себе, забуваючи себе в іншому «Я», щоб у цьому забуванні й щезненні оволодіти й володіти собою істинним»*. Це, насамперед, означає, що любов є вершиною альтруїстичного, безкорисливого, діяльного самозречення суб'єкта на користь її об'єкта. Самозречення любові відбувається на основі емоційної ідентифікації (ототожнення), в якій домінують захоплення й радість, суб'єкта любові з її об'єктом, котрий внаслідок цього стає для суб'єкта найвищою цінністю. Відтак, щира, щедра, безкорислива, самовіддана, жертвна турбота про об'єкт любові, діяльне самозречення і самопожертва на його користь приносять суб'єкту вдовolenня, насолоду. Тому, хто справді любить,

благополуччя того, кого він любить, приносить втіху, радість, щастя, і він докладася всіх можливих для нього зусиль задля створення цього благополуччя. Таку самовіддану любов стародавні греки називали *агапе*.

Крім *агапе*, філософи Еллади виокремили у почутті любові *ерос*, *філію* та *сторге*.

*Ерос* – це захоплена закоханість, що виявляється у пристрасному бажанні суб'єкта володіти об'єктом своєї пристрасності, стати цілковитим і одноосібним володарем його тіла й душі (пристрастей, бажань, думок, мрій, почуттів).

*Філія* являє собою любов-дружбу, щирю приязнь між людьми.

*Сторге* – любов-прихильність, зокрема, сімейна, родинна. Напевне, що почуття етнічної ідентичності, основою якого є любов до рідної національної культури та природи, також слід віднести до *сторге*. (Див.: 11.4.).

Вочевидь, що християнська любов до ближніх, як до братів і сестер у Христі, дітей одного люблячого батька – Бога-Отця – не може досягати рівня *агапе*. З такою емоційно насиченою самовідданістю людина, притім, не кожна, здатна любити лиш вузьке коло осіб: своїх дітей, рідше – коханих, батьків, інших рідних. На більше просто не вистачить емоційного ресурсу, життєвої наснаги здатного любити індивіда (генетично запрограмованої «адаптаційної енергії», за Г. Сельє, – див.: 11.2.). З такою емоційно насиченою самовідданістю людина здатна любити своїх дітей, рідше – коханих, батьків. Це можуть і мають бути любов-філія і любов-сторге.

На жаль, на сьогоднішній день більшість з нас перебуває у полоні егоїзму, себелюбного меркантилізму, утилітаристської налаштованості. Ми «женемось за ідолами» і не здатні на християнську любов, як якийсь оптимальний мінімум щирої прихильності та приязні стосовно ближніх і альтруїстичної турботи про них. Отож, намагатись заснувати наші сьогоднішні суспільні стосунки та соціальні взаємини на засадах християнської любові було б черговою утопією. Це, як наголошують західні вчені-гуманісти, ідеал далекий, але, треба твердо вірити, що не недосяжний, і робити все можливе задля наближення до нього. Вони керуються переконаністю Е. Фромма та інших мислителів-гуманістів, що основною метою історичного процесу є створення всебічно розвиненої базової особистості, яка перебуває у гармонійній єдності зі світом.



А. Швейцер вважав, що матеріальне і духовне вдоволення не доповнюють одне одного і не можуть продовжуватись одне в одному. Тому, коли в інтересах стимуляції, підсилення моральності, духовності апелюють до матеріальних благ, то це не лише не стимулює і не підсилює духовно-моральне, а усуває його. Іншими словами, духовно-моральне вдоволення самодостатнє і виключає будь-які утилітарно-еґоїстичні мотиви, не потребує жодного матеріально-корисливого «підкріплення». З психологічного погляду це, зокрема, означає, що або людина приймає рішення робити добро і уникати зла, оскільки чекає від цього утилітарної користі для себе (здобуття і зміцнення високого соціального статусу, симпатій оточуючих, матеріального добробуту, збагачення тощо), або вона знаходить на шляху добропорядності й доброчинності самодостатню радість і духовне піднесення поза жодними еґоїстично-корисливими цілями. Що ж, теоретично такий поділ слід робити задля виразної диференціації понять.

Але й християнська мораль містить відчутний еґоїстично-корисливий мотив. Адже за дотримання її заповідей, за порядність і доброчинність людини у земному житті християнство обіцяє спасіння та вічне високе блаженство її душі у потойбічному житті, в Раю, у лоні Божественного Світу. А душі тих, котрі не були добропорядними й доброчинними, зазнають пекельних мук. Кожен знає про це. Надія потрапити в Рай та страх перед карами Пекла і є еґоїстично-корисливим мотивом доброчинності віруючої особистості. Усунути цей мотив неможливо – для цього треба було б заперечити догмати про Рай і Пекло. Отож, треба виходити з реалій і гармонійно й плідно поєднувати еґоїстично-корисливе, утилітарне в наших душах і взаєминах, якого не позбавлене навіть християнство, з доброчинним і альтруїстичним. Це мало б привчати людей до добра і відвертати від зла, поступово очищувати й ошляхетнювати наші душі. Таке поєднання відбувається в життєвій стратегії, яку називають розумним або освіченим еґоїзмом.

### *17.2.3. Психологія «розумного еґоїзму»*

Історичні факти, життєві реалії переконали, що соціальний і матеріальний добробут суспільства каузально (причинно-наслідковим чином) пов'язаний з його гуманістичністю, демократизмом, реальним втіленням в його життя високих духовно-моральних принципів і норм. Тому, піклуючись про

демократію, гуманізм, моральність суспільства, свого соціуму, особистість дбає про своє та своїх близьких, нащадків психологічне, соціальне та матеріальне благополуччя, а відтак, про психічне й соматичне здоров'я. Ці істини – основа логіки так званого «розумного або освіченого егоїзму». Мотиваційний принцип, що випливає з цієї логіки, гласить: «Хочеш блага для себе, дбай про благо для всіх».

Золоте правило: «Не роби іншим того, чого ти не хотів би, щоб інші робили тобі», – також цілком відповідає логіці розумного егоїзму. Адже людям властиво на зло відповідати злом, а на добро – добром чи, принаймні, утриманням від зла. «Що посієш, то й пожнеш», – вчить українське прислів'я.

На позицію «розумного егоїзму» потужно працюють аргументи психогігієни, психопрофілактики, психотерапії. Відомо, що всі невротичні розлади та чимало соматичних хвороб зумовлені негативно забарвленими емоційними переживаннями суб'єкта: ненавистю, злобою, гнівом, заздрістю, ревнощами, відчаєм, розпачем, страхом, тривогою тощо. Абсолютна більшість таких патогенних емоційних переживань виникає в процесі спілкування в соціумі, у формальних та неформальних взаєминах.

Відомий американський дослідник людських взаємин, спілкування Дейл Карнегі (1888–1955) писав, звертаючись до всіх нас: «...Коли Христос сказав: «Любіть ворогів ваших», він проповідував не лише правильні етичні принципи, а й провідні принципи медицини двадцятого століття. Слова Христа «прощайте сім раз по сімдесят разів» допоможуть нам вберегтися від підвищеного кров'яного тиску, серцевих хвороб, виразок шлунку, колітів та багатьох інших захворювань. <...>

Одна моя знайома, – провадить далі Д. Карнегі, – нещодавно зазнала серцевого нападу. Лікар призначив їй постільний режим і вимагав, щоб вона в жодному випадку не сердилась. Лікарі знають, що напад гніву може вбити людину зі слабким серцем. <...> Кілька років тому шістдесятилітній власник кафе в Спокані розлютився через те, що кухар збирався нити каву з його горнятка. Він був настільки розлючений, що схопив револьвер і почав ганятися за кухарем, і раптово помер від серцевого нападу. <...> Згідно з висновком судово-медичного експерта, причиною серцевого нападу, що призвів до смерті, був гнів.

Коли Христос сказав: «Любіть ворогів ваших», він водночас радив нам, як покращити нашу зовнішність. Я (та й ви також) знаю

жінок, обличчя яких вкриті зморшками, мають непривітний вираз, спотворені злопам'ятністю. Жодні косметичні процедури в світі не зможуть поліпшити їхню зовнішність хоча б наполовину так, як це зробило б серце, сповнене прощенням, ніжністю і любов'ю. <...>

Наші вороги, мабуть, потирали б злорадно руки, якби довідались, що наша ненависть до них виснажує нас, робить нас втомленими і знервованими, псує нашу зовнішність, приносить нам серцеві захворювання і вкорочує нам життя. <...>

Ми не можемо бути настільки святими, щоб любити своїх ворогів, але заради свого власного здоров'я і щастя давайте принаймні простимо їх і забудемо про їхнє існування. Мабуть, це наймудріша річ, яку ми можемо зробити. «Те, що вас образили або пограбували, – сказав Конфуцій, – нічого не значить, якщо ви не будете постійно про це згадувати.» <...>

Заратустра вчив: «Робити добро іншим – не обов'язок. Це – радість, бо вона поліпшує здоров'я і збільшує щастя.»

Наведені фрагменти з книги Д. Карнегі «Як перестати хвилюватись і почати жити» коментарів не потребують.

З позицій психології «розумного егоїзму» мотивом добродійності може бути також співчуття. Відомий англійський філософ Дейвід Юм (1711–1776) стверджував, що важливим чинником доброзичливості та добродійності є притаманні людям симпатія і співпереживання щодо радості, щастя інших і відраза до їхніх бід. Мовляв, людина не може бути по-справжньому вдоволена і щаслива, якщо її оточують страждальці й нещасні. Зрозуміло, що йдеться про людяну, здатну до співчутливої емпатії особистість, не обтяжену садо-мазохістськими комплексами (див.: 16.3.4.).

Дієвим суспільним фактором добродійності є схвалення, підтримка її церквою, владою, громадською думкою, що виявляється у захваті, прославленні, нагородах і породжує у суб'єктів шляхетної моральності почуття гордості. Влучно, хоча й надто категорично, висловився у зв'язку з цим англійський філософ і письменник Бернард Мандевіль (1670–1733): «...Моральні добродійності – це плоди політики, які лестощі породили з гордості».

Але, які б мотиви, крім підступних, підлїтних, не спричиняли добродійність суб'єкта, вона є благом, добром, насамперед для тих, кому адресована, кого стосується і торкається. Вона облагороджує взаємини і людські душі. У тих, хто її зазнав, породжує вдячність –

прекрасне моральне почуття. А тих, хто свідомо дотримується її, робить все більш моральними і доброзичливими. Адже, згідно з відомою психологічною закономірністю, людина не лише чинить відповідно з тим, чим вона є, а й перетворюється відповідно до того, як вона чинить. Морально-психологічні перетворення добродійної людини спричиняються її вдоволенням від духовно-моральних, соціально-психологічних, соціальних надбань, які їй приносять її добродійність: повагу, авторитет, референтність, спокійну совість, усвідомлення своєї гідності та мудрості, умиротворений стан душі, нівелювання неприємних і руйнівних щодо психічного та соматичного здоров'я негативних забарвлених емоційних переживань і т. ін.

Водночас, видатний швейцарський психолог і психіатр Карл Густав Юнг (1875–1961) розповідав: «Протягом останніх тридцяти років до мене звертались по допомогу люди з усіх розвинених країн світу. Я вилікував сотні пацієнтів. Серед усіх моїх пацієнтів за тридцять п'ять років не було жодного, чиї проблеми зі здоров'ям не можна було б вирішити за допомогою релігійного світогляду. Я сміливо можу сказати, що всі вони захворіли через те, що не мали під собою того ґрунту, який в усі часи дає людям віра в Бога. Тому вони змогли вилікуватись тільки тоді, коли серцем прийняли християнське ставлення до життя». У цій розповіді йдеться не лише про християнську мораль любові, альтруїзму й добродійності, а насамперед про віру в існування Бога, в Його любов до людей і в турботу про нас, що є запорукою і потужним чинником психічного та соматичного здоров'я суб'єкта такої віри.

Психологічні аспекти віри в Бога – головний предмет досліджень психології релігії та екзистенційної психології.

### ***17.3. Основна проблема людини у екзистенціалізмі та в екзистенційній психології***

***Екзистенціалізм*** (лат. *ex(s)istentia* – існування) – потужний напрям філософії, який стоїть на тому, що справжнім та істинним буттям у нашому світі є переживання суб'єкта (суб'єктні). Мовляв, сутність буття полягає у переживаннях суб'єктом свого «буття-у-світі». Отже, правдиве буття для кожного суб'єкта – це не «Воно», а «Ти сам», а ставлення до буття – це ставлення до себе та до інших людей, тому що вони, як і ти, є суб'єктами переживань, тобто, правдивим та істинним

буттям. Переживання й ставлення – це психологічні феномени. Тобто, проблематика екзистенціалізму полягає у людській психології.

Відтак, на ідейно-концептуальній основі екзистенціалізму виникла і розвинулась екзистенційна психологія.

**Екзистенційна психологія** – напрямок вершинної психології, представники якого вивчають проблеми: смислу життя людини; віри в Бога; свободи, відповідальності та екзистенційного вибору особистості; любові; самотності; взаємин. Екзистенційно-психологічну проблематику плідно досліджували: В. Джемс, К.-Г. Юнг, Е. Фромм, В. Е. Франкл, А. Х. Маслоу, К.-Р. Роджерс, Л. Бінсвангер, Дж. Бугенталь, Р. Мей, П. Тіліх та ін..

Філософи-екзистенціалісти зосередились на фруструючих переживаннях безнадії, безвиході, приреченості, детермінованих природою людини та її становищем у світі. Так, один із засновників екзистенціалізму, відомий німецький філософ Мартін Гайдеггер (1889–1976) стояв на тому, що найбільш природним та істотним, головним переживанням людини є тривога, зумовлена усвідомленням неминучості своєї смерті. Вкинута у світ (народжена) незалежно від її згоди, людина так само незалежно від її згоди і невідворотно буде викинута з нього – помре, притім, невідомо коли і як. Людина живе мріями, сподіваннями на майбутні блага, на завтрашнє щастя, хоче прискорити перебіг часу на шляху до них, поки не збагне, що час неухильно наближає її до старості й смерті. Співвідносячи себе з часом, вона з жахаючим подивом усвідомлює, що посідає в ньому місце з суворо визначеними початком і кінцем, що беззастережно, остаточно й безапеляційно належить часу – своєму наймогутнішому ворогу, тому що він невблаганно скорочує її життя. Виразне усвідомлення цих сумних фактів не лише жахає, а й викликає питання: Чи має смисл людське життя, чи не абсурдне воно? Заради чого людина має напружуватись, докладати зусиль, мордуватись, страждати, якщо в усіх людей один фінал – смерть? Притім, врешті-решт, рано чи пізно загине все, що дороге, цінне, значуще: кохані, любими і любиме, цілком вірогідно, що й природа, цивілізація, культура, сама планета Земля...

**Абсурд** (лат. *absurdus* – немилозвучний, безглуздий) – те, що не має сенсу, безглуздя, нісенітниця, «дурня».

Змістовно й дошкульно розгорнув проблему абсурдності людського життя видатний французький письменник і філософ

Альбер Камю (1913–1960). У його інтерпретації вона постає як нездоланна суперечність між прагненням людини нескінченної приналежності до світу і родинності з ним, що дало б їй ясне розуміння високого смислу свого існування, та усвідомленням неминучості смерті, відчуженості від світу, його байдужості до неї, тобто, своєї непотрібності, неприкаяності, нікчемності й жалюгідності. «Якби ж людина могла переконатись, що Всесвіт здатен любити її, – писав А. Камю, – якби мислення людини відкрило у мінливих контурах феноменів вічні співвідношення, до яких зводились би ці феномени, а самі співвідношення резюмувались би якимось єдиним принципом, то її земне життя було б щасливим попри всі її муки й страждання.» Але людині не дано задовольнити це прагнення. «Єдиною осмисленою історією людського мислення є історія покаянь та зізнань у власному безсиллі, які слідували одне за одним. <...> За допомогою науки можна вловлювати і перераховувати феномени, анітрохи не наближаючись цим до розуміння світу. Моє знання світу не помножитья, навіть якщо мені вдасться обмацати всі його потаємні звивини.» Тобто, прагнення людини знайти оптимістичну відповідь щодо смислу життя або хоча б знати правду про нього, нехай і жахливу, завжди нашттовхується на «непробивну» стіну, що лиш посилює переживання абсурдності існування людства і кожної людини.

Осмислюючи абсурдність свого існування, суб'єкт, врешті-решт, потрапляє у якийсь моторошний чужий світ – усвідомлює і почуває цілковиту незалежність від нього і байдужість щодо нього кожної речі, усіх предметів і явищ, безумовне неприйняття людини природою, навіть, здавалось, «рідною», відтак переконується, що у його світі немає нічого співчутливо й турботливо спорідненого з людським, а тим паче, з його особистісним. Принадна краса природи не належить людям, а є лиш їхньою проекцією в неї свого очікування лагідного прихістку. А самі люди, здебільшого, заклопотані виключно собою, меркантильно-егоїстичні, дріб'язкові, метушливі, не здатні на справжню любов і співчуття і не варті їх та ще й тупі. Навіть з власного фотопортрета і з дзеркала дивиться якийсь до болю знайомий, але насправді, чужий, в чомусь незбагненному важливому – зовсім незнайомий суб'єкт.

А. Камю дивувався з того, що люди живуть так, ніби ніхто нічого не знає про неминучий кінець. Він пояснював це відсутністю досвіду смерті. Мовляв, людина справді знає лише

переживання власного досвіду. Досвід смерті інших не переконує, не справляє потужного шокуючого враження. Тому невблаганність смерті дійсно жахає тільки особу, охоплену глибоким розумінням та переживанням абсурдності людського існування. Така особа дуже виразно усвідомлює і почуває, що на всі піднесені розмірковування й балачки про душу смерть відповідає бездиханними тілами, у яких немає душ. Вона добре розуміє, що в світлі невідвортної приреченості людини на смерть всі людські прагнення, самообмеження, зусилля, страждання, творіння втрачають сенс.

Виразне розуміння всього цього жахіття породжує в душі суб'єкта вельми неприємний емоційний стан, який екзистенціалісти назвали «*духовною нудотою*». Основні складові «*духовної нудоти*» – *відраза і тривога, в якій виокремлюють тривогу долі й смерті і тривогу порожнечі та відсутності смислу життя.*

Термін «*доля*» вказує на *незалежність* від людини її смерті, на те, що здолати й відвернути смерть люди *не можуть*, як і втрати, руйнації (хвороби, нещасні випадки, цілеспрямоване нищення ворогами тощо), а отже, на їх *незахищеність, мізерність та нікчемність*. Отож, «*усунути базисну тривогу кінцевого буття, викликану загрозою небуття, неможливо*. Ця тривога іманентна (*лат. immanentis – невід'ємне*) самому існуванню людини.» (П. Тілліх).

Оскільки тягар «*духовної нудоти*» є результатом усвідомлення, осмислення та емоційного переживання екзистенційно-абсурдного становища людини у світі, то позбутись цього тягаря можна шляхом знищення однієї зі складових, поєднання яких це становище утворює, – або цей світ, або себе. Людина не може знищити світ, якщо не брати до уваги глобальну техногенну екологічну катастрофу і термоядерний омніцид (знищення життя на Землі). Відтак, А. Камю дійшов висновку, що існує тільки одна справді серйозна філософська проблема – самогубство, знищення суб'єктом «*духовної нудоти*» себе.

Один з ідейних натхненників екзистенціалізму, Ф. М. Достоевський у деяких своїх творах описав психологічні колізії індивідів, які доходять рішення вкоротити собі життя внаслідок усвідомлення й осмислення безнадійно-трагічно-абсурдного становища людини в земному світі. Квінтесенцію такої логіки знаходимо у мініатюрі «*Вирок*» («*Приговор*». – «*Дневник писателя*», 1876 р.), написаній як передсмертне послання. В ньому герой, якого Ф. М. Достоевський назвав «*самоубийця от скуки*»

(«самогубець від нудьги»), виносить сам собі смертний вирок через «фатальні факти людського існування». Ключовим серед цих фактів є незалежність від волі людини і неминучість її смерті – це «нуль, що загрожує завтра» кожному з нас, людей. Мовляв, усі люди будуть «помножені на нуль». Усвідомивши це, «самогубець від нудьги» стає водночас позивачем і відповідачем, суддею і підсудним. Як суддя він мав би суворо засудити ту природу, яка, попри те, що він не скоїв жодного злочину, завдає йому страждань, винесла йому вирок кари смерті без права подати апеляцію, що не залишає жодної надії на помилування, і обов'язково стратить. Але він розуміє, що не може притягнути до відповідальності природу і покарати її, щоб хоч якось покращити чи бодай «підсолодити» цим покаранням свою трагічну долю. Отож «самогубцю від нудьги», який категорично не бажає безглуздо терпіти окреслену жакливу тиранію життя, не залишається нічого іншого, крім знищення себе...

*Виникає питання: чи не з цього «гнилого болота» вплив «синій кит», чи не такого роду міркування надихали мерзотників, котрі породили цю «тварюку» (спонукання підлітків до самокалічення та самогубства через інтернет)?*

Видатний американський психолог Вільям Джемс (1842–1910) назвав таку логіку «розумовим суїцидом» (англ. *suicide* – самогубство) та інтерпретував її з позицій свого поділу людей на два типи «темпераменту» за критерієм ставлення до зла, яке є у світі: «один раз народжені» – оптимісти – і «двічі народжені» – песимісти. Мовляв, у песимістів психіка розбалансована істотною невідповідністю, неузгодженістю у їхній самосвідомості між бажаним, ідеальним щодо себе і своїм реальним станом. Мовою сучасної психологічної науки – між «Я-ідеальним» та «Я-реальним». (Див.: 18.3.). «Я-ідеальне» песиміста прагне досконалості й неухильного вдосконалення світу і себе в ньому на засадах людяної гармонійності стосунків і взаємин, що приносило б світлу втіху і живило високий сенс життя, тощо. Натомість, його «Я-реальне» знаходить у світі і в собі протилежне за змістом, негативне й згубне, яке інтегрується неминучістю старості й смерті, вбиваючи навіть зародки надії. Це стимулює екзистенційний (смісло-життєвий) песимізм і відчай, що може спонукати суб'єкта до суїциду внаслідок збігу декількох сприятливих щодо цього обставин. В. Джемс назвав такий психічний стан «хворобою розвиненого інтелекту», а відтак, дійшов висновку, що існує лиш один надійний порятунок від цієї



хвороби – досягнення «вершини свідомості», основний зміст якої – віра в існування Вищого Розуму, котрий з позицій правдивої доброзичливості, істинної і безмежної любові переймається земним світом, людством, кожною людиною, дає перспективу щасливого безсмертя душі кожного, що утворює надійну основу високого смислу життя тощо, тобто, віра в Бога. Іншим чином упоратись з екзистенційним песимізмом і відчаєм, з переживаннями «духовної нудоти» людський розум, згідно з В. Джемсом, неспроможний.

