

ПОНЯТТЯ НОРМИ У КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

В статье рассматривается вопрос психологической «нормы», который имеет важное значение для практической психологии при дифференциации границ влияния на личность в процессе психологического вмешательства. Особенно актуальной проблема нормы, критериев нормального развития личности становится в решении задач воспитания, обучения, перевоспитания, коррекции и психотерапевтического влияния на личность. При этом важно обращать внимание на такие вопросы, как норма реакции (моторной, сенсорной), норма когнитивных функций (восприятия, памяти, мышления), норма регуляции, эмоциональная норма, норма личности.

Ключевые слова: норма, психологическая норма, норма реакция, критерии, нервные процессы, поведение, установки, потребности.

In this article is shown the psychological «norm» question, which has the importance for practical psychology in the differentiation of the boundaries the influence on the personality in the process of psychological interference. Especially actual problem of norm, criteria of normal personality development appear in solving of education, training, re-education, correction and psychotherapeutic influence on personality problems. It is important to pay attention to such matters as the norm of reaction (motor; sensory) the norm of cognitive functions (perception, memory, thinking), the norm of regulation, emotional norm, the norm of the personality.

Key words: the norm, psychological norm, norm of reaction, the criteria neural processes, behavior, settings, needs.

У сучасних теоретичних дослідженнях поняття психічної норми залишається актуальним, тому що немає чіткого визначення її складових у зв'язку зі значним діапазоном застосування. У ході дослідження змісту нашого питання у більшості випадків використовується визначення психічної норми у психіатрії, де вона «...розуміється таким станом психіки, за якого людина повністю усвідомлює власні дії та вчинки» [10]. Отже, психічно нормальна особистості – це коли вона, окрім того, що відповідає за власні дії та вчинки, не страждає психічними розладами та хворобами. Проте питання норми є суттєвим і для психології.

Сучасна практична психологія надає значної уваги вивченню проблеми загальної норми, зокрема, Б. Братусь, Н. Бачеріков, Ф. Березіна та Е. Соколовою, Вгown, С. Рубінштейн, В. Семко, П. Петрюк, А. Циганенко, Я. Неплох, Д. Трунов, З. Фрейд, В. Жмуров, С. Семичев, А. Степанов, Ю. Александровській, К. Тарасов, Е. Черненко, В. Смирнова, досліджуючи її змістовні параметри, зазначають, що норма – це встанов-

лена міра, середня величина. Поняття норми є постійним показником, проте її зміст залежить від соціуму та змінюється з часом. Вона містить такі питання, як норми: реакції (моторної, сенсорної), когнітивних функцій (сприйняття, пам'яті, мислення), регуляції, емоційна та особистості. Тому метою статті є обґрунтування поняття «норма» з точки зору практичної психології.

Категорія «нормальність» психіки людини досліджена недостатньо і немає чітких критеріїв. З одного боку, це пов'язано з індивідуальними розходженнями у психіці людини, обумовленими як біологічними, так і соціокультурними чинниками її розвитку. З іншого боку, людина частіше стає об'єктом спостереження, дослідження та лікування тоді, коли її поведінка або інші прояви виключають із загальноприйнятих норм.

У патопсихології у визначенні норми та психічного здоров'я дотримуються визначення Всесвітньої Організації Охорони здоров'я, в якому це «... не тільки відсутність патології, а й стан фізичного, соціального та психічного благополуччя». За її визначенням рівні психічного здоров'я містять: рівень еталонного (ідеального) здоров'я, тобто, повна адаптація особи, її гармонійний розвиток, позитивна характеристика критеріїв психічного здоров'я і на цьому рівні не розглядається ймовірність виникнення будь-яких психічних розладів; середньостатистичний рівень, за якого стан показників психіки відповідає загальнопопулярним показникам, з урахуванням статі, віку, соціального стану, соціокультурних умов тощо. На цьому рівні допускалася вірогідність можливих розладів поведінки та психіки в межах криз індивідуального розвитку; конституціональний рівень, пов'язано з типологіями устрою психіки та тіла. На цьому рівні допускається існування груп ризику, визначених у зв'язку з особливостями конституції; рівень акцентуацій, як варіантів за-гострення рис характеру людини, пов'язано з підвищеною вразливістю до певних життєвих ситуацій; рівень передхвороби, де проявляється наявність окремих симптомів психічного розладу. Спостерігаючи за психічними хворими, учені визначили ті критерії, що допомагають розрізнити нормальний та патологічний стани. Проте, керуючись ними, не можна визначити діагноз та зробити висновок про наявність певного психічного захворювання, але можна ставити питання про відхилення від загальної норми.