Такого самого висновку дійшла переважна більшість екзистенціалістів. До прикладу, видатний німецький філософ, психолог і психіатр Карл Ясперс (1883–1969) стверджував, що крах людського розуму, раціонального мислення у сфері екзистенційних проблем людини, врешті-решт, неминуче приводить до акту чистої віри в Бога, в Надприродне Буття.

Переконливо висловив цей висновок філософ-екзистенціаліст і письменник Лев Шестов (Шварцман) (1866–1938), який народився, виріс і почав творити в Києві: «Єдиний вихід там, де для людського розуму немає виходу. Інакше навіщо нам Бог?! До Бога звертаються по неможливе. Для можливого і людей достатньо».

Відомий датський теолог, філософ і письменник, один з ідейних попередників екзистенціалізму, Сьорен К'єркегор (1813–1855) вбачав у факті смертності людини непорушну екзистенційну основу релігії і вважав, що слід цілковито пожертвувати Богові людський інтелект, тому що тільки так здобувається віра, яка дарує віруючому тріумфальну перемогу над смертю. Якби у людей не було віри в Бога, який керує світом, переймається ними, любить їх і може подарувати кожному щасливе безсмертя, якби люди не могли бачити в основі всіх явищ нічого, крім кипіння диких сил і темних пристрастей, а в кінці свого земного шляху – тільки безодню небуття, темну порожнечу, то людське життя було б сповнене суцільним нестерпним відчаєм. Але, на щастя, є віра, здатна дати світлу й радісну надію в самому факті неминучості смерті.

А от А. Камю назвав це «принесення в жертву» віри людського розуму «Втечею від Абсурду», а те глибоке й філігранно витончене філософське осмислення абсурдності становища людини на Землі, що скеровує до віри, – «патетичним фокусництвом», а спроби надати «ірраціональній пустелі» цього становища трансцендентної (надприродної, божественної) істинності – «приниженням мислення».

## 17.4. «Втеча від Абсурду» (“Escape from Absurd”). Позиція «Всупереч Абсурду»

Могутність екзистенційного абсурду, за А. Камю, полягає у його здатності трощити душу людини духовною нудотою, а могутність людини – у її гордому протистоянні йому сам-на-сам. А захист від нього за допомогою віри в Бога лиш вуалює його, тому що визнання існування незбагненого для людського розуму Трансцендентного (Надприродного, Божественного) з метою пояснення його резонами абсурдності людського існування не пояснює її – адже неможливо раціонально пояснити ірраціональне ірраціональним.

**Раціональне** (лат. *rationalis* – розумний) – виявлене, встановлене, доведене розумом за допомогою логічного мислення; приступне для його розуміння.

**Ірраціональне** – неприступне для розуму, раціонального пізнання, алогічне, таке, що виходить за межі логіки розуму, суперечить їй.

Мовляв, справді шляхетний, мужній, сміливий, ясний і критичний людський розум, що збагнув екзистенційний абсурд, не ховає його ірраціональність за іншим ірраціональним, не бажає шукати надію шляхом обдурювання самого себе і тому мусить прийняти світ, у якому немає надії. Тобто, суб’єкт з таким «абсурдним розумом» (А. Камю) не знає, чи має цей світ і людина в ньому якийсь високий смисл існування, визнає, що не здатен збагнути це, що достовірно знає лиш своє бажання мати такий екзистенційний смисл, який гармонійно з’єднав би його зі світом, і свою нездатність здійснити це бажання. Відтак, він змушений прийняти пекло людського життя як своє єдине царство, але не покірливо схиливши голову, а піднявши шляхетний бунт.

У бунті суб’єкта з «абсурдним розумом» немає жодної стратегічної екзистенційної мети, тому що в нього немає жодної надії щодо уможливлення зрозумілого й прийняттого для нього вирішення основних проблем людського буття. Але в цій безнадійності відсутні забитість, рабська покірливість і сумирність. Його бунт – це вільний, гордий і високий злет людського духу, здатного витримати фруструючий жах духовної нудоти, не тікати від неї у втішний, заколисуючий самообман «екзальтованої релігійної лірики», не прикрашати його «трояндами релігійних ілюзій», а мужньо прийняти

екзистенційний абсурд і презирливо сміятись йому в обличчя. У здатності до такого бунту – нездоланна, непереможна могутність «абсурдного розуму» людини, попри всю його обмеженість і слабкість.

Воднораз, А. Камю солідаризувався з М. Гайдеггером, який підкреслював, що не намагається розв'язати проблему існування Бога і навіть ніколи не торкається її, тому що людський розум неспроможний зробити це, а відтак, неодноразово зауважував, що у неупереджено-критичного людського розуму немає жодних вагомих підстав для заперечення існування Бога, Його любові до людей і турботи про них, про земне буття, і припускав, що, можливо, Бог відкриється людям тоді, коли їхня совість утвердить у їхніх душах, взаєминах і суспільних стосунках доброзичливість, добропорядність, добробчинність, інтегральним довершенням яких стане святість.

Але поки цього немає, суб'єкт з абсурдним розумом приймає пекло людського життя як єдину для людини можливість бути (як своє «єдине царство»). Це загострює його відчуття, пристрасті, почуття, з'являється виразне, п'янке почування краси й поезії, форм і барв, палкий порив до всього того прекрасного, заради чого, на думку Ф. Ніцше, варто жити на землі, що приносить високу насолоду: до мужності, мистецтва, музики, танцю, розуму, духу, – усього креативного, витонченого, божевільного, божественного. А. Камю додав до цього ще й голос плоті, ніжність, творчість, благородство, шляхетність. Сповнюючи цим своє життя, суб'єкт з «абсурдним розумом» кидає гордий і мужній бунтівний виклик ірраціональному, байдужому та ворожому щодо нього світу. Мовляв, немає нічого більш величного й прекрасного, ніж такий бунт людини проти непідвладних їй злих сил, котрі безжально й невідворотно руйнують і знищують її.

Довершене символічно-образне втілення життєвої позиції «Всупереч Абсурду» А. Камю вбачав у Міфі про Сізіфа, зокрема, писав: «Боги винесли Сізіфу вирок нескінченно піднімати величезну каменюку на вершину гори, звідки вона одразу скочується вниз. У них були підстави вважати, що немає кари більш жахливої, ніж безнадійна праця без жодної користі. <...> Ми можемо уявити напружене тіло, яке з усіх сил пре здоровенну брилу схилом угору, спотворене судою обличчя, притиснуту до каменя щоку, плече, що утримує покритий глиною тягар, ноги, які оступаються, брудні напружені руки. В результаті колосальних

тривалих зусиль у просторі без неба, у часі без початку й кінця Сізіф досягає мети. Він дивиться, як за лічені миті камінь скочується до підніжжя гори, звідки його знову доведеться піднімати на вершину, і йде вниз. Сізіф цікавить мене протягом цієї паузи. Його виснажене обличчя ледь відрізняється від каменя! Важким, але рівним кроком він сходить до нескінченних страждань. У цей час разом з диханням до нього повертається свідомість, невідворотна, як його біда. І кожної миті цього шляху у логово богів він вищий за свою долю. Він твердіший, ніж його камінь. <...> Ясність бачення, що мала б бути його мукою, перетворюється на його перемогу. Немає долі, яку б не здолало презирство. <...> Сізіф учить вищій вірності, котра відкидає богів і рухає каміння. Він, як і старий сліпий Едіп, вважає, що все добре. Цей всесвіт, позбавлений володаря, не здається йому ні безплідним, ні жалюгідним. Кожна крупиця каменя, кожний відблиск руди на опівнічній горі є для нього цілим світом. Самої лиш боротьби за вершину достатньо, щоб заповнити серце людини. Сізіфа слід уявляти собі щасливим.»

З цих позицій А. Камю рішуче заперечив «філософське самогубство». Він саркастично кепкував з тих мудрагелів, котрі схвально теревенили щодо цього акту, зокрема зауважив: «Філософські теорії слід порівнювати з поведінкою суб'єктів, які їх проповідують. Серед тих «інтелектуалів», що відмовляли життю у смислі, ніхто, крім літературного героя Кириллова, Перегріна з легенди і Жака Лек'є, котрий перевіряв гіпотезу, не перебував у такій злагоді з власною логікою, щоб вкоротити собі життя. Жартуючи, часто посилаються на Шопенгауера, який прославляв самогубство за пишною трапезою.»

Понад це, на думку автора цього підручника, «філософське самогубство», обґрунтоване логікою «розумового суїциду», не є і не може бути дійсно вільним актом, виявом правдивої, істинної свободи. Здійснюючи його, людина всього лиш *сама наближає* свою неминучу смерть. Це означає, що воно було б таким актом, якби суб'єкт мав реальну можливість обрати як альтернативу нескінченність, безсмертя. Тому претензії людини на правдиву свободу екзистенційного вибору у акті «розумового суїциду» – безпідставні й жалюгідні. Відтак, цей акт не є і не може бути єдиною справді серйозною філософською проблемою, як стверджував А. Камю.

Можна заперечувати, що йдеться про те, що «розумовий суїцид» рятує суб'єкта від безглузвих страждань «духовної

нудоти». Мовляв, більше не можу і не хочу терпіти цю муку – це мій вільний екзистенційний вибір, рішучий акт моєї свободи. Але, напевне, що страждання «духовної нудоти» не сягають рівня нестерпного душевного болю, який, згідно з видатним американським суїцидологом А. Шнейдеманом, є вирішально-визначальним чинником непатологічного самогубства. Про це переконливо свідчить наведене вище саркастичне кепкування А. Камю з апологетів «розумового суїциду». Воднораз, автор цього підручника на основі свого досвіду надання екзистенційно-психологічної допомоги припускає, що негативну емоційну напругу «духовної нудоти» навіть найбільш зятягих «бунтарів без віри й надії» суттєво знижують не так радості земного життя і гордість від свого «мужнього, величного і прекрасного бунту», як латентна надія, що і Бог є, і життя має якийсь високий смисл, і т. ін., адже надія вмирає останньою...

Понад це, свідомий вибір «бунту без віри й надії», на нашу думку, вимагає специфічних мазохістських почувань. Адже «бунтуючий суб'єкт з абсурдним розумом» черпає наснагу до життєвих принад, боротьби, творчості у «духовній нудоті», у відчаї екзистенційної фрустрації. Щоб страждання такої фрустрації стали життєвою наснагою (вітальною силою), вони, напевне, мають бути своєрідною «насолодою від болю». А це і є специфічний мазохістський прояв. Напевне, що таких «мазохістів» порівняно небагато.

Отож, якщо віра в Бога рятує людину (не «бунтівника-мазохіста») від душевних страждань, зумовлених усвідомленням і переживанням неминучості смерті, то це – незаперечна вагома підстава констатувати її психорегулятивну (психопрофілактичну, психокорекційну, психотерапевтичну) потужність і значущість.

### ***17.5. Психорегулятивний аспект віри в Бога***

Крім «Втечі від Абсурду», специфічно-мазохістського «бунту без віри й надії», та «розумового суїциду» (самогубства від «духовної нудоти»), існує ще одна екзистенційна життєва позиція, яку можна назвати помірковано-гедоністичною (*грец. hēdonē – вдоволення, насолода*) Основний психологічний зміст цієї позиції виразно постає у стародавньо-грецькій життєвій мудрості: «Коли є я – смерті немає; коли є смерть – мене немає». Тобто, суб'єкт не

переймається тим, що колись він не житиме, тому що тоді не знатиме, не буде усвідомлювати, що його вже немає, що він помер, як людина, що спить, не знає, не усвідомлює, що вона спить, тобто, «відключена» сном від світу. Відтак, він намагається уповні насолодитись тими принадами, які є в нашому земному житті, всім тим, що його тішить, захоплює, вабить, і «не заморочується» тим, що колись усього цього в нього не буде, як і його самого – його це не лякає, бо він знає, що тоді про це, як і про все інше, нічогосінько не знатиме, отже, ніщо не мордуватиме його.

Як показує досвід спілкування з особами, налаштованими таким помірковано-гедоністичним чином, у них, здебільшого, немає достатньо потужних спонук самоорганізації, саморегуляції, автентично-особистісної ідентифікації тощо – вони, зазвичай, почуваються в цьому світі «вимушеними здивованими туристами», як висловився один інтелектуал з таких індивідів. Воднораз, жоден з них не сказав, що не бажав би щиро повірити в Бога, щоб мати екзистенційний над-смісл життя і т. ін., навпаки, вони більш чи менш усвідомлено та інтенсивно прагнуть такого «душевного затишку».

Кожна особа, рівень *IQ* якої дозволяє їй збагнути основну екзистенційну проблему людини, і з нормальною психікою, не обтяженою психопатіями, садистсько-мазохістськими комплексами, патологічною зловтіхою, жорстокістю, агресивністю, захланністю тощо, щиро хоче розумних, справедливих, доброзичливих стосунків, добросердних, приязних, людських взаємин в усіх сферах свого життя. Прагнення уникнути цинізму, аморальності, ворожнечі, агресивності, необхідності коїти злочини, конформістської покірливості, приниженості, знущань і т. ін. приводить багатьох людей до релігії, до релігійних духовних цінностей, до «душевного затишку» віри в Бога. Саме у вірі в Бога чимало з нас знаходять втіху, релаксацію, душевний спокій і духовне піднесення, добросердне розчулення й почування гідності, автентичне духовно-моральне «Я» і доброзичливі, приязні взаємини, естетичні переживання краси та досконалості, які є в світі і в людині, що сукупно створює стан високої і світлої радості буття, сповненої екзистенційною надією, що наше земне життя має високий смисл і *може бути* «ключиком», який відкриє двері Царства Божого...

Згідно з результатами досліджень західних вчених, екзистенційну мотивацію віри в Бога стимулюють тривожні реалії сучасного світу, які істотно знижують його надійність, насамперед

і головним чином: реальна можливість нищівних космічно-геологічних руйнацій (виверження надпотужних вулканів, падіння великих метеоритів тощо); реальна загроза самознищення людства у термоядерній війні та глобальна екологічна криза, яка вже вочевидь переростає у глобальну екологічну катастрофу, що цілком вірогідно завершиться омніцидом (загибеллю життя на Землі); політичні кризи й техногенні руйнації планетарного масштабу.

Психологічне коріння цього сумного стану – у європейській ментальності та культурі Ренесансу і Нового часу. Чимало потужних мислителів тих часів були впевнені у безмежних можливостях людського розуму щодо його спроможності організувати створення ідеальних умов для всебічного гармонійного розвитку і досконалого в усіх вимірах життя людини на Землі, проголошували, що люди спроможні й повинні пізнавати доглибні причини та приховані потуги, потенціал усіх предметів і явищ з метою розширення й посилення своєї влади над природою аж до остаточного підкорення її та досягнення цим шляхом величезної, а то й безмежної могутності (Р. Декарт, Ф. Бекон та ін.), що людина – володар природи, для якого не існує жодних обмежень щодо використання її для задоволення своїх потреб, в ідеалі – людина має цілковито підкорити собі природу, зробити з неї свою майстерню, добитись цілковитої незалежності не лише від її законів, а й від усіх тих, котрі не вона сама собі встановила (П. Гольбах, Й. Фіхте) і т. ін. і т. п.. Саме тоді з'явилося бісівське кредо "*Nes Deos interset*" – «Бог нехай не втручається».

Ця завищена самооцінка, «манія величності» людського розуму спричинила грандіозну руйнівну подію у сфері духовності в другій половині XIX–на початку XX століть, яку назвали «Смерть Бога». Це – криза релігійної віри, що виявилась у помітному поширенні атеїзму (*грец. а – не, ні, заперечення і theos – бог, буквально – безбожжя*) – заперечення існування Бога, скептичного, а подекуди й ворожого ставлення до релігії тощо.

Теоретичні засади «вбивства Бога» створили деякі з серйозних мислителів тих часів, котрі намагались «ліквідувати» Його шляхом «викриття облудності релігії». Так, відомий німецький філософ Людвіг Андреас Фейєрбах (1804–1872) дійшов висновку, що Бог є лише фантазійною компенсацією жадоби щастя, прекрасних і приємних почуттів, яку люди не можуть задовольнити реально. Ця позиція виразно постає у такій цитаті з його творів: «Релігія – це не лише справа почуттів, а й справа потреби, бажання, прагнення

людини усувати неприємні почуття і створювати собі приємні, одержувати те, чого у неї немає, але що їй дуже хочеться мати, та ліквідувати те, що вона має, але не хоче мати, до прикладу, цю біду чи цей недолік. Коротко кажучи, релігія – це фантазійний вияв прагнення людини звільнитись від бід, які у неї є або яких вона побоюється, і одержувати те добро, якого бажає, однак, не має, тобто, релігія – це вияв прагнення щастя.» Що ж, загалом з цим міркуванням не можна не погодитись. *Але воно аж ніяк не свідчить і жодним чином не переконує, що Бога немає, а віра в Нього – суцільна облуда!*

Спираючись на «атеїстичні викриття» Л. Фейербаха, сумно відомий німецький філософ Карл Маркс (1818–1883) став на тому, що віра в Бога – це ілюзійна (*лат. illusio – помилка, омана*) гіперкомпенсація безсилля людей перед нищівними щодо них силами природи та експлуаторськими суспільними потугами, образно назвав її «опій для народу». Мовляв, релігія – це засіб задурювання та відволікання експлуатованих класів від революційної боротьби за соціальну справедливість, що має завершитись побудовою комунізму. Що ж, сатанинські жахіття цієї «розбудови» дотепер вельми відчутні в усьому світі.

Скандально відомий німецький філософ Фрідріх Ніцше (1844–1900) стверджував, що віра в Бога «калічить» психіку людей, підриваючи «мораллю слабких» (християнською) їхню здорову волю до життя, влади, панування, боротьби за все це будь-якими засобами за принципом «мета виправдовує засоби». Мовляв, право сильного – зневажати й знищувати слабких, не беручи до уваги підтримувані ними задля самозахисту релігійні моральні принципи добropорядності й добродійності, любові й непротивлення злу насильством, тощо.

За Зігмундом Фройдом, релігія та її психологічна основа – віра в Бога – це колективний невроз і шкідлива ілюзія, тому що діти некритично засвоюють «релігійні нісенітниці й неадаптності» під авторитарним тиском страху жорстоких покарань «доброго боженьки», що відчутно гальмує розвиток розуму – продуктивного інтелекту й мислення. Мовляв, не варто очікувати від людини конструктивного, креативно-ефективного мислення, навіть просто здорового глузду, якщо її розум в процесі становлення зазнав жорсткого пресингу навіювання безглуздих нісенітниць, на яких лежить суворе табу (*полінез. – заборона*) критичного осмислення їх змісту, що, своєю чергою, тримається на залякуванні жорстокими карами.



Однак, ці шкідливі нісенітниці, ці ілюзії та самообман активно підтримуються пануючими й правлячими колами суспільства, тому що релігія виконує функцію потужної віртуальної компенсації невротизуючих психіку страждань від утисків, обмежень і заборон, яких зазнає від суспільних інституцій абсолютна більшість людей, а пригнічення могутніх потягів *Libido* й *Tanatos* – всі люди. Віра в Бога – ілюзійна, фантазійна компенсація усього цього та іншого негативу, яким сповнене людське життя, і протидія його деструктивному впливу на психіку, а відтак, на стосунки і взаємини. (Див.: № 37. 9.4.) у списку літ-пу).

Було чимало інших, менш розумних та освічених, а та й просто дурнувятих критиків релігії, яким здавалось, що ось-ось, і вони здійснять заклик Вольтера «добити гадину». Але, як сказав стосовно себе Марк Твен: «Чутки про мою смерть сильно перебільшені»...

Життя показало, що ренесансно-просвітницький оптимізм щодо людського розуму та його найдужчого знаряддя – науки – був, м'яко кажучи, гіперболізацією (перебільшенням). Стимульована ним «Смерть Бога» обернулась тотальною кризою духовності й моральності, виразними проявами якої наприкінці ХІХ – у ХХ ст., згідно з висновками потужних західних мислителів, були: егоїзм, меркантилізм, корисливість у ціннісних орієнтаціях індивідів та груп, планетарна епідемія всепоглинаючого прагнення швидкої і легкої наживи, матеріальної вигоди, аморальність, легковажність, бездумність, екзистенційна безвідповідальність – суб'єкт навіть не замислюється про можливі близькі та віддалені наслідки своїх утилітарно мотивованих вчинків, дій, поведінки, діяльності для природи й суспільства.

Особистісна досконалість і на сьогоднішній день визначається й вимірюється, насамперед і головним чином, фінансовими та соціальними маркерами успішної кар'єри в бізнесі, політиці, юриспруденції, медицині і т. ін., що відкриває широкі можливості для споживання матеріальних благ, для плотських розваг і насолод. Суб'єкти, зорієнтовані на таку «досконалість», все оцінюють, розраховують планують з позицій власної «здобичі» – прибутку, збагачення, вигоди. Поза власною вигодою ніщо, жодні «високі матерії» (релігійні, моральні, світоглядні, ідеологічні, правові, політичні, соціальні, художньо-естетичні), майбутнє світу, людства, своєї нації, неформальні, безкорисливі, засновані на взаємній альтруїстичній приязні, стосунки між людьми не мають

для них самостійної цінності, не ваблять їх. Вони самовпевнені, свято вірять у непохитну правильність своєї життєвої позиції, у свою вищість, елітарність. «Бездушні професіонали, безсердечні любителі легкого життя, і ці нікчеми вважають, що вони досягли найвищого рівня людського розвитку!», – саркастично кинув у бік таких персон відомий німецький філософ-гуманіст Макс Вебер (1864–1920). (Порівняймо з «базовою особистістю» сучасного демократичного суспільства і «гонитвою за ідолами» за Е. Фроммом – див.: 16.2.1.; 16.2.2.).

На сьогоднішній день вся ця нищість і негідь виразно виявляється у спробах захланних бізнесменів розвинених країн спонукати свої уряди зняти санкції зі злочинної Московії, тому що вони втрачають великі прибутки, задля яких ці духовно-моральні потвори живуть і готові на будь-які паскудства.

Сатанинськи спокусливий висновок, який шокує «смакували» бездушні й безсердечні літературні герої Ф. М. Достоєвського: «Бога немає, отже, все дозволено...», – розв'язав зло в душах людей, що вихлюпнулося аморалізмом, злочинністю, нерідко, вкрай жорстокою, зокрема й на рівні державної політики. Досить згадати неймовірно жадливі, пекельні широкомасштабні злочини КПСС в колишньому СРСР та інших країнах, яка проголосила і гвалтівними методами насаджувала «науковий атеїзм».

«Смерть Людини» – так західні дослідники назвали ці руйнівні наслідки «Смерті Бога» щодо високого, духовного, морального, людського, божого в людських душах.

«Мертві люди» – суб'єкти з окресленими духовно-моральними аномаліями – відповідно ставляться до природи Землі, до її ресурсів – нещадно-хижацьки. Це виснажило й забруднило нашу планету до рівня кризового стану, що реально загрожує перерости в глобальну катастрофу й омніцид (загибель всього живого). Зброя масового знищення в руках таких «мертвих» суб'єктів – реальна загроза термоядерного апокаліпсису. Висловлюються доволі вагомо обґрунтовані припущення, що помітне наростання істотного збільшення і в кількісному, і в якісному вимірах різних природних катаклізмів – наслідки застосування супер-секретної «природно-кліматичної» зброї...

Воднораз, існуванню людства загрожує не лише його власна аморальна, тупа й недалекоглядна, деструктивна виробничо-споживацька і військово-загарбницька метушня, а й активність

Сонця, що зростає, великі метеорити, які можуть впасти на суходіл чи в океан, потужні вулканічні виверження, а відтак, величезні цунамі, котрі якимось чином визрівають в надрах Землі. Вчені довели реальність цих грізних загроз, однак люди за допомогою своєї науки й техніки неспроможні, нездатні не те що відвернути, а й хоч якось пояснити їх природу.

З цих дуже стисло викладених деструктивних реалій і трагічних перспектив людства можна зробити, щонайменше, два скеровані на його порятунок висновки:

1. Якщо людство протягом відносно нетривалого часу не покладе в основу свого буття високі духовно-моральні цінності де-факто, а не лише де-юре, то воно знищить себе утилітарно-хижацьким використанням сучасних надпотужних технологій і/або зброї масового знищення.

2. Якщо Вища Сила, Бог не відверне прогнозовані науковцями космічні та планетарні катаклізми, вони знищать земну цивілізацію.

Є вагомі підстави вважати ці висновки не утопічними і не фантазмагорійними. По-перше, суспільні стосунки у розвинених демократичних країнах світу і тих, що впевнено йдуть шляхом прогресу, базуються на реальному верховенстві права, в основі якого лежать Права Людини – юридична іпостась гуманістичної парадигми філософії, ідеології та політики. А коріння модерного гуманізму – християнська мораль любові. Це живить надію щодо відчутного піднесення духовності, моральності, людяності особистості, а відтак, людських взаємин і суспільних стосунків.

По-друге, в нашому світі і у психіці людини – безліч чудес і таємниць, про які постійно розповідають мас-медіа. На відміну від А. Камю, ясний, сміливий і критичний розум якого не міг знайти переконливих для нього свідчень існування Бога, відомий український психолог Володимир Андрійович Роменець (1926–1998) наголошував, що для його розуму правдивість релігійного вчення цілком переконливо засвідчують *чудеса*. Принаймні значну частину з них наука не може «ущучити» і викрити як свідомі чи несвідомі фальсифікації або хоч якось пояснити їх зі своїх позицій. Чимало з них з'являються в тому вигляді і мають той зміст, які ми приписуємо Трансцендентному, Богу і тим, хто біля Нього. До прикладу, згадаємо *чудо, котре являє себе закономірно – Благодатний вогонь*, який щороку, але не в той самий день, а в той, на який випадає Пасха, матеріалізується з якоїсь таємничої

інстанції у Святій Кугуклії в Єрусалимі і має надзвичайні властивості. Згадаємо ще й перебування прекрасної жінки, за всіма ознаками схожої на Діву Марію, на бані коптського християнського храму у Зейналі, пригороді Каїру. Її бачили сотні тисяч людей, християн і мусульман, протягом місяця у квітні-травні 1968 року, в якому людство постало перед загрозою серйозних суспільно-політичних катаклізмів. Образ цієї жінки був настільки реалістичний, що араб-мусульманин, який одним з перших побачив її, схвилювано вигукнув: «Леді, дуже прошу вас, не стрибайте!» Варто згадати й інші святі місця Богоявлення Діви Марії: Зарваницю, Лурд, Почаїв, Фатіму та ін..

Вже ніхто не наважується ґрунтовно заперечувати, що якісь сили постійно відвертають планетарні катастрофи на Землі, запобігають їм. Досить згадати, що згідно з розрахунками вчених, наслідки Чорнобильської трагедії мали би бути значно більш руйнівними. Яким чином вони зменшились на декілька порядків – невідомо. Тисячі людей в Сибіру та інших місцях планети бачили дивовижні капеули, які підхоплюють, затримують і руйнують великі метеорити. Пояснити це й подібне людський розум неспроможний. Ці та багато інших чудес, Богоявлень – гуманістичні, тому що вони стимулюють оптимістичну віру у високий смисл життя людини та існування земної цивілізації: людство не сам-на-сам з нищівними природними й техногенними загрозами; хтось Всемогутній переймається нами і захищає нас і, вельми вірогідно, захищатиме в майбутньому, якщо ми будемо гідні Його піклування, *будемо вірити, надіятись і любити, дієво прагнути ідеалу святості шляхом утвердження у наших стосунках і взаєминах людяності – доброзичливості, добропорядності, доброчинності.*

Чому вчені, а відтак, політики, педагоги й психологи не приділяють таким чудесам належної уваги? Напевне, що це – послід зарозумілості ренесансного людського розуму, який вважає істиною лиш те, що він може пояснити і довести, «обмацати» власними раціонально-пізнавально-науковими засобами, бісівського *“Nes Deos interset”*. Зрозуміло, що належна увага до чудес має бути належним чином виважена й обґрунтована компетентними науковцями і священнослужителями.

Понад це, всупереч твердженню А. Камю, і досвід смерті є, притім чималий в узагальненому вимірі! Безліч дивовижних фактів засвідчують, що душа людини не гине разом зі смертю її тіла. Зокрема, накопичено величезні стоси записаних розповідей людей

про те, що відбувалось з ними у стані клінічної смерті. Чимало з тих, хто побував у цьому стані, розповідають про політ «тунелем» в неймовірно гарне середовище і зустріч там з божественно прекрасною особою чоловічої або, частіше, жіночої статі, які не називали себе, але всіма, хто пережив таке, переважно асоціювались або з Ісусом Христом, або з Магіркою Божою, про надзвичайно приємний стан, який охоплював у цей час, і т. ін. *(Автор цього підручника має можливість постійно спілкуватись з шістьма особами з таким цікавим індивідуальним досвідом, які зовсім не бояться смерті, але й жодним чином не намагаються наблизити її.)*

Скептики стверджують, що такі враження, цілком вірогідно, є кінцевим продуктом, таким собі фінальним «випаром» мозку, який вмирає. Але виникають щонайменше два зустрічні питання-сумніви: 1. Навіщо ці випари? А відтак, звідки їх програма у мозку? 2. Чому ці «випари» дуже схожі за змістом у переважній більшості тих осіб, котрі переступили межу смерті, і чому цей зміст саме такий? 3. Яким чином вони цілковито достовірно, притім, з найдрібнішими деталями розповідають про те, що відбувалось навколо їхніх тіл і в інших місцях, нерідко дуже віддалених від того місця, у якому прилади констатували їхню клінічну смерть? Адже ці розповіді різні за змістом, *суть ситуативні*. Отже, є вагомі підстави припустити, що досвід смерті, основний зміст якого – буття душі суб'єкта поза його тілом – існує! А. Камю не писав про такі феномени. Цікаво, як пояснив би їх його гоноровий, ясний, сміливий, критичний розум?

Всупереч усім тим, хто намагався і все ще намагається «вбити Бога», хто вже поспішив констатувати Його «смерть», в сьогоденних реаліях виразно постає життєва необхідність для людства релігійної віри, як потужного чинника гуманізації, що благотворно впливає на духовно-моральний розвиток особистості й суспільства. Це те, чого нам найбільше бажає і чого найбільше хоче від нас Бог.

### **Контрольні запитання і завдання**

1. Висвітліть основний психологічний зміст понять: «духовність особистості», «моральність особистості», «екзистенційна відповідальність особистості», – та накресліть їх співвідношення.

2. В чому полягає істотна психологічна відмінність моралі від усіх інших форм нормативної регуляції?

3. Що таке совість і чому чимало відомих дослідників вважають її ірраціональною та божественною за походженням?
4. Чим сором відрізняється від совісті?
5. Що таке альтруїзм?
6. Що велить «категоричний імператив»?
7. Що таке «воля до життя» та «емотивне пізнання дійсності» за А. Швейцером?
8. Висвітліть християнське розуміння сутності добра і зла.
9. Чому Ісус Христос учив, що заповіді любові до Бога і любові до ближніх – найбільш і однаково значущі?
10. Охарактеризуйте психологічну сутність любові та основних видів цього почуття: агапе, еросу, сторге, філії.
11. Висвітліть гуманістичну сутність «розумного егоїзму» та основні психологічні аргументи на його користь.
12. Що є предметом досліджень екзистенціалізму та екзистенційної психології?
13. Що таке «екзистенційний абсурд», «екзистенційний відчай», «духовна нудота»?
14. Розкрийте основний психологічний зміст «тривоги долі й смерті» і «тривоги порожнечі та відсутності смислу життя».
15. Доведіть, що «розумовий суїцид» («філософське самогубство») не є актом дійсно вільного вибору суб'єкта, а відтак, основною проблемою філософії.
16. Охарактеризуйте «Втечу від Абсурду» та «бунт без віри і надії» за А. Камю, мазохістську складову цього «бунту».
17. Висвітліть сутність гедоністично-екзистенційної життєвої позиції особистості.
18. Що таке «Смерть Бога» і «Смерть Людини»?
19. Розкрийте сутнісний зміст психорегулятивного аспекту віри в Бога.
20. Які факти свідчать про існування Бога і Його піклування про людей?
21. Доведіть, що віра в Бога є актом духовного вибору особистості.

## Розділ 18.

### ХАРАКТЕР ОСОБИСТОСТІ

*Характер* (грец. *charakter* – ознака, риса, особливість від *charasso* – чеканка, відбиток) *особистості* – складне психічне утворення, основою якого є інтегрована у сфері її спрямованості ієрархізована система ставлень та вольові властивості.

#### 18.1. З історії тлумачень поняття «характер»

Напевне, що термін «характер» ввів у науковий обіг стародавньо-грецький філософ *Теофраст* або *Феофраст* (біля 370–287 р.р. до н. е.). В одному з тих небагатьох фрагментів його творів, що вціліли і дійшли до наших днів, «*Моральні характери*» він талановито описав 30 характерологічних типів осіб, поведження яких так чи інак відхилялось від тих моральних принципів і норм, яких мали дотримуватись добропорядні громадяни Еллади. Тому вважається, що Теофраст відносив до характеру лиш моральні та аморальні властивості особи.

Так само трактував основний зміст характеру відомий французький письменник-мораліст *Жан Лабрюйєр* (1645–1696), який у своїй знаменитій книзі «*Характери Теофраста – переклад з грецької, доповнений характерами і норовами цього століття*» змістовно охарактеризував чимало моральних і аморальних властивостей особистості. Ж. Лабрюйєр вважав, що вирішально-визначальну роль у формуванні характеру грають соціальні чинники.

Відомий англійський психолог *Олександр Бен* (1818–1903) відносив до характеру інтелектуальні, емоційні та вольові властивості особистості.

Відомий французький психолог *Теодюль Арман Рібо* (1839–1916) вважав складовими характеру почуття і волю.

Відомий російський педагог і психолог *Петро Францевич Лесгафт* (1837–1909) – лиш волю.

Відомий німецький психолог *Вільям Штерн* (1871–1938) – ставлення до світу і до себе.

Найбільш вагомо й переконливо тлумачив характер особистості відомий український психолог *Олександр Федорович Лазурський* (1874–1917), який вбачав основні, базові

функціональні структури цього складного утворення психіки особистості у системі її ставлень до себе, зокрема, до свого характеру та до кожної з його рис, і до світу та вольові властивості. На сьогоднішній день жоден з вітчизняних і зарубіжних дослідників характеру, принаймні, не заперечує це трактування; чимало з них намагались і намагаються розвинути, поглибити, поточнити його. (*Про ставлення як істотну складову свідомості людини – див.: 2.4.*)

## **18.2. Основний психологічний зміст характеру особистості**

У кожній розвиненій мові налічується дуже багато епітетів, якими характеризують особистість. Змістом багатьох з них є властивості темпераменту, складових пізнавальної сфери психіки (інтелекту, уваги, сприймання, мислення, пам'яті та ін.), конституції (будови тіла). До прикладу: вразливий, запальний, сумовитий, комунікабельний, балакучий, моторний (рухливий), кмітливий, дотепний, винахідливий (меткий), хитрий, уважний, спостережливий, пильний, миршавий, дебелий. В цих характеристиках немає ні ставлень, ні вольових властивостей.

Інші можуть містити у різних сполученнях та пропорціях ставлення, темпераментальні й вольові властивості, особливості когнітивних (пізнавальних) процесів суб'єкта. Скажімо, стриманий, виважений, допитливий, розсудливий, гнучкий, боязкий (полохливий), сміливий, довірливий, конформний, ініціативний, послідовний, працьовитий, ледачий, відлюдько, оптиміст/песиміст/реаліст, агресивний, поміркований, мирний, педантичний, прискіпливий.

А ось низка рис, у яких виразно домінує ставлення: доброзичливий, мізантроп (*грец. *misanthropos** – *людиноненависник*), ретельний, впевнений в собі, безвідповідальний, старанний, сумлінний, економний, корисливий, захланний, неохайний, гламурний, байдужий, альтруїстичний, негуманний, людяний, добродійний, підступний, порядний, шляхетний, делікатний, невдячний, брутальний, пихатий, брехливий, скромний, терпимий, вимогливий.

Ставлення, як істотна складова свідомості та характеру особистості, є елементом (невід'ємною складовою) і



спрямовуючим фактором процесу мотивації – усвідомлені ставлення скеровують суб'єкта у визначенні значущості для нього (ієрархізації) та виборі цілей, сфер, напрямів, способів і засобів своєї діяльності та поведінки тощо. Нагадаємо, що змістовою (концептуальною) матрицею мотивації суб'єкта (спонук дієвості: потреб, бажань і небажань, прагнень, мотивів і т. ін.) є його спрямованість (ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра). Відповідно до змісту своєї спрямованості особа визначає для себе стратегічні життєві цінності, цілі, пріоритети, бажане й небажане, потрібне їй і непотрібне, припустиме й неприпустиме, а відтак, культивує або гальмує відповідні мотиваційні спонуки тощо. Отже, можна сказати, що спрямованість – це змістова матриця ставлень, як базової структури характеру особистості, посередництвом яких формується і функціонує її мотивація.

А це – вольові якості: наполегливий, цілеспрямований, терплячий, витриманий, стриманий, рішучий, дисциплінований, організований, відважний, мужній, незламний.

Зміст наведених характеристик переконливо свідчить, що *властивості власне характеру (ставлення й вольові) формуються і функціонують під вирішально-визначальним впливом соціальних та духовних чинників (виховання й самовиховання). Водночас, чимало властивостей та особливостей психіки: темпераменту, пізнавальних та емоційних процесів, тих, що корелюють з конституцією, – більшою чи меншою мірою сприятливі чи несприятливі щодо тих чи інших рис характеру, а відтак, відчутно впливають на формування та функціонування їх.* До прикладу, відповідальність, ретельність, охайність легше виховати у меланхоліка й флегматика, ніж у сангвініка; синтонний пікнік значно більше схильний до гуманності, альтруїзму та демократичності, ніж експансивний шизоїд чи соматотонік-мезоморф; у багатьох осіб з епі-радикалом формуються негативні риси епілептоїдного характеру; низький рівень інтелекту вельми сприятливий щодо конформності; і т. ін.

Вочевидь, що ставлення особистості до всіх об'єктів світу, який оточує її, вирішально-визначальним чином зумовлюється й опосередковується її ставленням до себе. А ставлення до себе – істотна складова самосвідомості та мотиваційно-динамічний стрижень Я-концепції особистості.

### 18.3. Я-концепція як складова характеру особистості

**Я-концепція особистості** (лат. *conceptus* – поняття) – це відносно сталий комплекс її знань про свої властивості, якості, риси, особливості, самооцінок кожної з них і себе в цілому та ставлень до кожної з них і до себе в цілому, що інтегрується в усвідомленні ідентичності (тотожності) самій собі.

Поняття «Я-концепція» розробили, дали йому назву і ввели у науковий обіг в 1950 році засновники гуманістичної психології Абрахам Харольд Маслоу (1908–1970) і Карл Ренсом Роджерс (1902–1987). Актуальність проблематики, пов'язаної з Я-концепцією, зумовила активні дослідження цього феномену протягом наступних двадцяти років американськими та західно-європейськими психологами. Ґрунтовним і змістовним узагальненням результатів цих досліджень є книга англійського психолога Роберта Бернса «Розвиток Я-концепції та виховання». Ця книга визнана розгорнутою концепцією «Я-концепції», в якій належним чином представлено істотні властивості цього феномена.

В процесах формування та функціонування Я-концепції виявлено два напрями – позитивний і негативний. Суб'єкт, Я-концепція якого «рухається» в негативному напрямі, не приймає себе таким, яким себе знає, розуміє, сприймає, вважає себе нездатним, неспроможним стати і бути тим і таким, ким і яким йому хотілось би, а відтак, неповноцінним, нездарою, нікчемою, невдахою, песимістично дивиться у своє майбутнє. Тому він, здебільшого, перебуває у пригніченому, депресивному емоційному стані, що є родючим психологічним ґрунтом щодо психосоматичних та невротичних розладів.

Суб'єкт, Я-концепція якого розвивається в позитивному напрямі, загалом задоволений собою, приймає себе таким, яким знає, розуміє, сприймає, впевнений у своїй повноцінності, вартісності, спроможності, здатності досягати бажаного, бути успішним. Він оптимістично налаштований, зазвичай, сповнений життєвою наснагою і перебуває у позитивно забарвленому емоційному стані.

В процесі досліджень напрямів формування та функціонування Я-концепції в її структурі було виокремлено низку складових, які інтегрує Я-реальне. *Я-реальне* – це те, що суб'єкт знає про себе, про свої властивості, якості, риси, особливості та його ставлення до них і до себе в цілому, що впливає з відповідних самооцінок.

Зауважимо, що ще до створення концепції про Я-концепцію В. Джемс змістовно описав Я-реальне і виокремив у ньому дві складові: *Я-емпіричне (грец. *empeiria* – досвід)* – знання суб'єкта про свої наявні властивості, риси, якості, особливості, його ставлення до них і до себе в цілому та самооцінка; *Я-ідеальне* – ким і яким він хотів би стати в майбутньому.

Я-реальне може бути адекватним або неадекватним (правдивим або помилковим, істинним або хибним, деформованим), тобто, суб'єкт може знати про себе те, що є насправді, а може помилятися в бік перебільшення своїх достоїнств і потенціалу загалом, в тих чи інших галузях, сферах діяльності зокрема тощо, або применшувати й недооцінювати їх.

Адекватні, відповідні реаліям знання особистості про свої властивості, риси, особливості та її ставлення до них, що впливає з самооцінки кожної з них і себе в цілому, називається *Я-реалістичне*.

Неадекватне Я-реальне в бік перебільшення називається *Я-ідеалізоване*. Його змістова основа – прикрашене, не відповідне більш скромним реаліям трактування суб'єктом своїх властивостей, якостей, рис, особливостей, переваг, достоїнств, гідності, цінності та поблажливе виправдання недоліків, що інтегровано постає у завищеній самооцінці.

*Самооцінка* особистості розглядається в таких параметрах: рівень – високий, середній, низький; адекватність – завищена, об'єктивна, занижена; безконфліктність – конфліктність (узгодженість, цілісність, гармонійність – неузгодженість, суперечливість, дисгармонійність). Рівень самооцінки суб'єкта взаємовизначальним чином пов'язаний з його *рівнем домагань* – сукупністю прагнень досягнути життєві цілі такої степені складності, котрі, на його думку, відповідають його можливостям, – та *успішністю* у просуванні до цих цілей. В. Джемс вивів формулу цієї взаємозалежності: *самооцінка дорівнює: в чисельнику – успішність, в знаменнику – рівень домагань*.

Успішність руху суб'єкта до цілей, визначених у його рівні домагань, зумовлює такі тенденції: рух загалом успішний – рівень домагань стабілізується або підвищується – суб'єкт прагне більших успіхів; немає бажаних успіхів – суб'єкт або знижує рівень домагань, або не знижує.

Якщо він не знижує свій рівень домагань через те, що не може визнати, що основною причиною його неуспішності є суб'єктний

фактор (недостатні здібності, спроможності тощо), то це, зазвичай, «вмикає» механізми психічного захисту. Адже висока самооцінка суб'єкта – комфортна, приємна, бажана й цінна для нього. Отож неуспішність, що руйнує її, породжує у його психіці афект неадекватності – доволі важкий негативно забарвлений емоційний стан, словнений пригніченістю, побоюванням остаточного краху у сфері неуспішності, тривогою за своє майбутнє, заздрістю до успішних колег тощо. Неспроможність позбутись афекту неадекватності шляхом сумирного, поміркованого зниження рівня домагань, відмови від діяльності, яка не відповідає здібностям, компенсується психічним захистом.