Проблема норми, її критеріїв нормального розвитку особистості набуває особливої актуальності у вирішенні завдань виховання, навчання і перевиховання. Практична психологія та педагогіка сьогодення виокремлює поняття норми предметної, соціально-вікової, індивідуальної та психічного розвитку.

З огляду на актуальність цього питання, доречно проаналізувати обґрунтування поняття норми як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями. Так, Б. Братусь зазначає, що «... більш поширеним залишається для багатьох психологів та психіатрів розуміння норми як, по-перше, чогось середнього, усталеного, того, що не виділяється з маси, і, по-друге – більш пристосованого, адаптованого до певного середовища» [2].

С. Рубінштейн вважає, що «...норма передбачає вольовий акт, деяку оптимальну імпульсивність» [11], а за твердженням В. Семко, «...збалансовані у психічному сенсі люди проявляють назовні достатню урівноваженість основних нервових процесів

збудження та гальмування, адекватну врівноваженість коркової та підкіркової діяльності, однакове співвідношення у роботі першої та другої сигнальної системи. За типологічним складом вони належать до середнього типу вищої нервової діяльності, здатного ефективно протистояти як фізичним, так і соціально-психологічним впливам». Автор називає нормою баланс між збудженням та гальмуванням [12].

За визначенням Н. Бачерикова, «...психічна норма є індивідуальною динамічною сукупністю психічних властивостей конкретної особистості, що дозволяє адекватно, відповідно до віку, статі та соціального статусу, пізнавати навколишню дійсність, адаптуватися до неї та виконувати біологічні та соціальні функції відповідно до власних та суспільних потреб. З поняттям психічної норми є нерозривно пов'язано поняття психічного здоров'я, оскільки за внутрішньою логікою психічна норма передбачає наявність психічного здоров'я, тобто, відсутність чітко визначеного психічного розладу, наявність певного функціонального резерву організму, що дозволяє людині долати психосоціальні стреси та екстремальні ситуації» [4].

Я. Неплох, моделюючи нормальну особистість, також виходить з оптимуму заходів, балансу відповідних психофізіологічних резервів та адаптаційних можливостей. Середньорівневою нормальною особистістю він вважає «...образ людини з адекватним певному середовищу та суспільству характером життя, прагненнями, можливістю самоконтролю поведінки та афекту особистості, яка здатна підтримувати зв'язки з оточуючими або близькими їй людьми і не перешкоджає виконанню соціальних ролей» [8]. При цьому автор із норми виводить ознаки аномалій особистості, «...наявний психічний розлад, що виникає у випадку нездатності на поведінку у відповідності до вимог середовища існування, ситуацій та обставин» [8].

У медико-психологічному аспекті під поняттям «нормальне» розуміється здоров'я, тобто, стан, необхідний для гарного фізичного, а також психічного і соціального самопочуття, незалежно від того, як часто воно зустрічається і як наближається до ідеального. Разом з тим, ненормальними є ті форми поведінки, установки та бажання, які не впливають на внутрішню гармонію та самопочуття людини і викликають конфлікти, порушення здоров'я або виконання нею суспільних ролей та обов'язків [10].

Д. Трунов стверджує, що поняття «психічна норма» активно використовується психотерапевтами та психіатрами, проте, якщо попросити цих фахівців відповісти на питання, що таке психічна норма та її критерії, то буде певна кількість тлумачень, кожне з яких буде відповідати сфері дослідження [13].

На часі у психології не існує єдиного визначення норми, оскільки одним із провідних джерел запозичень вихідних положень норми є понятійний апарат медицини, зокрема, психіатрії. У психіатрії поняття «норма» традиційно існує у вигляді дихотомії «норма-патологія». Вперше питання про норму виникло у сферах психіатрії та психології, що мали справу з прикордонними явищами – розладами особистості. Посиленню інтересу до проблеми норми та патології сприяв психоаналіз З. Фрейда, що містив «психопатології повсякденного життя» до психопатології [1].

Важливим імпульсом до розвитку поняття «норма» були соціально-психологічні методи вивчення людської психіки, в результаті чого було з'ясовано, що зміст понять «норма» та «патологія» залежить від умов середовища її перебування.

В. Жмуров питання, «...де проходить межа між нормою та патологією», відносить до тих, «...відповідей на які поки не існує або неможливі». Складність розв'язання цього питання він вбачає у значній кількості варіацій внутрішнього життя людини, в силу чого нормальне для однієї людини може бути відхиленням для іншої [5]. Про розмитість тлумачення поняття кордону між нормою та патологією свідчить, наприклад, визначення В. Брауна, який розуміння психічної норми зводив до здатності мати місце професійної діяльності, сім'ю, не конфліктувати зі законом та використовувати можливості для отримання задоволення [14].