Механізми психічного захисту функціонують на несвідомому рівні психіки людини. (Див.: 2.5.; 10.3.4.; № 37. 9.3. – у *стиску літ-ри*). Це означає, що суб'єкти, яких ці механізми рятують від афекту неадекватності та інших важких негативно забарвлених емоційних станів, зумовлених негативним, деструктивним знанням про себе, не лише не «вмикають» їх свідомо, а й нічого не знають про їх «роботу», а здебільшого й про їх існування. Основне «завдання» психічного захисту в ситуації, яку ми розглядаємо, – зберегти високу самооцінку суб'єкта та відповідне їй Я-ідеалізоване, а відтак, його впевненість у своїй спроможності, непересічності, самоповагу тощо. Захист «переводить стрілки» – суб'єкт починає вбачати причини, витoki своїх невдач, своєї неуспішності не у власній неспроможності, недостатніх здібностях тощо, а у несприятливих зовнішніх обставинах, зазвичай вигаданих ним самим. (*«Поганому танцюристу штани заважають»*).

Зауважимо, принаймні, переважній більшості людей властиві взаємолів'язані установки (неусвідомлювані налаштування): 1) приписувати власні успіхи, досягнення, насамперед, своїм позитивним спроможностям і здатностям (здібностям, компетентності, майстерності, професіоналізму, добре продуманим зусиллям тощо), а основні причини неуспішності вбачати у несприятливих об'єктивних обставинах, зокрема, у перешкодах, які, мовляв, навмисне створюють недоброзичливці; 2) позитивно ставитись і тягнутись до тих осіб, котрі позитивно оцінюють, хвалять ті наші властивості, риси, особливості, які ми цінуємо самі, які є значущими для нас.

У тих невдах, самооцінку яких рятує психічний захист, ці установки надто, патологічно гіперболізовані (перебільшені,

інтенсифіковані) і тому викривлюють, спотворюють дійсність, реальність – суб'єкт скрізь бачить підступи, протидію «ворогів», «зздричників», будь-що вишукує аргументи на свій захист, безапеляційно виправдовує себе, гіперболізує свої дійсні й вигадані гідності, переваги, досягнення. Таку гіперболізацію називають «ефект мегаломанії» (грец. *tegalon* – величезний) та «ефект арійської крові».

Ті особи, котрі не підлаштовуються під позиції такого суб'єкта, а особливо ті, що критикують його, навіть цілком об'єктивно й заслужено, керуючись насамперед бажанням допомогти, з непробивною ригідністю сприймаються ним як упереджені вороги й недобррозичливі, капосні зздричники. Поступово формуються такі негативні риси характеру, як хвороблива підозріливість та недовірливість, невдячність, нетолерантність, ворожість, агресивність тощо. Оскільки дія об'єктивних факторів такого стану суб'єкта поступово посилюється, його відчуженість поглиблюється, психіка невротизується, що вимагає психотерапевтичної допомоги.

Встановлено, що таким невротизованим особам допомагає розвиток «позитивного мислення». Позитивне мислення ґрунтується на прагненні й здатності суб'єкта постійно шукати, знаходити та намагатись використати з максимальною ефективністю *дійсно наявний і потенційний «позитив»* у власній життєвій ситуації, у своїх розумових та фізичних задатках, здібностях, знаннях, уміннях, навичках, здатностях, спроможностях, можливостях. А відтак, втішатись знайденим позитивом та плідними результатами його використання, що, зокрема, має полегшувати тягар журби, зумовленої усвідомленням недосяжності якогось рівня домагань, щоб, врешті-решт, звести його нанівець.

Квінтесенція позитивного мислення – у відомій прохальній молитві: «Дай мені, Господи, сили змінити на краще те, що я можу змінити, дай розважливості, здорового глузду змиритися з тим, що змінити не можна, і дай мені, Господи, розуму, щоб відрізнити перше від другого». Згадаємо ще й одну з істотних відмінностей мудрого від дурня: мудрий тішиться тим, що в нього є, а дурний журиться через те, чого в нього немає. Відтак, життя першого сповнене стабільним вдоволенням, другого – постійним невдоволенням.

А до прикладу візьмемо ідеал жіночого тіла, який пропагує через засоби масової інформації модельний бізнес – худе й цибате.

Скільки дівчаток з вочевидь пікнічною та атлетичною конституцією виснажують, нищать себе фізично та психологічно суворими дієтами, не розуміючи і нерідко несвідомо намагаючись уникнути усвідомлення, що їхні мордування безперспективні, безнадійні! Ця проблема актуальна для України, оскільки чимало українців та українок – пікніки (*грец. *pyknos* – товстий, огрядний*), в чому легко переконатись посередництвом простого візуального спостереження. Отож патріотичні українські *mass-media* мають формувати в українських юнок позитивно осмислене налаштування щодо своїх тілесних принад. Ключова позиція в цій справі: репрезентативні опитування, проведені в багатьох розвинених країнах показали, що далеко не всім чоловікам подобаються худі жінки. Є чимало шанувальників пишних форм! Думається, що в Україні ці показники, принаймні, не були б нижчими, ніж у інших країнах...

Отже, жінкам варто перейматись не тим, як зробити неможливе – перетворити себе із пікнічки чи атлетички на астеничку, а тим, як зробити максимально принадою і приємною свою в принципі незмінну (бо вона зумовлена генетично) конституцію. Ключова позиція в цій справі: що занадто, те нездорово – ні надлишкова повнота, ні надмірна худорлявість.

Виразне усвідомлення суб'єктом нездійсненності чогось бажаного для нього і філософськи-розважливе примирення з цим прикрим фактом може інтегрувати таке бажане у *Я-фантазійному* (*грец. *phantasia* – уява*) – мріях про себе ідеального з самоіронічно-сумирним розумінням їх нездійсненності. На відміну від Я-ідеалізованого, Я-фантазійне не є для суб'єкта деструктивним.

Серед інших «Я», виокремлених різними дослідниками, назовмо:

*Я-динамічне* (*грец. *dynamis* – сила*) – відстежування, осмислення, розуміння, прогнозування та оцінка суб'єктом змін, які відбуваються у його внутрішньому світі, стосунках, взаєминах, соціальних статусах.

*Я-дзеркальне* – відстежування, осмислення, розуміння, прогнозування та оцінка суб'єктом ставлень до нього оточуючих: рідних, друзів, колег, начальників, підлеглих і т. ін.

*Я-демонстративне* – намагання суб'єкта створити враження в оточуючих про наявність у нього тих чи інших бажаних, позитивних, сприятливих якостей, властивостей, рис, особливостей і/або про відсутність небажаних, негативних,

несприятливих. Притім, таке бажане або небажане може бути притаманне чи непритаманне суб'єкту різною мірою – від наявності уповні до цілковитої відсутності.

#### **18.4. Воля в структурі характеру**

*Воля* – властивість людської психіки, яка виявляється в здатності суб'єкта свідомо спонукати себе докладати зусиль, спрямованих на подолання об'єктивних та суб'єктивних (небажання, лінощі, фізична втома, психічне виснаження тощо) перепон і труднощів на шляху до поставленої мети.

Таке трактування сутності волі започаткували філософи Еллади. Але вони не знали механізмів вольового спонукання людиною самої себе, самоспонування. І на сьогоднішній день невідомо, як воно діє, працює. Тому скільки слів ми б не «накручували», намагаючись висвітлити процес самоспонування (самонаказ, самопереконавання, самопідбадьорювання, самозаборона, самонавіювання тощо), не збагнемо, як же цей/ця «само» себе організовує на подолання тих труднощів.

Степінь, рівень розвиненості, дієвості, потужності вольових властивостей особистості є критерієм визначення сили, потужності її характеру. Відтак, *характери поділяють на сильні та слабкі*.

Терміни, які позначають вольові риси характеру особистості, достатньо виразно вказують на зміст цих рис: цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, дисциплінованість, терплячість, мужність, відвага і т. ін. Вольові властивості особистості можна й слід виховувати, формувати, змінювати, розвивати засобами виховання та самовиховання.

#### **18.5. Акцентуації характеру**

Як вже зазначалось, акцентуації характеру й темпераменту особистості виявив та дослідив відомий німецький психіатр і психолог Карл Леонгард, котрий вважав, що всі люди, так чи інакше, більшою чи меншою мірою, акцентувані. З цим погоджуються, принаймні, більшість психіатрів.

*Акцентуація* (лат. *accentus* – наголос) *характеру особистості* – надто інтенсивна вираженість тих чи інших

характерологічних рис та їх поєднань, що виявляється у надмірній вразливості щодо певних впливів.

В типології акцентуйованих особистостей К. Леонгарда є такі типи акцентуацій характеру:

1. *Демонстративний або істероїдний тип*, представникам якого притаманні: інтенсивне прагнення будь-що і в будь-якій компанії перебувати в центрі уваги, надмірна навіюваність, гіпертрофоване витіснення (механізм психічного захисту). (Див.: 2.5.; № 37. 9.3. у списку літ-ри). Влучним поясненням суті останньої властивості є наведена К. Леонгардом цитата з доробку Ф. Ніцше: «Я зробив це, – говорить мені пам'ять. Я не міг цього зробити, – говорить мені гордість, яка залишається в цій суперечці невблаганною. І ось настає момент, коли пам'ять, нарешті, відступає».

2. *Педантичний або надпунктуальний тип* – надто довго й болоче переживає дрібні образи, вишуковує негативний значущий зміст у реально незначних подіях; наддисциплінований та надвідповідальний.

3. *Застраючий або параноїдний тип* відрізняється насамперед патологічною сталістю афекту – вельми довгим та інтенсивним переживанням образи, злопам'ятним прагненням помсти, гіпертрофованими честолюбністю, самолюбством і самовпевненістю, пихатістю, паранояльною схильністю до захоплення надцінними ідеями.

4. *Збудливий або епілептоїдний тип* – суб'єкти цього типу перебувають у «патологічній владі потягів» – їх спосіб життя, поведінка, вчинки, дії, реакції визначаються, переважно, не здоровим глуздом, критично-розважливими міркуваннями та контролем, а неконтрольованими спонуканими, потягами, бажаннями, вибухами емоцій, здебільшого злості й ненависті; свій слабенький «голос розуму» вони ігнорують, не беруть до уваги.

## **18.6. Симптомокомплекси характеру особистості**

*Симптомокомплекси* (грец. *symptoma* – ознака та *complexus* – поєднання) характеру – характерологічні риси, властивості, особливості особистості, які корелюють між собою, взаємопов'язані, взаємодоповнюють одна одну.

Більшість рис характеру корелюють з певними іншими його рисами, уворюючи сталі структури, які назвали симптомокомплексами. До прикладу, принциповість, зазвичай,



корелює з правдивістю, вимогливістю до себе й до інших, з відповідальністю, серйозністю, добросовісністю, надійністю; доброзичливість – з чуйністю, людяністю, справедливістю, чесністю, порядністю, тактовністю; акуратність – з дисциплінованістю, працьовитістю, дбайливістю, бережливістю, і т. ін.

Кожен з наведених вище типів акцентуацій характеру водночас являє собою довершений і виразний симптомокомплекс характеру особистості.

### Контрольні запитання і завдання

1. З яких психічних утворень складається характер особистості за Теофрастом, Т. Рібо, В. Штерном, О. Ф. Лазурським?

2. Яка базова функціональна структура характеру особистості і яким чином пов'язана з її спрямованістю та мотивацією?

3. Чому інтроверсію, екстраверсію, амбаверсію відносять до властивостей темпераменту а не характеру?

4. Доведіть, що конформність і моральність є рисами характеру.

5. Що таке Я-концепція і чому вона є складовою характеру особистості?

6. Охарактеризуйте Я-реальне, Я-реалістичне, Я-емпіричне, Я-ідеальне, Я-ідеалізоване, Я-фантазійне, Я-динамічне, Я-дзеркальне, Я-демонстративне.

7. Що таке адекватне й неадекватне Я-реальне?

8. Що таке самооцінка, успішність та рівень домагань особистості і як вони співвідносяться між собою?

9. В яких параметрах розглядається самооцінка?

10. Висвітліть завищену самооцінку як фактор невротизації суб'єкта.

11. Що таке психічний захист і як він захищає суб'єктів із завищеною самооцінкою?

12. Від чого/кого і як захищає позитивне мислення?

13. Охарактеризуйте волю як одну з істотних складових характеру особистості.

14. Назвіть і охарактеризуйте акцентуації характеру особистості за К. Леонгардом.

15. Спробуйте назвати складові якогось симптомокомплексу характеру особистості, а потім визначити вплив на кожну з них тих чи інших темпераментальних властивостей, шизо-, цикло- та епі-радикалів.

14. Назвіть і охарактеризуйте акцентуації характеру особистості за К. Леонгардом.

15. Спробуйте назвати складові якогось симптомокомплексу характеру особистості, а потім визначити вплив на кожну з них тих чи інших темпераментальних властивостей, шизо-, цикло- та епі-радикалів.

## ЗАГАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

### 19.1. Діяльність як спосіб існування людини

Геракліт з Ефесу, мудру настанову якого наведено на початку цього підручника, зауважував, що все тече і все міняється, відтак, неможливо двічі увійти в ту саму річку. Це, зокрема, означає, що способом існування світу, в якому ми живемо, є *рух*. Сутність руху полягає у постійних, безперервних змінах у просторовому й часовому вимірах усіх форм буття, відкритого людині. У школі ви дізнались про механічні, фізичні та хімічні форми руху матерії: переміщення в просторових параметрах, фізичні процеси, взаємодії, взаємовпливи предметів і явищ, неорганічні й органічні хімічні реакції тощо, які розгортаються в часі – з минулого через теперішнє в майбутнє.

На біологічному рівні організації матерії рух – це *активність* (лат. *actus* – рух, дія) живих організмів. Сутнісний зміст їх активності постає у визначенні функціональної сутності життя: *це спосіб існування білкових (протеїнових) тіл, істотним моментом якого є обмін речовин (метаболізм)*. Живі організми ведуть постійний *активний пошук* необхідного для підтримки їх існування, міжвидову та внутрішньовидову боротьбу за таке необхідне й уникають несприятливого, загрозливого, протидіють йому. Сукупно ці два головні вектори активності живого являють собою адаптацію до середовища, регуляторами якого є нервова система й психіка. (Див.: 2.8.5.; 2.8.6.; 2.9.1.).

Активності виду *Homo sapiens sapiens* (людей) притаманні істотні особливості, які суттєво відрізняють її від активності усіх інших живих істот на нашій планеті (*differentia specific*). Рух-активність людини як виду називається *діяльністю*.

*Діяльність* – це рух-поступ людства, спосіб існування усіх соціальних груп та кожної окремої особистості, який являє собою не лише активну адаптацію до світу, як на біологічному рівні організації матерії, а й адаптування світу до своїх потреб – перетворення його, спрямоване на їх задоволення.

У такому онтологічному (*грец. onthos – буття, існування*) розумінні діяльність – дуже складна система, яка охоплює все, що роблять люди на всіх рівнях свого буття в усьому величезному розмаїтті його проявів. Однак, це розмаїття можна й необхідно класифікувати – поділити на види за науково обґрунтованим критерієм найбільш істотних ознак. Нагадаємо, що класифікація, систематизація, ієрархізація та інші форми теоретичного впорядкування світу за критеріями істотних ознак – необхідна умова й ключовий спосіб наукового пізнання та створення ефективних наукоємних технологій практичної роботи в усіх галузях суспільного життя.

Згідно з методологічними принципами досліджень складно-організованих систем, щоб адекватно систематизувати, класифікувати їх складові, необхідно насамперед аналітично вичленувати ту наявну в них усіх, базисну, «каркасну» функціональну структуру, що об'єднує їх у системну цілісність попри всі їх відмінності. Такою структурою в складній системі «*діяльність*», на переконання автора цього підручника, є «*суб'єкт – об'єкт*». Нагадаємо, суб'єкт – той, хто діє. Те, на що спрямовані його дії – об'єкт. Суб'єктів поділяють на індивідуальні – особистість – та колективні – великі й малі соціальні групи, людство на загал. Об'єктами діяльності людини є природні (біологічні), суспільні (соціальні) предмети та явища, духовні феномени, сам суб'єкт – людина, особистість.

*Сутнісні ознаки будь-якої діяльності випливають з її мотивації, стрижнем якої є ті потреби, які суб'єкт намагається задовольнити за її допомогою, тобто, та мета, ті цілі, котрі спонукають його до цієї діяльності. (Див.: 16.).* Тому ми вбачаємо в таких ознаках основний не лише загально-психологічний, а й загально-науковий критерій поділу діяльності на види.

Водночас, дотримуємось психологічної концепції провідної діяльності (за Л. С. Виготським), згідно з якою, на кожному з вікових етапів життя людини якийсь певний вид діяльності грає провідну роль у формуванні й функціонуванні її психіки: комунікативна (спілкування) – немовляти й підлітковому, ігрова – в дошкільному, пізнавальна – в юнацькому тощо.

Але, зауважимо й постійно пам'ятаємо, що всі види діяльності нерозривно взаємопов'язані функцією взаємозабезпечення, що виразно й переконливо постає у спілкуванні.

## 19.2. Комунікативна діяльність або спілкування

*«Найбільша розкіш – це розкіш людського спілкування.»*

Антуан де Сент-Екзюпері

*Спілкування* – базова необхідна умова й складова буття людини. Посередництвом спілкування здійснюється обмін необхідною інформацією, досягається порозуміння задля взаємодії тощо в усіх видах і проявах людської діяльності. Зважаючи й мотивуючи свої пріоритети й ціннісні вибори, плануючи й оцінюючи свої вчинки, дії, поведінку, діяльність і т. ін., кожен з нас спілкується сам з собою (див.: 9.4.6.). В усіх таких функціях власне спілкування не є провідним мотивом, самоціллю, воно – не мета, а засіб досягнення інших цілей.

Але, існує і власне комунікативна (лат. *communicatio* – спілкуватись, поєднувати, робити спільним) діяльність, так би мовити, спілкування у «чистому вигляді», провідним мотивом якого є воно само. Тобто, психологічні (емоційні, інтелектуальні, духовні, перцептивні) й тілесні контакти з об'єктом такого «чистого» спілкування – це самодостатня мета для суб'єкта – він не переслідує жодної іншої діяльнісної мети (трудової, пізнавальної, ціннісно-орієнтаційної, ігрової), окрім цих контактів, або, інша діяльність виконує функцію забезпечення комунікативної, похідна щодо неї, підпорядкована їй. До прикладу, гра з дитиною, яку любиш і насолоджуєшся самою її присутністю, близькістю. З цього прикладу вже має бути зрозуміло, що найпотужнішим та основоположним базисом такої, власне комунікативної мотивації є всі види й прояви любові (див.: 11.4.; 17.3.), зокрема, любов до природи, до домашніх тварин. Так, Л. М. Толстой неодноразово казав і писав, що найбільше щастя для нього – бути з природою і розмовляти з нею.

Люди проєктують у природні ареали, в рослини, тварин значущий для них зміст, забарвлений приємними емоційними переживаннями, і спілкуються з цим спроєктованим ними змістом, що створює приємну ілюзію спілкування з природою, спрямованого й керованого мотивом самодостатньої мети. Однак, чимало домашніх тварин мають доволі виразну власну позицію щодо спілкування з певними людьми. Найбільш вражаючий і переконливий приклад – самовіддана вірність собаки господарю, прекрасним уособленням якої став *Хатико*, якому в Токіо поставили бронзовий пам'ятник.

Спілкування, сповненого виразними виявами любові, ніжності, приязні посередництвом відповідних слів, інтонацій голосу, міміки, пантоміміки, тілесних контактів («сюсюкання», поцілунків, лагідних притискань до себе тощо) конче потребують немовлята, хоча й не усвідомлюють цієї потреби і не можуть про неї сказати. Йдеться не лише про те, що спілкування – необхідна умова й вирішально-визначальний чинник розвитку психіки дитини цього віку – немовля, з яким взагалі не спілкуються посередництвом вокативного або жестового мовлення до критичного у цьому вимірі віку – 3 роки, – ніколи й нізащо не заговорить, «не мовить», а отже, не стане людиною, особистістю.

Австро-американський дослідник Р. Спітс виявив у 1945 році феномен, який назвав *госпіталізмом* (англ. *hospital* – лікарня). Сутнісний зміст цього феномену полягає в тому, що немовлята та діти раннього віку, які потерпають від дефіциту спілкування, сповненого експресивними проявами любові, ніжності, приязні, ласки, помітно відстають у розвитку: ходіння та інших тілесних рухів; мовлення власного та розуміння зверненого до них; інтелекту; самосвідомості (усвідомлення свого «Я»); адекватної емоційності; соціальної активності та адаптивності; у них – послаблений імунітет, зокрема, щодо опору інфекціям, ознаки рахіту і т. ін. Наслідки госпіталізму, здебільшого, довготривалі, а нерідко й незворотні; в юнацькому та дорослому віці вони виявляються, головним чином, у вигляді соціальної дезадаптації, асоціальності, відсутності інтересу до життя – до праці, гри, релігії, мистецтва, інших людей тощо.

Відтак, підкреслимо, що *переважна більшість людей дуже сильно потерпають від депривації* (лат. *deprivatio* – позбавлення) спілкування, ізоляції від людей, самотності.

До прикладу, найсуворішим покаранням у США, після кари смерті, вважається усамітнене ув'язнення. «Це – справжнє пекло», – сказав Роберт Старк, котрий провів багато років в одиночній камері в'язниці Пенсільванії, відбуваючи покарання за вбивство. Томас Сільверстайн, якого надовго запроторили в одиночну камеру за вбивство охоронця в'язниці у 1983 році, потім говорив: «Мене поховали заживо, і я постійно й щиро молив про смерть». Тодд Ашкер, на 22 роки запертий у невеличкій камері без вікон, охарактеризував свій стан протягом усього цього часу як «постійний мовчазний крик». Джон Катанзаріт провів тринадцять років в ізоляції у Каліфорнійській в'язниці і опинився у

психіатричній лікарні, де сказав лікарям, що зрадив, коли збагнув, що божеволіє, тому що божевілля могло полегшити жах цілковитої ізоляції від людей. «Самотність – це жахливо, це руйнує душу. Відчай охоплює одразу і він практично нестерпний, – писав беззастережний захисник України у нашій боротьбі з московськими окупантами, видатний політик, сенатор США Джон Маккейн, якому довелося пробути п'ять років у в'єтнамському полоні, з яких два – в одиночній камері. Террі Андерсон, викрадений у Лівані в 1985 році і утримуваний здебільшого в ізоляції, говорив: «Я надав би перевагу жахливому співкамернику щодо цілковитої відсутності такого».

Після десяти днів усамітненого ув'язнення чимало бранців виявляють виразні ознаки психічних розладів, а приблизно у третини розгортаються гострі психози. ООН прийняла ухвалу, що утримувати будь-кого (тобто, навіть найлютішого і найнебезпечнішого злочинця) в ізоляції понад 12 днів – жорстоко й негуманно.

Ці приклади та величезна кількість фактів такого роду неспростовно свідчать, що *власне спілкування як таке, безпосередні комунікативні контакти з іншими людьми як самодостатня самоціль є істотною і потужною людською потребою.*

Таким чином, наявність такого спілкування, у якому провідним мотивом-метою є воно само – емоційні, інтелектуальні, духовні, перцептивні, тілесні контакти суб'єкта з об'єктом – достатньо вагома підстава для виокремлення його як виду діяльності – комунікативної, – попри те, що спілкування є необхідною умовою та істотною складовою усіх інших видів діяльності, інтенсивно використовується у їх процесі як засіб обміну інформацією з метою порозуміння задля взаємодії тощо. Ці допоміжні функції спілкування виразно постають у грі – провідній діяльності двох наступних після віку немовляти вікових періодів – раннього (від 1 до 3 років) та дошкільного (від 3 до 7 років).

### 19.3. Ігрова діяльність або гра

«Вся теоретична фізика й математика –  
дитячі іграшки, порівняно з тими іграми  
дитини, які вивчає професор Піаже.»

Альберт Ейнштейн

Ігрова діяльність або гра – складний і розмаїтий феномен, що посідає істотне місце і грає важливу роль у бутті людства, зокрема, є необхідною умовою і потужним чинником розвитку особистості, а відтак, суспільства. Тому гра була об'єктом досліджень видатних мислителів і вчених: Платона, Арістотеля, Августина Блаженного, Л. С. Виготського, Ж. Піаже, Й. Гейзінги, Г. Гадамера, Р. Кайюа, Ж. Піаже, К. Ясперса та ін.. Вони виявили істотні властивості, розробили фундаментальні концепти ігрової діяльності. Але, в теорії гри ще чимало «білих плям», невизначеного, суперечливих положень і трактувань. Насамперед, не виявлено ті властивості (*differentia specific*), котрі притаманні всім проявам власне гри і тільки гри, ігрової діяльності у «чистому вигляді», в якій самодостатньою мотиваційною спонукою до гри є сама гра, її процес, участь в ній – на кшталт означення власне спілкування, комунікативної діяльності (див.: 19.2.).

Нагадаємо, що *differentia specific* (відрізняльно-визначальний зміст), тобто, сутнісні ознаки будь-якої діяльності впливають з її мотивації, стрижнем якої є ті потреби, які суб'єкт намагається задовольнити за її допомогою, тобто, та мета, ті цілі, котрі спонукають його до цієї діяльності. Цілі діяльності, здебільшого, усвідомлюються її суб'єктом уповні. Але, можуть усвідомлюватись (свідомо рефлексуватись) лиш частково, а частково (іноді буває, що й цілковито) не усвідомлюватись в тому розумінні, що діяти так чи інакше його спонукає не те, що він знає про внутрішні рушійні сили цих своїх дій (потреби, прагнення, бажання тощо), а спонуки, приховані у несвідомій сфері його психіки, змісту яких він не усвідомлює, не розуміє. (Див.: 16.1.1.; 18.3.).

Для виявлення сутнісного змісту мотивації власне ігрової діяльності («в чистому вигляді») необхідно насамперед узагальнено визначити основний психологічний зміст її феноменологічного поля – тих феноменів, які вона охоплює. На нашу думку, це поле вдало окреслив відомий французький вчений Роже Кайюа (1913–1978), який поділив усі ігри на чотири

категорії: *agon* (гр. – змагання); *alea* (лат. – удача); *mimicry* (англ. – імітація); *ilinx* (англ. – запаморочення). Ті аспекти їх усіх, які є виразно мотиваційними (основний психологічний зміст), він позначив термінами *paidia* (грец. – дитинність, дитяче, гра) і *ludus* (лат. – гра). *Paidia* – це веселощі, захоплююче, приємне збудження. *Ludus* – вдоволення від доброхітного змагання, боротьби, подолання труднощів за певними правилами. Отже, виходить, що *основою спонукально-мотиваційного змісту власне гри є позитивно забарвлені емоційні переживання, які виникають у її процесі – захоплюючий азарт, емоційне піднесення, веселе й радісне збудження тощо.* Зауважимо, що на цю основу так чи інакше вказали, принаймні, більшість потужних дослідників ігрової діяльності.

Це, насамперед, означає, що ні вироблення, ні споживання, використання матеріальних, пізнавальних, духовних продуктів не є рушійними спонуканами, мотивами-цілями власне гри. Тобто, жодної виробничої, пізнавально-навчальної чи духовно-розвивальної мети її суб'єкти *безпосередньо* не переслідують. Спілкування задля вдоволення, взаєморозуміння, взаємодії також не є власною, основною метою гри. Іншими словами, *людина грає задля самої гри, а її головною спонуканою є бажання мати те, чим граються, а не те, що треба здобути, щоб спожити, використати.* Відтак, *гра не належить ні майбутньому, ні минулому, а тільки теперішньому, самому своєму перебігові тут і тепер.*

Коротко, кажучи, *ядром, основою мотивації ігрової діяльності є піднесення, наснага, натхнення, вдоволення, насолода, які суб'єкт переживає в її процесі.* Напевне, що саме в такому розумінні – гра «...оаза щастя в пустелі так званого серйозного життя» (німецький філософ Ейген Фінк).

Однак, процес інших видів діяльності також може приносити вдоволення, насолоду їх суб'єктам: правдива творчість в усіх її видах та проявах; спілкування, засноване на любові та/або інтересі, зацікавленості; захоплююче пізнання; праця, що відповідає задаткам та здібностям суб'єкта тощо. Так, згідно з концепцією самоактуалізації А. Х. Маслова, будь-яка діяльність, що відповідає здібностям суб'єкта, може і має бути творчою, а її процес, не лише результати, дарувати йому натхнення й радісне піднесення. (Див.: 19.6.). Є чимало свідчень не лише видатних і відомих, а й пересічних осіб, що найприємніші, найцікавіші, найбільш захоплюючі миті їхнього життя пов'язані з творчим



піднесенням. До прикладу, Кеплер, Ампер, Дарвін, Гаусс, Пастер, Максвелл, Планк, Пуанкаре, Ейнштейн та інші вчені порівнювали вдоволення, якого вони зазнавали у хвилини творчого злету, наукового відкриття, з насолодою дитини від гри.

Водночас, суб'єкт формально ігрової діяльності може не одержувати жодного вдоволення від участі в ній, нудьгувати, драгуватись, злитись, страждати в її процесі тощо, якщо його спонукають до цього не власне ігрові, а якісь інші мотиви. Серед не ігрових мотивів участі в грі можна виокремити:

– Прагнення заробити матеріально. До прикладу, спортсмена-професіонала чи учасника телевізійного шоу-конкурсу спонукає, насамперед і головним чином, матеріальна винагорода за змагання, у яких вони беруть участь. А якби її розмір не задовольняв суб'єкта, то він би й «не напружувався». Вочевидь, що така «гра» за основним психологічним, тобто, мотиваційним змістом є вимушеною працею. Напевне, що змагання (*agon*), як і ризиковані акти, розраховані «на удачу» (*alea*), психологічно є власне грою тільки тоді, коли їх суб'єкти уповні втішаються і «адреналіном», азартом – «букетом» емоційних переживань, котрі утворюють його в процесі змагання, боротьби, ризику, очікування результату, і власною майстерністю, везінням, удачливістю, які забезпечили успіх, виграш, перемогу, а відтак, грають і гратимуть у ці ігри попри матеріальні винагороди за участь та/чи перемогу в них.

– Бажання викликати захоплення, захват, вразити своїми перевагами, які демонструє успішна гра: інтелектом, спритністю, силою, відвагою, удачливістю, успішністю тощо, стати завдяки цьому популярним, шанованим. Якщо *домінуючими спонуками* до участі в грі є ці мотиви, то психологічно така гра – також вимушена праця, мета якої – піар.

– Стремління сподобатись, стимулювати у значущих інших позитивне ставлення до себе. До прикладу, підлеглий заповзято бере участь у тій грі, яка його зовсім не вабить, але є улюбленою розвагою його шефа. Такі ігри за мотиваційно-психологічним змістом – маніпулятивне спілкування.

– Прагнення потішити, звеселити, розважити тих, кого любиш. Так дорослі нерідко граються з дітьми. Це – приязне, приємне спілкування, у якому гра для дорослого – не мета, а засіб.

Одразу зауважимо, що *від таких не ігрових спонук участі у власне грі необхідно відрізнити мотивацію інших видів діяльності, котрі послуговуються так званими ігровими засобами, серед яких:*

навчально-розвивальні, тренувальні, організаційно-діяльнісні, рольові, тренінгові, психокорекційні, психотерапевтичні і т. ін. У суб'єктів використання цих засобів має домінувати мотивація, що відповідає їх призначенню. Можна сказати, що такі ігрові засоби не є власне іграми вже тому, що вони належать майбутньому в тому сенсі, що їх основна мета – якийсь не ігровий результат, а навчально-розвивальний, психокорекційний тощо; а дві останні ще й минулому, якщо вони мають допомогти їх учасникам позбутись наслідків психічних травм, яких ті зазнали, чи стимулювати у їхній психіці якісь плідні, але колись давно загальмовані особистісні властивості і т. ін.

Таким чином, хоча позитивне, захоплююче, натхненне, приємне емоційне забарвлення процесу є істотним і ключовим спонукально-мотиваційним фактором власне гри, воно, по-перше, властиве не лише грі, а й іншим видам діяльності, по-друге, суб'єкта можуть спонукати до гри інші мотиви за цілковитої відсутності чи другорядної значущості такого забарвлення.

Автор *"Homo ludens"* («Людина, що грає») – всесвітньо відомого наукового твору про гру – відомий нідерландський історик культури Йоган Гейзінга (1872–1945) зауважив: «Всіляка гра, передовсім, є доброхітною діяльністю. Гра за наказом – це вже не гра, а, в найкращому випадку, її силувана імітація. Можна заперечити: мовляв, ця свобода ще не існує для дитинчат тварин і людських дітей, вони-бо не можуть не гратися, тому що так велить їм інстинкт і гра розвиває їх. Але, дитя й тварина граються, бо гра дає їм втіху, і саме в цьому й полягає їхня свобода. Так чи так, а для дорослої, дієздатної людини гра – це функція, без якої вона цілком може обійтись. Гра є така собі зайвина. Потреба в ній буває нагальною лише настільки, наскільки суб'єкт потребує радості від гри. Гру можна відкласти чи в будь-який момент перервати. Вона ніколи не диктується фізичною необхідністю чи моральним обов'язком. Вона не може бути завданням. Відбувається вона на дозвіллі, у вільний час. Аж коли гра стає загальновизнаною культурною функцією – ритуалом, церемонією, – лиш тоді вона пов'язується з поняттями обов'язку, повинності.»

Мусимо, насамперед, звернути увагу на логічну суперечність у прикінцевих положеннях наведених міркувань Й. Гейзінги. Якщо гра «ніколи не диктується моральним обов'язком», то в який спосіб вона може пов'язуватись з поняттям обов'язку, стаючи ритуалом, церемонією? Ритуал, обряд, церемонія загалом являють собою

регламентовану традицією, урочисто-символічну форму спілкування людей, мета якого – відзначення значущих для них подій, пов'язаних з їхніми духовними цінностями. (Див.: 16.3.2.). Ритуальні, обрядові дії – урочисто-піднесений символічний вираз шанобливого ставлення до цих цінностей, покликаний підкреслити та зміцнити це ставлення. Саме такі цілі лежать в основі їх мотивації, що визначає їхню діяльнісну специфіку. Отже, ритуали, обряди, церемонії належать до сфери нормативно-регулятивної складової ціннісно-орієнтаційної діяльності (див.: 19.5.). Однак, автор "*Homo ludens*" не бачить істотної відмінності між карнавальними-ігровими та обрядово-символічними формами свят, хоча така відмінність існує. Карнавал – ігровий феномен, мегагра (згідно з М. М. Бахтіним). Тому твердження Й. Гейзінга, що «...людська гра у своїх вищих виявах завжди належить до свят і ритуалів – до царини священного», не є коректним.

Але, повернемося до радісно-піднесеного емоційного забарвлення гри, яке Й. Гейзінга пояснює добродітністю (добровільністю) участі в ній, а відтак, почуванням свободи у її процесі. Однак, інші види діяльності також можуть обиратися суб'єктом добровільно, з власного автентичного бажання, цікавості, а відтак, у процесі їх перебігу він почуватиметься вільно піднесено й радісно, про що йшлося вище і йдеться нижче... (Див.: 19.6.).

Згідно з Й. Гейзінгою, зі свободою, як першою істотною ознакою гри, безпосередньо пов'язана друга: гра – це не «звичайне» чи «справжнє» життя, а *царина умовності*, де панують інші закони. Кожна дитина чудово знає, що гра – це «не по-справжньому», що в грі вона «тільки прикидається» кимось. Але, це «тільки прикидаюся» нітрохи не заважає гравцеві віддаватися ігровій розвазі з надзвичайною серйозністю, захопленістю до самозабуття, що може переходити у захват. Л. С. Виготський влучно описав зміст цього «тільки прикидаюся» як *створення удаваних ситуацій та перенесення властивостей одних предметів на інші*.

На думку автора цього підручника, основним, здебільшого виразно або й цілковито не усвідомлюваним, мотивом створення ігрових удаваних ситуацій є демонстрація суб'єктом, насамперед, самому собі, а відтак, іншим своїх психічних та фізичних спроможностей, можливостей, переваг (кмітливості, винахідливості, спостережливості, вправності, спритності, витривалості, сили, швидкості й точності реакцій, сміливості, завзяття і т. ін. і т. п.), свого талану, удачливості, як милості

фортуни тощо. Тобто, у процесі гри «грають» життєві сили й енергії людини, якими вона натхненно захоплюється, втішається, пишається, особливо, якщо її гра вражає майстерністю, досконалістю, красою, успішністю, перемогою, виграшем, викликає захват у значущих для неї осіб і груп, у публіки.

Напевне, що саме це милування собою, цей «кураж» є основним джерелом звеселення грою, радості, насолоди від неї. Зауважимо ще раз, що абсолютна більшість гравців не усвідомлюють, принаймні достатньо виразно, цей ключовий мотив своєї ігрової активності. На користь такого трактування мотиваційних спонук до гри переконливо свідчить той факт, що у кожної людини – свої улюблені ігри, які її захоплюють, забавляють, звеселяють, тішать вочевидь саме тому, що відповідають її потенційним та вже розвиненим можливостям, спроможностям, здібностям. А ті ігри, для успішної участі в яких у суб'єкта немає належного потенціалу, а відтак, «кураж», милування собою у їх процесі для нього унеможлиблюється, його жодним чином не ваблять, він просто уникає їх тощо.

І знову, але... Але, людина і в інших видах діяльності виявляє та випробовує свій потенціал, свої можливості, задатки, здібності, що демонструє її переваги, і це приносить їй насолоду, і вона автентично вільно прагне цього і обирає це... (Див.: 19.6.).

Отже, виходить, що з усіх розглянутих, безумовно істотних властивостей ігрової діяльності тільки їй притаманне створення удаваних ситуацій, правил, поведінки, котрі є суто ігровими, тільки іграми і більш нічим, а відтак, перенесення властивостей одних предметів на інші. Це – її базова, головна *differentia specific*. На основі цього висновку можна поєднати всі істотні властивості мотивації ігрової діяльності у визначенні її психологічної сутності:

**Ігрова діяльність** – це створення суто ігрових удаваних ситуацій, зокрема й проблемних, і обов'язкових правил поведінки в них; гравець може випробувати й продемонструвати в таких ситуаціях свої психічні та/або фізичні можливості, здібності, переваги, зокрема й удачу, «везіння», що викликає у нього захоплення, наснагу, натхнення, захват, радість, насолоду тощо, а відтак, він добровільно прагне брати участь в тих іграх, котрі приносять йому такі стани й переживання. Цей мотив суб'єкта, здебільшого, не рефлексує і не усвідомлює. Інші мотиви участі у власне ігровій діяльності є другорядними. Якщо другорядні мотиви домінують, то така діяльність не є власне ігровою, грою як такою.

І одразу виникає питання: А як же атракціони та інші розваги, у яких немає таких випробувань і демонстрацій, а тільки *ilinx* (англ. – запаморочення), коли перехоплює дух від «екстремальних» відчуттів тощо? Напевне, що *це не власне ігри, а власне розваги* – атракціони і т. ін. Адже жодних *удаваних* ситуацій в них немає. Це – запамарочливі ситуації, *ilinx*. Не випадково нерідко поділяють: *ігри та розваги...*

Таке трактування психологічної сутності гри вказує, що так званий *ігровий зміст інших видів діяльності* – це умови, сприятливі щодо піднесення, наснаги та втіхи суб'єкта від своєї здатності ефективно діяти в їх процесі, захоплюючи цікавість (інтерес) і радість реалізації в ньому та в його продуктивних результатах своїх здібностей, вдоволення від себе спроможного, а відтак, значущого тощо.

Напевне, що інтенсивного сповнення, насиченості таким «ігровим змістом» може набувати любовно-еротичне спілкування. Й. Гейзінга зауважив, що термін «гра» вживається і в еротичному розумінні. Зокрема, дуже багато прикладів навантаження цього слова еротичним змістом можна знайти у германських мовах. Так само – в санскриті, де дієслово *kridati* («гратися») часто вживається в еротичному розумінні; до прикладу, *kridaratnam* («перлина всіх ігор») означає злягання. Можна додати, що в часи дитинства автора цього підручника слово «гратися» в Галичині означало і злягання з усім його підготовчим антуражем. Воно й тепер вживається попри занесені московськими окупантами назви цієї дуже важливої справи, від яких «відгонить брудом». «Ось чому професор Буйтендік, – пише Й. Гейзінга, – називає любовну гру «найбільш довершеним взірцем усіх ігор, у якому в найбільш яскравій формі виявляються найбільш істотні ознаки гри». Але тут нам не обійтися без уточнень <...>. Творчому духові мови здавався грою не сам акт фізіологічного злучання-злягання двох особин протилежної статі, а радше шлях, який веде до нього, підготовка, вступ до «кохання», коли часто для приваблення вдаються до всілякого грання-загравання. Особливо це стосується тих випадків, коли якомусь із партнерів доводиться збуджувати іншого, схилити до парування. Динамічні елементи гри, про які веде мову Буйтендік, а саме: зумисне створення перешкод, вигадки, несподіванки, прикидання, елемент напруги тощо – все це належить до флірту, залицяння. Одначе жодна з цих функцій не може бути названа грою у власному розумінні слова <...>.

Пестоці самі собою можуть мати, а можуть і не мати ігрового характеру, але ми пішли б хибним шляхом, коли б включили й сам статевий акт як любовну гру до ігрової категорії. Фізіологічний процес парування не відповідає формальним ознакам гри у тому вигляді, як ми їх сформулювали.»

У цих міркуваннях не можна погодитись з протиприродним відокремленням фізіологічної частини епогею сповнених «ігровим змістом» любовців – злягання, коїтусу (це «попахує» святенницьким збоченством). Цей епогей не має «ігрового змісту» тільки тоді, коли і його антураж, «прелюдія» такого змісту не має, а є «чисто фізіологічною функцією». Природний, натхненний, гармонійний прояв сексуальної спроможності, потужності, майстерності й витонченості в процесі коїтусу, як епогею любовно-еротичного *спілкування*, що завершується оргазмом, жодним чином неможливо звести до «чистої фізіології». Такий коїтус сповнений щедрим і насиченим ігровим змістом у означеному вище розумінні.

Але, повернемося до власне ігрової діяльності. Аксиоматична позиція, що не викликає жодних сумнівів: у процесі психологічно правдивої гри та інших видів діяльності, сповнених насиченим «ігровим змістом», розвиваються, притім, вельми ефективно, продуктивно, ті властивості, здібності суб'єкта, яких вони вимагають і які в них виявляються. Це зумовлюється, насамперед і головно, тим, що ефективність опанування суб'єктом знаннями, уміннями, навичками та поглиблення, вдосконалення їх суттєво і прямо-пропорційно залежить від емоційного забарвлення цих процесів – чим більший інтерес, зацікавленість, приємно-піднесена наснага тощо, тим вища, більша їх ефективність, продуктивність.

Воднораз, зацікавленість суб'єкта собою, своїми спроможностями, здатностями, здібностями, перевагами, що стимулюється грою, це й зростання цікавості, «смаку», любові до життя, загальної життєвої наснаги і натхнення тощо. Цей оптимістично-гуманістичний розвивальний потенціал ігрової діяльності першим виразно розгледів видатний християнський теолог Августин Блаженний (354–430), котрий зауважував, що гра – освітня зі самої своєї природи в тому розумінні, що вона є підоймою нашої цікавості до світу й життя, запорукою відкриттів і творчості.

Істотний розвивальний ефект дитячих ігор виявив Ж. Піаже. Сутність його полягає в тому, що у дітей, згідно з Ж. Піаже, є «дві

моралі». Перша формується категоричними і безапеляційними вимогами та заборонами (імперативами і табу) дорослих: «Не галасувати!» «Мити руки перед вживанням їжі!» тощо. Друга розвивається в іграх під впливом їх правил, які вимагають самообмеження і самоподолання, що цілком відповідає психології автентичної духовно-моральної саморегуляції посередництвом совісті. (Див.: 17.1.; 17.2.). Адже вочевидь, що доброхітне і з вдовolenням прийняття й дотримання правил гри – ігрове самообмеження та самоподолання – психологічно родинне моральності й духовності, а відтак, воно сприяє закладанню і зміцненню спроможностей щодо формування, розвитку й функціонування цих утворень у психіці особистості. Безумовно, що все це продовжує «працювати» і в правдивих іграх за правилами в підлітковому, юнацькому і дорослому віці.

Водночас, доброхітне прийняття й дотримання правил гри пробуджує і розвиває естетичну чутливість – здатність сприймати красу і тішитись нею. Згідно з Й. Гейзінгою: «Гра творить лад, вона сама є лад, порядок. У недовершений світ, у життєве сум'яття вона приносить тимчасову, обмежену довершеність. Вона вимагає абсолютного й непорушного ладу. Щонайменше відхилення від нього «псує гру», позбавляє її власного характеру і знецінює. У цій глибокій спорідненості її з поняттям ладу полягає, вочевидь, причина того, чому гра <...> такою великою своєю частиною зачіпає царину естетичного. Гра має схильність бути прекрасною. <...> Гра наводить на нас чари, бо ж сама «чарівна», «захоплююча».

Важливе місце у психолого-педагогічній (навчально-виховній, розвивальній) проблематиці посідають тренувально-навчальні методи, які називають діловими та ролевими іграми. Призначення цих методів – набування, вдосконалення, розвиток професійних, фахових знань, умінь, навичок у їх учасників. Історично першими такими іграми були вчення-маневри військових, пожежних, а відтак, фахівців усіх видів праці в особливих, екстремальних умовах. Підготовка цих фахівців до ефективних, компетентних дій в таких умовах за допомогою їх імітації, створення удаваних екстремальних ситуацій – необхідний і дієвий засіб їх вишколу. Водночас, протягом останніх десятиліть у розвинених країнах світу з'явилися і набули поширення та популярності так звані ділові та ролеві ігри для менеджерів, дипломатів, політиків, комерсантів, юристів та ін..

Як і в сюжетно-ролевих іграх дітей, в ділових та ролевих іграх дорослих створюються удавані екстремальні, соціальні, політичні, юридичні, організаційно-управлінські, конфліктні, комунікативні, побутові тощо проблемні ситуації. Однак, між ними є істотна відмінність. Діти неусвідомлено переслідують суто ігрову ціль: одержати вдовolenня від процесу гри. У дорослих мета – тренувально-навчально-розвивальна. Інша справа, що ролеві та ділові ігри дорослих можуть і мають набувати ігрового психологічного змісту у окресленому вище розумінні і в такий спосіб – високої навчально-розвивальної потужності. Тобто, якщо учасники ролевих та ділових ігор гратимуть в них з наснагою, натхненням і вдовolenням, то це сприятиме розвитку у них інтересу, захоплення, смаку до імітованої у грі праці. Відтак, якість навчально-тренувальних методик, які називаються ролевими та діловими іграми, має визначатися здатністю їх процедури приваблювати й захоплювати учасників. Але вони не є власне іграми, ігровою діяльністю. Тут маємо виразний прояв того системного поєднання, на якому наголосили на початку цього параграфу: пам'ятаємо, що всі види діяльності нерозривно взаємопов'язані функцією взаємозабезпечення,

Тим більше, всупереч твердженню Й. Гейзінги, не є іграми війна, битва, всілякі, будь-які змагання, полювання, попри виявлені ним незаперечні етимологічно-лінгвістичні зв'язки між назвами ігрових та усіх цих занять, і попри активне використання в них прихованих пасток, імітацій, удаваних ситуацій тощо. Адже всі ці імітації, удавання створюються не для того, щоб погратись, а задля введення ворога, противника, опонента, дичину в оману, щоб, відповідно, перемогти його та/чи вполювати її. Іншими словами, до імітацій, створення удаваних ситуацій в процесі цих занять їх суб'єктів спонукають не ігрові, а суто практично-прагматичні мотиви. Для порівняння, нікому не прийде в голову називати грою потаємні зради й брехню в подружньому житті чи імітації оргазму...

Отож, ставити дискусійне питання про перспективи перетворення пізнавальної діяльності в ігрову можна тільки в сенсі сповнення процесу учіння ігровим психологічним змістом у окресленому вище розумінні. Поєднати важкі зусилля учнів, яких вимагає пізнання та засвоєння наукових істин і духовних цінностей, з ігровою привабливістю – справа дуже нелегка, але можлива, про що переконливо свідчать надбання усіх видатних



вчителів, які викладали й викладають різні предмети – від фізкультури до математики. А от вивчення предметів художньо-естетичного циклу просто мусить, згідно з самою природою цих предметів, ґрунтуватись на ігрових методах і засобах.

І митці, які створюють художні твори, і ті особи, що їх сприймають, доброхітно, з власного бажання, зумовленого цікавістю, захопленням, *поринають в уявні, вигадані, фантазійні ситуації*, емпатійно ідентифікуються (співчутливо співпереживають, вболівають) з суб'єктами цих ситуацій – героями художніх творів, з їх духовним світом, боротьбою із собою та обставинами навколишнього світу, самопізнанням, самоствердженням, – і посередництвом такої своєрідної інтеракції пізнають себе, свої схильності, свій емоційний та ціннісно-орієнтаційний світ тощо. (Див.: 9.6.; 11.4.). Коротко кажучи, у своїх емпатійних відгуках на вчинки героїв художніх творів суб'єкт розкриває для себе свою душу, свій духовно-моральний потенціал, що так чи інак хвилює його. Прагнення таких переживань, – основа мотивації художньо-естетичної діяльності. *Подібно до гри, ця діяльність жодних виробничих, трудових, комунікативних, пізнавальних цілей не переслідує. Така подібність психологічного змісту ігрової та художньо-естетичної діяльності – досить вагома підстава висунути гіпотезу щодо їх психологічної спорідненості.* Слід зазначити, що, напевно, першим цю спорідненість розгледів видатий німецький поет і філософ Фрідріх Шіллер (1759–1805).

На завершення загально-психологічної характеристики ігрової діяльності зауважимо і підкреслимо, що жодні ігрові методи й засоби не можуть цілком і навіть здебільшого замінити методи й засоби пізнання, як творення й засвоєння знань і вмінь, та праці.

#### **19.4. Пізнавальна діяльність**

Визначальні й провідні мотиви цього виду діяльності: 1) вироблення, продукування нових знань, умінь; 2) вивчення й засвоєння знань, умінь, навичок, опанування ними. Отже, в процесі пізнавальної діяльності суб'єкт змінює (модифікує, трансформує, реконструює) не зовнішні щодо нього об'єкти, а себе – набуває знань, умінь, навичок, розвиває когнітивну (пізнавальну) сферу своєї психіки (мисленнєву спроможність, інтелект тощо).

Її об'єктом є предмети і явища неживої і живої природи, суспільства, матеріальної і духовної культури, людина.

Пізнавальна діяльність розгортається на двох рівнях – емпіричному й теоретичному. Емпірична пізнавальна діяльність є необхідною умовою, складовою, чинником і результатом в усіх інших сферах та видах діяльності, передусім, – у повсякденно-побутовій, трудовій та ігровій. Її зміст – практично спрямовані знання, уміння, навички, життєвий досвід. Другий рівень – компетенція науки, яка в сучасному світі є найбільш продуктивною, найефективнішою потугою суспільного виробництва і прогресу. Науковці продукують нові знання про світ та людину в ньому за допомогою творчого інтелекту і мислення. (Див.: 9.1.; 12.2.).

Кожне наступне покоління засвоює досвід попередніх, акумульований у здобутих ними емпіричних і теоретичних знаннях, посередництвом усіх форм і засобів освіти – навчання, виховання, формування, розвитку особистості. Сутність процесу навчання полягає у пізнавальній діяльності суб'єкта, спрямованій на здобування знань, умінь, навичок; процесу виховання – у формуванні системи ставлень суб'єкта до світу і до себе і посередництвом цієї системи – сфери спрямованості у його психіці, рис характеру, так званих людських якостей; освітнього процесу – в організації процесів навчання й виховання та управління ними.

Більш розлого й глибоко пізнавальна науково-пошукова діяльність висвітлюється у навчальному курсі «Психологія творчості», а навчальна та виховна – в курсі «Педагогічна психологія» та в спеціальних навчальних курсах.

### **19.5. Аксиологічна або ціннісно-орієнтаційна діяльність**

В основі аксиологічної (лат. *аксія* – цінність) діяльності також лежить процес пізнання, який, порівняно з власне пізнавальною діяльністю, має суттєву відмінність, котра являє собою його *differentia specific*.

Пізнавальна діяльність шукає, вивчає, визначає, передає підростаючим поколінням знання про властивості об'єктів (предметів і явищ). Такі знання є об'єктивними в тому розумінні, що їх зміст не залежить від ставлення до них суб'єктів. До

прикладу, тютюновий дим шкодить соматичному здоров'ю людини, незалежно від того, хто і як до цього ставиться.

Аксіологічна або ціннісно-орієнтаційна діяльність продукує і поширює духовні цінності, які є суб'єктивними в тому розумінні, що можуть бути чи не бути істинними та значущими для суб'єкта (особи чи групи, спільноти) незалежно від того, відповідають вони чи не відповідають доведеним науково та/чи емпірично (практичним досвідом) об'єктивним знанням. До прикладу, існування Бога людська наука неспроможна ні довести, ні спростувати. Однак, мільярди людей в усьому світі щиро вірять в Його існування та безмежну любов до людей і турботу про нас. Тобто, релігійні духовні цінності для них – найвищі й найважливіші. А для атеїстів (тих осіб, що не вірять в Бога) ці цінності або не мають жодної цінності, або є шкідливою облудою. Комуністичні ідеї претендували на довершену наукову обґрунтованість, об'єктивну істинність, що суттєво сприяло ставленню до них сотень мільйонів людей як до найвищих духовних цінностей. Ці ідеї виявились абсолютно облудними, що відвернуло від них багатьох. Однак, ще чимало різного пересічного люду вірить в їх істинність, вбачає в них неперевершені духовні цінності, ідеал справедливості і покладає на них надії.

Ці положення є достатньо вагомою підставою для твердження, що основним критерієм істинності духовних цінностей має бути характер їх впливу на психіку людини, а відтак, на людські взаємини, суспільні стосунки – орієнтують вони на людяність, гуманність, доброзичливість і добропорядність тощо, чи навпаки. Даний критерій жодним чином не суперечить критерію об'єктивної істинності, понад це, органічно узгодується з парадигмою усіх гуманістично зорієнтованих наук та суспільств. (Див.: 12.1.; 12.2.; № 38. 1.1.; 2.7. у списку літ-ри).

Нагадаємо, що ціннісні орієнтації особистості – це найбільш значущі, важливі, цінні для неї духовні цінності, ідеали, ідеї, моральні принципи та норми, які утворюють основу її смислу життя та змісту утворень сфери спрямованості (світогляду, переконань, віри), яка є змістовою матрицею відповідної їй мотивації (див.: 2.4.; 12.2.; 16.). Це, зокрема, означає, що людина не лише сприймає, осмислює, уявляє об'єкти, а й любить чи ненавидить, милується чи обурюється, захоплюється чи з відразою здригається, насолоджується чи гидує, вбачає в об'єктах не лише

утилітарну користь чи шкідливість, а й благо чи напасть, добро чи зло, красу чи потворність, велич чи ницість тощо.

Для автора цього підручника все це – незаперечні аргументи на користь трактування пізнання у аксіологічній або ціннісно-орієнтаційній сфері буття людства та реалізації його результатів як *особливого виду зв'язку суб'єкта й об'єкта, якому притаманна differentia specific, а відтак, як окремого виду діяльності, поряд зі спілкуванням, грою, пізнанням, працею.*

Пізнавальну, розвивальну та регулятивну функції у галузі духовних цінностей здійснюють: релігія, філософія, мораль і етика (наука про мораль), мистецтво і естетика (наука про мистецтво), юриспруденція і т. ін.

На репродуктивному (формуально-розвивальному) боці аксіологічної діяльності функціонує виховання. Це означає, що нові покоління засвоюють духовно-ціннісні надбання попередніх, акумульовані в аксіологічних теоретичних та емпіричних знаннях, у процесі цілеспрямовано організованого та ситуативного, стихійного виховання. Тобто, виховання є тим різновидом аксіологічної діяльності, який загалом являє собою засвоєння духовних цінностей підростаючими поколіннями.

## **19.6. Трудова діяльність або праця**

Нагадаємо, що людина, на відміну від тварин, не лише адаптується до світу, в якому живе, а й адаптує його відповідно до своїх потреб – пристосовує, прилаштовує, перетворює. Цей процес являє собою виробництво продуктів, необхідних для існування та розвитку людських спільнот. Його забезпечує *трудова діяльність або праця.*

В такому широкому розумінні виробниками необхідних суспільству продуктів є всі різновиди праці та види діяльності, до прикладу: медицина, психологічна допомога, соціальні служби, мистецтво, ігри, розваги та ін. продукують психічне й соматичне здоров'я, життєву наснагу, що інтегрується у почуванні благополуччя особистості; наукове пізнання – інноваційні ідеї і технології; освіта (навчання й виховання), релігія, мистецтво і т. ін. – знання, уміння, спрямованість громадян; служба військових, правоохоронців, фахівців цивільного захисту та інших силових відомств – забезпечує безпеку; тощо. Тобто, по-перше,

трудова діяльність охоплює всі види праці та служби, по-друге, процес праці забезпечують усі інші види діяльності (спілкування, гра, пізнання, ціннісне орієнтування).

Трудова діяльність висвітлюється у навчальному курсі «Психологія праці» та у спеціальних курсах.

У сучасному загально-психологічному висвітленні трудової діяльності необхідно торкнутись тих важливих аспектів її, на яких зосередили свою увагу й зусилля дослідники гуманістичного напрямку в психології.

Відавна працю поділяли на творчу і репродуктивну, тобто, розмежовували пошуки, створення, винахід чогось нового та відтворення, репродукування того, що вже існує. Однак, підхід до творчо-креативної складової праці з позицій гуманістичної психології суттєво відрізняється від цієї давньої позиції.

Найбільш значущим досягненням «гуманістичної психології», заснованої видатними американськими психологами Абрахамом Харольдом Маслоу (1908–1970), Гордоном Олпортом (1897–1967), Карлом Ренсомом Роджерсом (1902–1987), визнано обґрунтування творчого потенціалу людини.

Так, згідно з концепцією самоактуалізації особистості А. Х. Маслоу, батьки якого емігрували у США з Києва, будь-яка діяльність, що відповідає здібностям суб'єкта, може і має бути творчою, а її процес, не лише результати, приносить йому сталу й велику радість. А. Х. Маслоу стояв на тому, що спроможність жити творчо імманентна (лат. *immanens* – *власний*) природі людини, що вона притаманна всім людям від народження. Однак переважна більшість людей втрачають її під впливом «окультурювання», головним чином, посередництвом так званої офіційної освіти. Він писав: «Творчість не вимагає спеціальних талантів та здібностей. Щоб бути творчими, нам не треба писати книги, музику чи полотна живопису. Порівняно небагато людей роблять таке. Творчість – універсальна функція людини, яка веде до всіх форм самовираження, довершений рівень, вершина, пік якої – *самоактуалізація*. Отже, до прикладу, можуть бути творчі диск-жокеї, програмісти, бізнесмени, продавці, клерки і навіть професори коледжу!»

Самоактуалізація – це, насамперед і головним чином, творча, а відтак, ефективна реалізація суб'єктом своїх задатків, здібностей, талантів в усіх видах діяльності, праці. А. Х. Маслоу з особливим задоволенням, «смакуючи», розповідає у своїх творах про персон,

котрі успішно самоактуалізуються у пересічній праці, яка, на перший погляд, не має нічого спільного з так званими «творчими професіями» (мистецькими, науково-дослідними, технологічно-конструкторськими тощо).

Так, одна з таких персон, неосвічена й незаможна жінка, але бездоганна домогосподарка, чудова мати чотирьох дітей і дружина, прекрасно облаштувала житло своєї сім'ї – воно було скромним, але дуже затишним, зручним, комфортним, принагідним, гарним, кожен елемент інтер'єру відрізнявся бездоганим смаком, вигадкою, творчістю. Приятелі, зокрема й А. Х. Маслов, полюбили ходити до цієї сім'ї в гості і тому, що в ній панували привітність, доброзичливий гумор, невимушеність та приязнь у спілкуванні, і тому, що приготовлена господинею їжа завжди була чудовою на смак, а нерідко й оригінальною, містила приємні сюрпризи. Під враженням тривалого спілкування з цією самоактуалізованою домогосподаркою, А. Х. Маслов подарував нам блискуче резюме: *«В добре приготовленому супі більше творчості, ніж в посередній картині.»* (Хочеться додати: ... і в «сіренькій» дисертації).

Він з захопленням і великою симпатією розповів також про психіатра, який не написав жодної наукової статті, зовсім не займався роботою, котра називається науковою, але шукав і знаходив індивідуальний, завжди правильний підхід до кожного хворого, а відтак, лікував не симптоми й синдроми хвороби, а особистість пацієнта, що здебільшого приносило вражаючі позитивні результати.

З величезним захватом А. Х. Маслов написав про принцесу з королівської родини Великої Британії, яка під час I світової війни самовіддано працювала у військовому госпіталі сестрою милосердя – без вихідних, з короткими перервами для сну та їжі доглядала за пораненими, перев'язувала їх рани, як могла полегшувала їхні страждання, втішала й заспокоювала, була їм справжньою сестрою та матір'ю і при цьому не лише не втрачала життєву наснагу, енергію, душевні й фізичні сили, а навпаки, сповнювалась ними і духовною благодаттю, тому що з самовідданою любов'ю робила те, що могла робити найкраще в цей важкий для її Батьківщини час.

Особистості, що самоактуалізуються, люблять свою працю, тому що насолоджуються своєю спроможністю, вправністю, майстерністю в її процесі, а відтак, і її результатами, які за таких умов, зазвичай, хороші, вагомі. Отож вони «самі себе грузять» – з

цілковитою самовіддачею мобілізують свої ресурси для якісної роботи, швидше живуть, щоб працювати, а не працюють, щоб жити; власна робота переживається ними як їхня визначальна характеристика. А. Х. Маслоу порівняв захоплення таких осіб роботою з романтичним зв'язком закоханих: «праця і людина, здається, призначені одне для одного, належать і підходять одне одному як замок і ключ». Тут доречно зауважити, що за два століття до створення концепції самоактуалізації видатний український філософ Григорій Сковорода одним коротким реченням висловив її основний психологічний зміст: «Кураж перебуває у діянні сродному». Тобто, суб'єкт ефективно і з насолодою від своєї вправності («кураж») виконує ту роботу, до якої має здібності, покликання («діяння сродноє»).

Особистості, що самоактуалізуються, психічно здорові, чисті душею як діти, задоволені собою і світом, адекватно оцінюють себе, впевнені в собі, не скуті, не стривожені, їх внутрішній світ – безконфліктний, збалансований, гармонійний, їм не притаманні ненависть, заздрощі, злопам'ятство, агресивність, фальш, лицемірство, підступність. Вони природні, відкриті, толерантні, співчутливі, доброзичливі й добродійні. К. Р. Роджерс назвав таких особистостей «ідеально функціонуючими індивідуумами».

Вони невимушено, природно орієнтуються на гуманістичні духовні цінності, органічно ідентифікуються з ними, зачаровано захоплюються Істиною, Добром, Красою, активно цікавляться екзистенційно-філософськими та релігійними питаннями. Це дозволяє їм відрізнити незначуще, неважливе, тривіальне від значущого, важливого, правдивого. Їм чуже нейтрально-байдуже ставлення до світу, прагнення відгородитись від його нагальних проблем, замкнутись у своєму особистому добробуті – «моя хата скраю». Навпаки, вони схильні до активного, дієвого екзистенційно відповідального занурення у вир суспільно-політичних проблем. А. Х. Маслоу назвав ці особистісні властивості «індивідуальною автономією» і підкреслював, що тільки на ґрунті «індивідуальної автономії» може розвинутиись найвищий, найдосконаліший – релігійно-трансцендентний, космічний світогляд особистості, за наявності якого вона відчувається невід'ємною, безсмертною частинкою одвічного й вічного, абсолютно досконалого Божого Всесвіту. А такий світогляд – найпотужніший особистісно-духовний фактор психічного здоров'я та почування благополуччя суб'єкта. (Див.: 17.7.).

## Контрольні запитання і завдання

1. Як співвідносяться поняття «рух», «активність», «діяльність»?
2. Охарактеризуйте базисну, «каркасну» функціональну структуру людської діяльності.
3. За яким критерієм слід поділяти людську діяльність на основні види?
4. Доведіть, що існує спілкування як окремий вид діяльності – комунікативна діяльність.
5. Що таке госпіталізм?
6. Що є мотиваційним «ядром», основою мотивації ігрової діяльності?
7. Охарактеризуйте основні істотні властивості гри за Й. Гейзінгою.
8. Яка істотна властивість гри притаманна тільки їй, що відрізняє її від усіх інших видів діяльності?
9. Що таке ігровий зміст різних видів діяльності?
10. Чому в усіх розвинених країнах неухильно зростає інтерес до так званих ігрових форм навчання, розвитку, роботи, релаксації, психокорекції, психотерапії?
11. Як гра розвиває естетичну чутливість?
12. Доведіть, що гра розвиває моральність і духовність особистості.
13. Чому художньо-естетичну діяльність можна трактувати як своєрідну ігру?
14. Охарактеризуйте визначальні й провідні мотиви пізнавальної діяльності.
15. На яких рівнях розгортається пізнавальна діяльність?
16. Розкрийте психологічний зміст тих істотних властивостей аксіологічної (ціннісно-орієнтаційної) діяльності, які є підставою виокремлення її як окремого виду.
17. Розкрийте загально-психологічний зміст трудової діяльності, праці.
18. Що таке самоактуалізація особистості?
19. Інтерпретуйте слова Г. Сковороди: «Кураж перебуває у діянні сродному».
20. Кого К. Р. Роджерс назвав «ідеально функціонуючими індивідуумами»?
21. Що таке «індивідуальна автономія» за А. Х. Маслоу?



## Короткий термінологічний словник до Частини III.

### А

**Абулія** – відсутність волі, неспроможність докласти вольових зусиль.

**Авторитарність** особистості та соціальної групи виявляється в прагненні домінувати, панувати, добиватись беззастережної покори, слухняності підпорядкованих їм чи якимось іншим чином залежних від них осіб, груп за допомогою всіх можливих для них засобів залякування цих осіб та груп. Вони самотужки приймають будь-які рішення, не рахуючись з думкою підпорядкованих, підлеглих їм та залежних від них, ініціатива яких у виробленні стратегії і тактики спільної діяльності, прийнятті рішень сприймається авторитарними суб'єктами як сваволя та зазіхання на їхні гідність, авторитет, соціальний статус. Істотними рисами авторитарних суб'єктів є агресивність і завищена самооцінка.

**Авторитетність** – визнання високих моральних властивостей, переваг та компетентності особистості чи групи в одній або в декількох сферах діяльності, а відтак, права авторитетного суб'єкта робити визначальні оцінки, висновки, приймати відповідальні рішення, організовувати й керувати у сферах його компетенції та людських взаємин.

**Агресивність** – стала властивість суб'єкта, яка являє собою постійну готовність до агресії – завдання іншим людям психологічних та фізичних ударів, матеріальної шкоди.

**Агресія** – індивідуальні та/або групові дії, вчинки, поведінка, які переслідують мету завдати їх об'єкту психологічної, фізичної чи матеріальної шкоди – від відчутного удару до знищення.

**Активність** як властивість темпераменту виявляється у енергійності, з якою суб'єкт діє, рухається, спілкується.

**Аксіологічна або ціннісно-орієнтаційна діяльність** спрямована на пошук, вивчення, визначення, передачу підростаючим поколінням духовних цінностей, екзистенційної (смысло-життєвої) значущості.

**Акцентуація** – надмірна вираженість тих чи інших рис характеру або темпераменту та їх поєднань, що спричиняє підвищену вразливість до певних впливів, до дії певних чинників.

**Альтруїзм** – моральний принцип, згідно з яким значущим для суб'єкта є благо інших людей, а благо тих, кого він любить, – більш важливим, ніж власне; щира й безкорислива доброзичливість та добротинність у взаєминах.

**Амбаверт** – суб'єкт, у якого екстраверсія та інтроверсія більш-менш рівноважені.

**Антропометрія** – наукове вивчення конституції (будови тіла) особистості.

**Апатія** – всеохоплююча байдужість, емоційна незворушність, пасивність, патологічне послаблення спонук (бажань, прагнень, інтересів тощо).

## Б

**Біологічна природа особистості** – матеріально-тілесна основа та генетичні фактори її психіки, котрі є тим базисом, на якому розгортається і функціонує її суспільна природа – ті властивості, що визначаються суспільними чинниками і підпорядковуються суспільним законам.

## В

**Вікова сенситивність** – найбільш сприятливий, оптимальний стан психіки, нервової системи, всього організму людини щодо розвитку певних психічних функцій, притаманний певним віковим періодам.

**Віра особистості** – визнання і прийняття нею релігійних, ідеологічно-політичних та інших ідей, духовних цінностей, тлумачень, оповідей як істинних попри відсутність тільки для неї чи об'єктивно переконливої аргументації щодо їх істинності.

**Воля** – властивість людської психіки, яка виявляється в здатності суб'єкта свідомо спонукати себе докладати зусиль, спрямованих на подолання об'єктивних та суб'єктивних (небажання, лінощів, фізичної втоми, психічного виснаження тощо) перепон і труднощів на шляху до поставленої мети.

**«Втеча від Абсурду»** (“*Escape from Absurd*”) – порятунок від екзистенційної фрустрації («духовної нудоти»), зумовленої усвідомленням абсурдності людського життя, у вірі в Бога. (За А. Камю).

**«Втеча від Свободи»** (“*Escape from Freedom*”) – неусвідомлюване прагнення позбутись відчуження, самотності, душевної порожнечі, зумовлених «гонитвою за ідолами». (За Е. Фроммом).

**«Втеча в Натопи»** (“*Escape to Crowd*”) – неусвідомлюване уникнення особистісної екзистенційної відповідальності посередництвом раціоналізації (механізм психічного захисту), делегування її «авторитету колективного розуму», який насправді є авторитарною владою. (За В. Е. Франклом).

## Г

**«Гонитва за ідолами»** – домінування у спрямованості та мотивації особистості прагнення мати те, що пануюча меншість рекламує як прістижне. (За Е. Фроммом).

**Гра** – див.: *ігрова діяльність*.

**Гуманізм** – система поглядів, ідей, вчень, які проголошують людину найвищою цінністю на Землі, визнають її право на свободу, задоволення основних життєвих потреб, на розвиток та реалізацію своїх здібностей, рівність всіх перед законом, високі моральні принципи справедливості й людяності; гуманістична основа людських взаємин та головний критерій оцінки всіх суспільних/соціальних інституцій.

## Д

**Дерматогліфіка** – наукова дисципліна, представники якої виявляють і досліджують кореляційні зв'язки між особливостями рельєфів і рисунків на долонях і ступнях людини та її психіки й організму. В основі *д.* – досягнення *хіромантії*.

**Диспозиції** – комплекс провідних мотивів діяльності, ставлень, налаштувань, установок особистості щодо духовних цінностей (релігійних, моральних, художньо-естетичних та ін.), об'єктів (предметів і явищ) оточуючого світу, її схильностей, готовностей до певних емоційних реакцій, оцінок, суджень, дій, вчинків, поведінки.

**Діяльність** – це рух-поступ людства, спосіб існування усіх соціальних груп та особистості, який являє собою не лише активну адаптацію до світу, як на біологічному рівні організації матерії, а й адаптування світу до своїх потреб – перетворення його, спрямоване на задоволення їх.

**Духовність особистості** – внутрішньо-психічна свобода, здатність і прагнення мати автентично визначені ціннісні орієнтації, думку і позицію та поводитись відповідно до них, навіть всупереч загрозливому тиску ззовні та інстинкту самозбереження; істотні складові *д. о.* – моральність та екзистенційна відповідальність. Суттєвий прояв і фактор *д. о.* – пізнавальна активність у духовній сфері буття суспільства (релігія, філософія, мистецтво та ін.), вершина якої – творчість. (За В. Е. Франклом).

## Е

**Екзистенційна відповідальність** – це істотна складова духовності особистості, сутність якої полягає в тому, що суб'єкт переймається ідейними, політичними, правовими, традиційними засадами і реаліями суспільного життя, характером стосунків у ньому, взаємин в соціумі, протидіє тим негативним проявам, які суперечать його переконанням, ціннісним орієнтаціям тощо. Формування *е. в.* визначено основною, стратегічною метою систем освіти більшості європейських країн.

**Екстраверсія** – властивість темпераменту, яка вказує на зверненість особистості переважно до зовнішнього світу – її психічні процеси і стани, дії, вчинки, поведінка, діяльність зумовлюються, насамперед і переважно, інформацією, впливами, враженнями, що надходять ззовні, з оточуючого світу.

**Ексцентризм** (франц. *excentrique* – дивний, дуже своєрідний, незвичайний) – дивакуватість, нестандартність, непрогнозованість, загадковість поведінки.

**Емоційна збудливість** – властивість темпераменту, що вимірюється силою впливу, необхідною для появи емоційної реакції та швидкістю, з якою ця реакція виникає – чим менша сила і швидше, тим вища *е. з.* Висока *е. з.* характеризується як емоційна нестабільність, нестійкість. Низька – як емоційна стабільність, стійкість.

**Емоційне зараження** – переважно неусвідомлювана, нецілеспрямована передача від однієї людини, групи іншій емоційних станів, реакцій (радість, веселості, роздратування, злості тощо) посередництвом міміки, пантоміміки, тембру та інтонацій голосу.

**Емпатія** – соціально-психологічний механізм взаєморозуміння, у якому виокремлено три види: 1) **когнітивна е.** – розуміння суб'єктом змісту, характеру емоційних переживань, станів, реакцій осіб та груп людей на основі сприймання та осмислення експресії (зовнішніх проявів) цього змісту; 2) **предикативна е.** – передбачення суб'єктом вірогідних емоційних реакцій об'єкта (особи чи групи) на ті чи інші впливи на нього; 3) **співпереживання** – переживання суб'єктом таких самих чи схожих за модальністю емоцій на ті, що охопили її об'єкт. **Співчуття** також є проявом е. На відміну від співпереживання, у ньому переважають не емоційні переживання його об'єкта, а стурбованість, жалість, журба, побоювання за нього тощо.

### 3

**Загальні здібності** – спроможність суб'єкта добре розуміти та засвоювати матеріал усіх предметів навчальних програм, без особливих проблем опановувати всіляку розумову працю, окрім тих її різновидів, котрі вимагають якихось специфічних здатностей; кількісні показники окремих здібностей в структурі з. з. зазвичай різні, до прикладу, до математики більші, ніж до історії.

**Задатки** – генетично зумовлені (вроджені) анатоμο-фізіологічні та психічні властивості людини, з яких розвиваються її здібності.

**Здібності** – психічні та анатоμο-фізіологічні властивості людини, які є вирішально-визначальною умовою і чинником успішності формування та функціонування її як суб'єкта тієї чи іншої діяльності, що виявляється в показниках якості засвоєння та використання необхідних для цієї діяльності знань, умінь, навичок.

### 1

**Ігрова діяльність** – це створення ігрових удаваних ситуацій, зокрема й проблемних, і обов'язкових правил поведінки в них; гравець може випробувати й продемонструвати в таких ситуаціях свої психічні та/або фізичні можливості, здібності, переваги, зокрема й удачу, «везіння», що викликає у нього захоплення, наснагу, натхнення, захват, радість, насолоду тощо, а відтак, він доброхітно прагне брати участь в тих іграх, котрі приносять йому такі стани й переживання. Цей мотив суб'єкт, здебільшого, не рефлексує і не усвідомлює. Інші мотиви участі у власне і. д. є другорядними. Якщо другорядні мотиви домінують, то така діяльність не є власне ігровою, грою як такою.

**Ідентифікація** (лат. *identificare* – ототожнювати) – у психології цей термін має декілька значень. Як соціально-психологічний механізм взаєморозуміння – це постановка суб'єктом себе на місце іншого, що

здійснюється шляхом мисленнєвого заглиблення у логіку й зміст його мовлення, поводження, поведінки, а відтак, мотивації та мислення і прогнозування на цій основі його реакцій, дій, вчинків, поводження.

**Ідентифікація з агресором** – довершений прояв механізму психічного захисту *раціоналізації*, зумовленої авторитарним тиском. Суб'єкт, котрий здійснює *і. з а.*, не лише виправдовує і схвалює раціоналізуючими мисленнєвими операціями позицію та дії авторитарної сили, якої боїться, а й одержує вдовolenня, насолоду садо-мазохістського характеру від її жорстких імперативів і табу, жорстоких санкцій та репресій. Він почувається невід'ємною частиною цієї сили, ідентифікованим з нею.

**Індивід, індивідуум** – людина як окремий представник людського роду, фізично відокремлений від інших індивідів власним тілом, носій індивідуально-неповторних властивостей, рис, особливостей.

**Індивідуальність** – непересічна особистість, суб'єкт суспільно-значущих властивостей: здібностей, знань, умінь, компетентності, непохитних переконань, сили характеру тощо.

**Інтроверсія** – властивість темпераменту, яка вказує на доміючу зверненість особистості до свого внутрішнього світу – її психічні процеси і стани, дії, вчинки, поведінка, діяльність зумовлюються переважно не впливами ззовні, а її власними, автентичними переживаннями та міркуваннями.

## К

**Кількісна характеристика здібностей** – це показники рівня їх розвиненості. Базові кількісні показники здібностей – час та зусилля, які суб'єкт витрачає на опанування відповідної цим здібностям діяльності.

**Комплекс** як психологічне поняття являє собою певні особливості емоційних переживань, мотивації, мислення, оцінок, поведінки, поводження, діяльності суб'єкта, які компенсують ту чи іншу його неповноцінність, неспроможність, нездатність. Особи з *к.*, здебільшого, не знають про наявність його у них.

**Комунікативна діяльність** – див.: *Спілкування*.

**Конституційно-антропометричний підхід до особистості** – виявлення та вивчення кореляційних взаємозв'язків між особливостями будови тіла (конституції) та психічними властивостями людини.

**Конституція** – будова тіла особистості (термін *к.* має й інші значення).

**Конформізм** – стала свідомо або несвідомо налаштованість суб'єкта підлаштовувати, пристосовувати свої дії, вчинки, поведінку, діяльність, судження, оцінки, ставлення, погляди, налаштування, спрямованість до імперативів (вимог) і табу (заборон), принципів та норм поводження того соціуму, тієї групи чи особи, під вплив яких він підпадає внаслідок тих чи інших причин, насамперед і головним чином, через залежність він

них. *К.* поділяють на *свідомий*, який називають також *зовнішнім і публічним*, та *несвідомий або внутрішній, особистісний*. Індивіда, який поводить таким чином, називають *конформіст*, а схильність до такого поведіння – *конформність*.

## Л

*Любов* – довершене позитивне почуття, у якому філософи Еллади виокремили такі види: *агапе* – щира, щедра, безкорислива, самовіддана, жертвна турбота суб'єкта л. про її об'єкт; *ерос* – пристрасна закоханість, стрижнем якої є бажання суб'єкта володіти її об'єктом, стати цілковитим і одноосібним володарем його тіла й душі (помислів, почуттів, бажань); *філія* – щира приязнь, дружба; *сторге* – любов-прихильність, насамперед, сімейна, родинна, етно-національна.

## М

*Мазохізм* – у вузькому розумінні означає насолоду від тілесного і душевного болю, якого завдає сексуальний партнер перед статевим актом та в процесі його. В широкому – вдоволення, насолоду суб'єкта від своїх страждань, мук, болю, зокрема, від суворого й жорстокого поведіння з ним владної сили, яку він визнає над собою, якій психологічно підпорядковується, з якою так чи інакше ідентифікується.

*Майстерність* – високий рівень розвитку професійних, комунікативних, спортивних та ін. здібностей, що знаходить вияв у високоякісній, вельми продуктивній діяльності.

*Моральність особистості* – автентичні моральні засади її спрямованості, які функціонально виявляються у вирішально-визначальному впливі моральних принципів та норм на її вчинки, дії, поведінку, діяльність, що регулюється її совістю.

*Мотиваційно-динамічний підхід до особистості* – найбільш розлогий та потужний напрям досліджень її. Він охоплює всі об'єктивні й суб'єктивні (зовнішні та внутрішньо-психічні) фактори, котрі позначаються на її мотивації своєї поведінки, діяльності, на формуванні й функціонуванні мотиваційної матриці – утворень сфери спрямованості. Ці фактори поділяються на біологічні, соціальні та духовні. Динаміка мотивації (логіка причинно-наслідкових зв'язків мотиваційних процесів) особистості під впливом таких факторів – основний предмет досліджень в межах *м.-д. п. до о.*

*Мотивація* – психічні спонуки, які зумовлюють активність людини: потяги, потреби, бажання й небажання, прагнення, мотиви і т. ін. Спрямування психічних спонук особистості на ті чи інші об'єкти відповідає змісту утворень її сфери спрямованості (ціннісним орієнтаціям, світогляду, переконанням, вірі); відповідно до змісту цих утворень особистість визначає для себе стратегічні життєві цінності, пріоритети, цілі, бажане й небажане, потрібне й непотрібне, припустиме

й неприпустиме, культивує або гальмує ті чи інші свої потреби, бажання тощо. Тобто, *сфера спрямованості особистості* – це змістова матриця її м., яка вирішально-визначальним чином опосередковує суспільні та природно-біологічні спонукальні впливи ззовні на неї.

## Н

**Навіювання або сугестія** – це вербальний (мовленнєвий) цілеспрямований вплив людини на іншу людину чи на групу людей, розрахований на некритичне, «на віру» сприйняття тієї інформації, що навіюється, без критичного осмислення її з метою визначення істинності її змісту, логічності та переконливості аргументів.

**Наслідкування** – свідоме й несвідоме переймання, повторення, відтворення суб'єктом змісту й форм суджень, оцінок, ціннісних орієнтацій, уподобань, стилю життя, поведінки, поводження, манер, дій тощо, насамперед і головним чином, тих особистостей та груп, до яких він ставиться як до взірцевих, еталонних в тій чи іншій сфері життя.

**Нахнення** – це творче хвилювання, свосвідна напруга та піднесення інтелектуальної потуги, ясність мислення, вплив плідних думок і образів, загострення уваги й пам'яті, що стимулює появу та реалізацію творчих задумів, знаходження рішень складних проблем і задач. Найвищий злет *н.* називають **творчою одержимістю**.

**«Негативна свобода»** – це комплекс спрямованості, мотивації, поведінки, діяльності, а відтак, почування особи, породжений *«гонитвою за ідолами»*. Основний суб'єктний зміст *«н. с.»*: насторожено-недовірливе відсторонення й відчуження від людей; почування радикальної самотності, душевної порожнечі та холоду; некрофілія – любов до смерті. (За Е. Фроммом).

**Несвідомий (внутрішній, особистісний) конформізм** – виправдовування суб'єктом посередництвом несвідомого підтасовування аргументів, упередженої інтерпретації фактів тощо агресивно-репресивної позиції авторитарної сили, а відтак, і своєї згоди з нею та підтримки її, щоб приховати від своєї свідомості справжню причину свого покірливого пристосування до неї – страх; *н. к.* забезпечують механізми психічного захисту – *раціоналізація та ідентифікація з агресором*.

**Нігілізм** – в широкому розумінні – зневажливе заперечення й відкидання високих духовних цінностей, ідеалів, моральних принципів і норм, культури поводження тощо.

## О

**Обдарованість** – високий рівень загальних та спеціальних здібностей, передумова творчості, таланту, майстерності.

**Об'єкт** – ті предмети і явища, на які спрямована діяльність суб'єкта.

**Особа** – синонім термінів *індивід, індивідуум*.

**Особистість** – це людина, якій притаманна суспільна природа, суб'єкт самосвідомості (усвідомленого власного Я), понятійних знань, трудових, пізнавальних, комунікативних, ігрових умінь і навичок, свідомого відображення світу і регулювання свого буття в ньому посередництвом своєї спрямованості (ціннісних орієнтацій, світогляду, переконань, віри).

## II

**Переконання особистості** – впевненість, що її ціннісні орієнтації, світогляд, віра та зумовлені ними і відповідні їм дії, вчинки, діяльність, поведінка – правильні.

**Переконування** – цілеспрямований мовленнєвий вплив людини на іншу людину чи на групу людей, розрахований на критично осмислене, раціонально, мисленнєво виважене сприймання інформації, яка подається. Тому той, хто переконує, здійснює добір відповідних змісту його переконуючого впливу наукових істин, фактів, практичних аргументів, логічно впорядковує їх і до них апелює (вдається, звертається, застосовує). **II** – основний засіб впливу у науковій полеміці, навчанні й вихованні, що ґрунтуються на засадах наукової педагогіки, тощо.

**Пізнавальна діяльність** – це: 1) вироблення, продукування нових знань, умінь; 2) вивчення й засвоєння знань, умінь, навичок, опанування ними. У процесі **п. д.** суб'єкт змінює (модифікує, трансформує, реконструює) не зовнішні щодо нього об'єкти, а себе – набуває знань, умінь, навичок, розвиває пізнавальну сферу своєї психіки тощо. Об'єкт **п.д.** – предмети і явища неживої та живої природи, суспільства, матеріальної і духовної культури, людина.

**Пластичність і ригідність** – властивість темпераменту, яка вказує на степінь легкості та гнучкості пристосування до змін життєвих обставин, нових людей в оточенні, співвідносно з інертністю, застиглістю звичок, налаштувань, ставлень, форм поведінки.

**«Позитивна свобода»** – це спроможність і обов'язок людей бути вільними, автономними та унікальними, що не лише не нівелює органічних, правдиво гармонійних та життєдайних зв'язків з іншими людьми, соціумом, суспільством, а конче вимагає та інтенсивно продукує їх. **«II. с.»** досягається шляхом наполегливого розвитку потреби серйозно і вдумливо зосереджуватись на високих, позаісторичних, одвічних духовних цінностях та ідеалах, глибинні основи яких закладені у несвідомій сфері людської психіки, та керувались насамперед ними, що має бути основним завданням навчально-виховної системи. Цей очищуючий душі процес називається **«революція серцець»** і **«дерепресія»**, тому що він ефективно протидіє репресивним впливам **«соціального фільтру»** та **«ідолів»**. (За Е. Фроммом).



**Пристрасть** – інтенсивна і стала прихильність до якогось об'єкта, що домінує над всіма іншими емоційними переживаннями та спонуками суб'єкта.

**Професійне консультування** – це організоване на основі професіограм інформування про професії, що має допомогти людям, насамперед юнакам і дівчатам, які закінчують школу, обрати ту спеціальність, котра відповідає їхнім задаткам і здібностям.

**Професіограма** – документ, у якому представлені: місце та роль професії в структурі суспільного розподілу праці; історія та перспективи її розвитку; вимоги щодо необхідних для неї знань, умінь, навичок; інформація про навчальні заклади, у яких готують фахівців цієї професії; якісна характеристика здібностей, потрібних для успішного оволодіння професією та ефективної праці за фахом. На основі **П.** здійснюється професійне консультування та професійне орієнтування.

**Професійне орієнтування** – комплекс психологічних, педагогічних і медичних заходів, які мають допомагати молодим людям обрати ті професії, котрі відповідають їхнім задаткам, здібностям, можливостям.

**Професійне психічне вигорання** – це процес поступової втрати суб'єктом розумової та тілесно-фізичної енергійності, життєвої наснаги під впливом психологічно виснажливої праці, що виявляється у емоційній виснаженості (апатії), сталому пригнічено-депресивному настрої, хронічній втомі, цілковитій втраті інтересу до роботи й спілкування, у безсонні, зловживанні алкоголем та іншими психотропними речовинами, нерідко – в суїцидальності (схильності до самогубства).

**Психоз** – хвороба, що руйнує і патологічно змінює пізнавальну, волюву, емоційну сфери психіки людини, її ставлення до світу, до інших людей і до себе.

## Р

**Раціоналізація** – механізм психічного захисту, який посередництвом підтасовування аргументів, упередженої інтерпретації фактів тощо спотворює реальність, у яких перебуває суб'єкт, з метою збереження його Я-концепції, почуття гідності, самоповаги тощо, зокрема, маскує, щоб приховати від його свідомості справжню, істинну причину його покірливого пристосованості – страх. **Р.** функціонує на несвідомому рівні психіки людини. **Р.** – основний механізм несвідомого конформізму.

**Реактивність** – властивість темпераменту, рівень якої визначається швидкістю та мимовільністю реакцій суб'єкта на зовнішні впливи

**Референтність** – значущість для суб'єкта якоїсь особистості або групи людей, з якими він співвідносить свої вчинки, дії, поведінку, діяльність, роздуми, судження, оцінки, ціннісні орієнтації тощо як з еталоном, взірцем для наслідування. Відтак, референтні для суб'єкта особистості чи групи істотно впливають на процеси формування, трансформації, функціонування всіх його знань, умінь, навичок та

утворень сфери спрямованості. *Р.* засновується або на *авторитетності*, або на *авторитарності* її носіїв.

**Рефлексія:** 1. Процес усвідомлення та пізнання суб'єктом змісту своїх психічних переживань, реакцій, процесів і станів. Поняття *р.* виникло в лоні філософії і означало розмірковування людини про те, що постає у її свідомості. 2. Бачення суб'єктом себе очима співбесідників – усвідомлення, розуміння й почування, як вони сприймають, розуміють його, як ставляться до нього.

**Рівень домагань** – сукупність прагнень особистості досягнути цілі такого рівня складності, який, на її думку, цілком відповідає її можливостям, потенціалу.

**Ригідність** – див.: *пластичність*.

**«Розумний егоїзм»** – доброзичливість, добropорядність, доброчинність, мотивовані турботою про своє власне та близьких психічне й соматичне здоров'я, соціальне і матеріальне благополуччя тощо.

## С

**Садизм** – у вузькому розумінні – здатність і бажання одержувати насолоду від завдання сексуальному партнеру фізичного та душевного болю перед статевим актом і в процесі його. Виявляється різною мірою – від щипання й дряпання до жахливо жорстоких знущань та убивств зі згвалтуванням. В широкому розумінні – це вдоволення, насолода суб'єкта від страждань, мук інших людей, яких він їм завдає.

**Самоактуалізація** – це, насамперед, творча, а відтак, ефективна реалізація суб'єктом своїх задатків, здібностей, талантів; особистість, що самоактуалізується, творчо й цілковито реалізує свої задатки, здібності, таланти, що чинить благодатний вплив на її самопочування, психічне й соматичне здоров'я. (За А. Х. Маслоу).

**Свідомий (зовнішній, публічний) конформізм** – це здатність суб'єкта критично осмислювати, оцінювати і в глибині душі не приймати те, що коїть і нав'язує авторитарна сила, однак, приховувати усе це і поводитись відповідно до її імперативів, табу, норм, щоб уникати її покарань і одержувати від неї схвалення, винагороди, заохочення за свою показну лояльність щодо неї.

**Світогляд особистості** – її погляди на життя, тобто, розуміння Бога, сутності та смислу життя людини, існування світу (природи, суспільства, цивілізації, культури) тощо.

**Сенситивність** – властивість темпераменту, рівень якої визначається співвідношенням потужності значущих для суб'єкта зовнішніх впливів на нього та інтенсивності його реакцій на такі впливи. Висока *с.* – інтенсивні реакції на слабкі впливи; низька – навпаки.

**Складові здібностей** – це ті психічні та/чи анатомо-фізіологічні властивості суб'єкта, які є вирішально-визначальним фактором

успішності, ефективності у тій сфері його діяльності, якій вони відповідають.

**Совість** – психічний регулятор моральності особистості посередництвом емоційних переживань, що функціонує на основі автентичного визначення добра і зла.

**Сором** – це негативно забарвлені емоційні переживання суб'єкта, зумовлені неприйняттям і засудженням значущими для нього особами й групами тих його вчинків, дій, поведінки, експресивних проявів, які суперечать їхнім моральним принципам і нормам, експектаціям (очікуванням) тощо.

**Соціабельність** – це прагнення суб'єкта перебувати в товаристві, активно спілкуватись, загалом толерантне, приязне налаштування щодо людей, вміння знаходити спільну мову, домовитись (досягати консенсусу), що сприяє позитивному ставленню та прихильності до нього, і відсутність бар'єрів щодо експресивних виявів своїх емоційних переживань, реакцій та прохання допомоги.

**Спеціальні здібності** – це здібності до якоїсь конкретної діяльності.

**Співвідношення реактивності та активності** – властивість темпераменту, яка вказує на переважання залежності дій, вчинків, поведінки, діяльності суб'єкта від випадкових подій, впливів, раптових, спонтанних бажань або небажань тощо чи від його сталої спрямованості та мотивації (ціннісних орієнтацій, намірів, прагнень і т. ін.).

**Спілкування** – необхідна умова і базова складова людського буття. Посередництвом *с.* здійснюється обмін інформацією, досягається порозуміння задля взаємодії в усіх видах діяльності. В цих функціях *с.* не є провідним мотивом, самоціллю, воно – не мета, а засіб досягнення інших цілей. Але, існує *с.* у «чистому вигляді», провідним мотивом якого є воно само. Психологічні й тілесні контакти з об'єктом такого «чистого» *с.* – це самодостатня мета для суб'єкта – він не переслідує жодної іншої мети (трудової, пізнавальної, ігрової тощо), окрім духовних, інтелектуальних, фізичних контактів з його об'єктом, або інша мета є другорядною, похідною щодо цієї основної мети.

**Спрямованість особистості** – це комплекс утворень психіки людини, які скеровують її активну дієвість на ті чи інші об'єкти. Основні складові спрямованості особистості: ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра.

**Структурно-функціональні блоки особистості** – відповідають тій системі, в якій розгортається її життєдіяльність – світу людини. Вони забезпечують її існування в цій системі. Особистість як система складається з трьох підсистем: біологічної, суспільної (соціальної) та духовної. Відповідно, основних *с.-ф. б. о.* також три. В них представлена її сутність, природа, ество.

**Суб'єкт** – це особистість або група людей як активне начало всілякої діяльності (трудової, пізнавальної, комунікативної, ціннісно-орієнтаційної, ігрової). Тобто *с.* – це той, хто діє, здійснює діяльність.

**Сугестія** – див. *навіювання*.

**Суспільна (соціальна) природа особистості** – знання, уміння, навички та утворення сфери спрямованості (ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, віра), які формуються і функціонують в процесі її життєдіяльності як члена суспільства.

## **Т**

**Талант** – вельми високий рівень здібностей, на якому уможливноється суспільно цінна творчість.

**Темперамент** – генетично зумовлені індивідуальні особливості динаміки психічних процесів і станів: інтенсивності (сили), темпу (швидкості), переважаючого емоційного забарвлення та домінування зверненості до зовнішнього чи до свого внутрішнього світу.

**Темп реакцій** – властивість темпераменту, яка являє собою швидкість перебігу психічних процесів (опрацювання інформації, прийняття рішень тощо), мовлення і рухів тіла.

**Тоталітаризм** – державне правління (режим), суть якого полягає у цілковитому (тотальному) авторитарно-репресивному контролі держави над усіма сферами життя суспільства. Істотні властивості тоталітарного режиму: відсутність конституційних прав і свобод громадян; підпорядкування державі усіх легальних організацій; не обмежені законодавством повноваження (сваволя) інституцій влади; заборона опозиційних організацій та рухів; жорсткі, а здебільшого вкрай жорстокі санкції та репресії щодо інакомислячих; мілітаризація – створення потужного війська та каральних органів.

**Традиція** – базова форма репрезентації та утвердження суспільства. Ідейним змістом *т.* є вироблені попередніми і визнані теперішніми поколіннями духовні цінності, ідеали, вірування, представлені в певних нормах і формах поведження, поведінки, зокрема у святах, обрядах (ритуалах) на честь визначних подій. **Звичай** – це побутова традиція.

**Трудова діяльність або праця** – процес виробництва продуктів, необхідних для існування та розвитку людських спільнот. В такому широкому розумінні виробниками необхідних суспільству продуктів є всі різновиди праці та види діяльності, до прикладу: медицина, психологічна допомога, соціальні служби, мистецтво, ігри та розваги продукують психічне й соматичне здоров'я, життєву наснагу, що інтегрується у почуванні благополуччя особистості; наукове пізнання – інноваційні ідеї і технології; освіта, релігія, мистецтво – знання, уміння, спрямованість громадян; служба військових, правоохоронців, фахівців цивільного захисту та інших силових відомств забезпечує безпеку. Тобто, по-перше, *т. д.* охоплює всі види праці та служби, по-друге, процес праці забезпечують усі інші види діяльності (спілкування, гра, пізнання, ціннісне орієнтування).

## У

**Утилітаризм** – оцінка суб'єктом усього, що діється навколо нього, з позиції егоїстичної корисливості, споживацької вигоди для себе і відповідне поводження.

## Ф

**Фанатизм** – непохитна відданість суб'єкта якимось ідеям, ідеалам, цінностям, особам, групам тощо, беззастережна готовність принести їм в жертву себе та інших, будь-кого і будь-що, упереджено й непримиренно вороже ставлення до критики об'єкта фанатичного ставлення, категорична й безапеляційна нетерпимість до його опонентів.

**Фетишизм** – цей термін має декілька значень. Одне з них – засноване на «сліпій», фанатичній вірі надання якимось ідеям абсолютної, безапеляційної, незаперечної істинності, а відтак, надцинності.

**Фізіогноміка** – візуальне встановлення кореляційних зв'язків між рисами обличчя, формами й обрисами тіла, кінцівок, особливостями рухів людини та властивостями й особливостями її психіки, станом і перспективами соматичного та психічного здоров'я.

**Фрустрація** – стан відчаю, розпачу, зумовлений нездатністю суб'єкта дати собі ради у значущій для нього справі, нездоланими перепонами на шляху до важливої для нього мети тощо.

## Х

**Характер особистості** – складне психічне утворення, основою якого є інтегрована у сфері її спрямованості ієрархізована система ставлень до світу і до себе та вольові властивості.

**Хіромантія** – гадання щодо особистісних властивостей людини, її минулого й майбутнього, стану та перспектив її соматичного і психічного здоров'я на основі особливостей рельєфу її долонь та рисунків на них – опуклостей, заглиблень, конфігурації складок, узорів.

## Ц

**Ціннісні орієнтації особистості** – це найбільш значущі, важливі, цінні для неї ідеї, моральні принципи та норми, релігійні догмати, які утворюють основу її смислу життя та спрямованості (світогляду, переконань, віри).

**Ціннісно-орієнтаційна діяльність** – див.: *Аксіологічна діяльність*.

## Я

**Я-демонстративне** – намагання суб'єкта створити враження в оточуючих про наявність у нього тих чи інших позитивних властивостей, рис, особливостей і/або про відсутність негативних, небажаних. Таке

бажане або небажане може бути притаманне чи непритаманне суб'єкту різною мірою – від наявності уповні до цілковитої відсутності.

**Я-дзеркальне** – відстежування, осмислення, розуміння, оцінка, прогнозування особистістю ставлень до неї інших людей.

**Я-динамічне** – відстежування, осмислення, розуміння, оцінка, прогнозування особистістю змін, що відбуваються в її житті (внутрішньому світі, взаєминах, соціальних статусах і т. ін.).

**Я-ідеалізоване** – гіперболізоване (перебільшене), прикрашене, не відповідне більш скромним реаліям, трактування особистістю своїх властивостей, переваг, достоїнств, гідності, цінності та поблажливе виправдання власних недоліків, що інтегровано постає у завищеній самооцінці.

**Я-ідеальне** – уявлення, мрії особистості про те, ким і якою вона хотіла б стати в майбутньому.

**Якісна характеристика здібностей** – виробляється щодо кожного з видів та різновидів діяльності і являє собою опис змісту складових цих здібностей.

**Я-концепція** – відносно сталий комплекс знань особистості про свої властивості, риси, особливості, самооцінок кожної з них і себе в цілому та ставлень до кожної з них і до себе в цілому, що інтегрується в усвідомленні ідентичності самій собі.

**Я-реалістичне** – адекватні, відповідні реаліям знання особистості про свої властивості, риси, особливості та її ставлення до них, що впливає з самооцінки кожної з них і себе в цілому.

**Я-реальне** – знання особистості про свої властивості, риси, особливості та її ставлення до них, що впливає з самооцінки кожної з них і себе в цілому.

**Я-фантазійне** – мрії особистості про себе ідеальну, нерідко, з самоіронічно-сумирним розумінням їх нездійсненності.

### Література до Частини III.

1. Анастаси А. Дифференціальна психологія. – М.: Апрель-Пресс, 2001. – 241 с.
2. Асмолов А. Г. Психологія личности: культурно-историческое развитие человека: монографія. – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. – 528 с.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих отношений. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 320 с.
4. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: «ПРОГРЕСС», 1986. – 421 с.
5. Борозина Л. В. Психология характера: исторический очерк. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1997. – 123 с.
6. Бреусенко-Кузнецов А. А. Опыт сказочничества. Динамика ценностно-смысловой сферы личности в условиях экзистенциального кризиса: монографія. – К.: КВИЦ, 2005. – 386 с.
7. Варій М. Й. Психологія особистості: навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2008. – 592 с.
8. Гейзінга Й. Homo Ludens. – К.: Основи, 1994. – 250 с.
9. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: навчальний посібник. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
10. Джемс У. Воля к вере. – М.: Мысль, 1997. – 126 с.
11. Камю А. Бунтующий человек. – М.: Мысль, 1990. – 310 с.
12. Камю А. Миф о Сизифе. Эссе об абсурде. – Сумерки богов / Сост. и общ. ред. А. А. Яковлев. – М.: Политиздат, 1989. – С. 222-318.
13. Кант И. О темпераменте. – Психология индивидуальных различий: тексты. – М.: ЧеРо, 2000. – С. 96-105.
14. Капрара Дж., Сервон Д. Психология личности. – СПб: Питер, 2003. – 592 с.
15. Карнегі Д. Як завойовувати друзів та впливати на людей. Як виробляти в собі впевненість і впливати на людей, виступаючи прилюдно. Як перестати хвилюватись і почати жити. – Харків: Промінь, 2007. – 276 с.
16. Карпенко З. С. Аксиологічна психологія особистості: монографія. 2-ге вид. – Івано-Франківськ, 2018. – 720 с.
17. Каюа Р. Людина та сакральне. – К.: Ваклер, 2003. – 256 с.
18. Климишин О. І. Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід: монографія. – Івано-Франківськ: Гостинець, 2010. – 440 с.
19. Коpecь Л. В. Психологія особистості: навчальний посібник. – К.: Видавничий дім «Киево-Могилянська академія», 2008. – 324 с.
20. Кречмер Э. Строение тела и характер. – М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000. – 216 с.

21. **Лазурский А. Ф.** Очерк наук о характерах. – М.: Наука, 1995. – 180 с.
22. **Левитов Н. Д.** Проблема характера в современной психологии. – Психология индивидуальных различий: тексты / Под. ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – С. 96-105.
23. **Леонгард К.** Акцентуированные личности: монография. – К.: «Вища школа», 1989. – 376 с.
24. **Ломброзо Ч.** Гениальность и помешательство. Параллель между великими людьми и помешанными: научно-популярное издание. – К.: «Україна», 1995. – 276 с.
25. **Максименко С. Д.** Генеза здійснення особистості: монографія. – К.: ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.
26. **Максименко С. Д., Клименко В. В., Толстоухов А. В.** Психологічні механізми зародження, становлення та здійснення особистості: монографія. – К.: Вид-во Європейського університету, 2010. – 240 с.
27. **Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В.** Психологія особистості: підручник. – К.: ТОВ «КММ», 2007. – 296 с.
28. **Маслоу А.** Мотивация и личность. – 3-е изд.. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
29. **Маслоу А.** Новые рубежи человеческой природы. – М.: Смысл, 1999. – 425 с.
30. **Маслоу А.** Психология бытия. – М.: «Рефл-бук», К.: «Ваклер», 1997. – 304
31. **Москалец В.** Віра в Бога як психічний базис стану загального благополуччя особистості // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис. – 2015. – №1. – С. 55-64.
32. **Москалец В.** Види діяльності з позицій суб'єктного підходу в психології // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2012. – №4. – С. 66-78.
33. **Москалец В.** Духовні горизонти особистості: потенціал вершинної аналітики // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2011. – № 1. – С. 73-84.
34. **Москалец В. П., Олійник А. В.** Релігійна віра як антисуїцидальний чинник // Практична психологія та соціальна робота, 2009. – № 2. – С. 71-80.
35. **Москалец В. П.** Основний психологічний зміст та розвивально-особистісний потенціал ігрової діяльності // Практична психологія та соціальна робота, 2009. – №10. – С. 1-8.
36. **Москалец В. П.** Психологія особистості: навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2013. – 414 с.
37. **Москалец В.** Психологія особистості: підручник. – Київ-Івано-Франківськ: «Нова Зоря», 2020. – 435 с.



38. **Москалець В.** Психологія релігії: підручник. – К.: «КНТ», 2019. – С. 29-48; 76-111.
39. **Москалець В. П.,** Сняк І. В. Віра в Бога, марновірство, обереги учасників бойових дій у Донбасі. – Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія / За ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка. – Харків: ФОП Мезіна В. В., 2017. – С. 140-152.
40. **Москалець В.** Структурно-функціональна організація особистості // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис. – 2010. – №2. – С. 20-26.
41. **Москалець В. П.** Три сили для людини: від «Великого Інквізитора» до канонічної психології Володимира Роменця // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2012. – № 2. – С. 6-15.
42. **Обозов Н. И.** Психология внушения и конформности. – СПб.: Питер, 1997. – 150 с.
43. **Олпорт Г.** Становление личности. Избранные труды. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
44. **Палій А. А.** Диференціальна психологія: навчальний посібник. – К.: «Академвидав», 2010. – 432 с.
45. **Первин Л.,** Дхон О. Психология личности. Теория и исследования. – М.: Аспект-Пресс, 2001. – 607 с.
46. **Помиткін Е. О.** Психологія духовного розвитку особистості: монографія. – К.: Наш час, 2007. – 280 с.
47. **Психологія** личности: словарь-справочник / Под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: РУТА, 2001. – 320 с.
48. **Рибалка В. В.** Психологія честі та гідності особистості: культурологічний та аксіологічний аспекти: науково-методичний посібник. – К.: ТОВ «Інформаційні системи», 2011. – 428 с.
49. **Рибалка В. В.** Теорії особистості у вітчизняній психології: навчальний посібник. – К.: ПППО АПН України, 2006. – 530 с.
50. **Рубинштейн С. Л.** Бытие и сознание. Человек и мир. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
51. **Савчин М. В.** Духовна парадигма психології: монографія. – К.: Академвидав, 2013. – 224 с.
52. **Савчин М. В.** Здатності особистості: монографія. – К.: Видавничий центр «Академія», 2016. – 288 с.
53. **Савчин М. В.** Психологія відповідальної поведінки: монографія. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2008. – 224 с.
54. **Семиченко В. А.** Психология: Темперамент. – К. – Полтава: «Формика», 2001. – 124 с.
55. **Старовойтенко Е. Б.** Культурная психология личности: монографія. – М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2007. – 310 с.

56. **Титаренко Т. М.** Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
57. **Феофраст** Характеры. – М.: Наука, 1974. – 96 с.
58. **Феррхейм А., Хейвен П.** Личность и социальное поведение – СПб.: Питер, 2001. – 368 с.
59. **Франкин Р.** Мотивация поведения: биологические, конституционные и социальные аспекты. – СПб.: Питер, 2003. – 522 с.
60. **Франкл В.** Воля к смыслу. – М.: Апрель-Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000. – 368 с.
61. **Франкл В.** Основы логотерапии. Психотерапия и религия. – СПб.: Речь, 2000. – 278 с.
62. **Франкл В.** Психотерапия и экзистенциализм. Избранные работы по логотерапии [Электронный ресурс]. – режим доступа: <http://www.koob.ru>.
63. **Франкл В.** Человек в поисках смысла: сборник произведений. – М.: «ПРОГРЕСС», 1990. – 368 с.
64. **Фрейд А.** Психология Я и защитные механизмы. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
65. **Фрейд З.** Введение в психоанализ: лекции. – М.: «Наука», 1989. – 456 с.
66. **Фрейд З.** Психология бессознательного: сборник произведений. – М.: Просвещение, 1990. – 368 с.
67. **Фрейджер Р., Фейдимен Д.** Личность. Теории, упражнения, эксперименты. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 456 с.
68. **Фромм Э.** Анатомия человеческой деструктивности. – М.: «Республика», 1994. – 447 с.
69. **Фромм Э.** Бегство от свободы. – М.: Прогресс, 1995. – 256 с.
70. **Фромм Э.** Бегство от свободы. Человек для себя. – Мн.: «Поппури», 1998. – 672 с.
71. **Фромм Э.** Гуманистический психоанализ / Сост и общ. ред. В. М. Лейбин. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с.
72. **Фромм Э.** Душа человека. – М.: ООО «АСТ-ЛТД», 1998. – 430 с.
73. **Фромм Э.** Иметь или быть? – М.: Прогресс, 1990. – 258 с.
74. **Фромм Э.** Теория любви. – Психология личности в трудах зарубежных психологов / Сост. и общ. ред. А. А. Реана. – СПб.: Питер, 2000. – С. 120-132.
75. **Фромм Э.** Человек для себя. Исследование психологических проблем этики. – Мн.: «Коллегиум», 1992. – 253 с.
76. **Фурман А. А.** Психологія особистості: ціннісно-смысловий вимір: монографія. – Одеса-Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 312 с.
77. **Фурман А. В., Гуменюк О. Є.** Психологія Я-концепції: навчальний посібник. – Львів: Новий Світ, 2006. – 360 с.
78. **Фурман О. Є.** Я-концепція як предмет багатоаспектного теоретизування // Психологія і суспільство. Український теоретико-методологічний соціогуманітарний часопис, 2018. – № 1-2. – С. 38-68.

79. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Основные положения, исследование и применение: монография. – СПб.: Питер-Пресс, 1997. – 608 с.

80. Швейцер А. Культура и этика. – М.: Прогресс, 1973. – 344 с.

81. Шелер М. Сутність моральної особистості. – Сучасна зарубіжна філософія. Течії і напрями. – К.: Ваклер, 1996. – С. 10-30.

82. Шмелёв А. Г. Психодиагностика личностных черт. – СПб.: Речь, 2002. – 480 с.

83. Юнг К. Г. Психологические типы. – СПб.: Ювента; Издательская фирма «Прогресс-Универс», 1995. – 715 с.

84. Юнг К. Г. Психология бессознательного. – М.: Канон, 1994. – 513 с.

*Навчальне видання*

*Віктор Петрович Москалець*

# **ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Підручник**

На обкладинці використано фото скульптури  
О. Леонова "Адам і Єва" взятого із відкритих джерел



814182

овідальний за випуск *В.І. Зарицький*  
мп'ютерна верстка *О.П. Щербина*  
Авторська редакція

Підписано до друку 23.10.2019. Формат 60×84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Папір офсетний. Друк офсетний. Гарнітура Times New Roman.  
Умовн. друк. аркушів – 32,78. Обл.-вид. аркушів – 30,34.

«Видавництво Ліра-К»  
Свідоцтво № 3981, серія ДК.  
03115, м. Київ, вул. В. Стуса, 22/1.  
тел./факс (044) 247-93-37; 228-81-12  
Сайт: [lira-k.com.ua](http://lira-k.com.ua), редакція: [zv\\_lira@ukr.net](mailto:zv_lira@ukr.net)