Деякі фахівці вважають, що поняття «аномалія» є також відхиленням від норми, від загальної закономірності, тобто, неадекватним розвитком особистості. Питання про аномалії розвитку психічних процесів у поведінці людини може розглядатися лише у контексті знань про нормальні параметри перебігу цих процесів та поведінки.

Необхідно зазначити, що, за твердженням Б. Братуся, «між умовними полюсами «норми» та «патології» знаходиться значне поле відхилень, аномалій розвитку», що відображають перехідний стан явищ, динаміку об'єктів. Облік динаміки розвитку явищ, а також перехідного стану між здоров'ям та хворобою як гомологами норми та патології або прикордонний стан дає можливість виокремити триступінчасту ієрархію психічних особливостей понять «норма» та «патологія». При цьому норма є балансом сил, а патологія – крайньою протилежністю норми [2].

Відомо, що психічний баланс можливий за умови рівноваги між специфічними/неспецифічними способами передачі інформації, між збудженням/гальмуванням, як двома протилежностями, тому що неантагоністичні рішення боротьби призводять до норми.

Норма є тим станом людини, що характеризує її як середнє між надлишком/нестачею адекватних проявів. Запропоноване формулювання вимагає врахування тріади методологічних чинників, *першим* з яких є критерій *неадекватності*, що залежить від чинників: вчинків, поведінки в цілому, мовних висловлювань, міміки та жестів відповідно до ситуації; *другим* критерієм є *критичність*, що може бути заниженою або зовсім відсутньою у людини щодо власних вчинків, фізичного та психічного станів, поведінки, реагувань, результатів діяльності тощо. Окрім того, критичність може проявлятися у каятті стосовно заподіяного/незаподіяного, розумінні, що дія чи реакція були неправильними/неадекватними, здатності слухати та сприймати висловлювання, аргументи інших; *третьим* критерієм є *непродуктивність* діяльності, коли людина неспрямована на кінцевий результат власної діяльності, для неї цікавим є тільки сам процес. Можливий і такий варіант непродуктивності, коли конкретна діяльність підмінюється розмовами, плануванням, обіцянками, але до реалізації справа не доходить. При цьому завжди знаходяться причини, виправдання невиконання завдань чи дій [10].

За результатами спостережень наявність фактів, що потрапляють під один із вище зазначених критеріїв, може бути підґрунтям професійного інтересу до спостереження за людиною та застосуванням додаткових діагностичних заходів щодо попередження можливого розвитку психічного розладу, захворювання. За умови наявності двох або трьох критеріїв одночасно, має виникати питання про необхідність детального дослідження, проведення експериментального патопсихологічного дослідження та рекомендована консультація лікаря-фахівця.

Поняття психологічної норми містить наявність статистичних показників психологічних проявів, коли нормальним визнається те, чого багато, що стосується середини розподілу; обумовленість соціальними стереотипами, коли поведінка людини не відповідає загальноприйнятому у суспільстві, сприймається як відхилення; асоціювання з психічним здоров'ям, коли ненормальним вважається необхідність звернення за допомогою до клініцистів (у психіатрії оцінний підхід дискутується, а більш вагомими показниками відхилення від норми сприймаються порушення продуктивності діяльності та здатність до саморегуляції); очікування, власний неузгаальнений досвід та інші суб'єктивні змінні. Норма не є сталим явищем, вона постійно оновлюється, змінюються у часі та має динамічні показники [7].

Об'єктивної відповіді на питання «що є психологічною нормою, а що не є такою?», на думку багатьох дослідників, не існує, оскільки ця відповідь «... залежить від критеріїв, прийнятих у конкретному суспільстві та в чітко визначений період часу [3; 6]. Те, що вчора вважалося ненормальним, завтра, можливо, буде нормальним, а те, що вважалося неприйнятним, іноді стає адекватним для інших. Чим рідше зустрічається та чи інша форма поведінки, тим більша ймовірність, що її будуть сприймати як аномальну.

Таким чином, вищевикладене дозволяє зробити висновок, що під нормою розуміється баланс сил, середня величина між багато/мало, баланс, завдяки якому системи приходять у рівновагу, утворюючи співмірність або загальну гармонію, де відбувається диференціювання норм за віком, статтю, соціальною, культурною, етнічною приналежністю особистості. У процесі дослідження психологічної норми чільне місце посідають різні чинники, що обумовлюють відмінності в нормах, вказуючи на неоднозначність проблеми норми, коріння якої, з одного боку, в загальнобіологічних законах психічного розвитку людини та її психосоціального взаємодії, з іншого – в етико-філософських поглядах. Іншими словами, це міждисциплінарна проблема, яку неможливо розв'язати з урахуванням лише одного аспекту.

Використані літературні джерела

1. Александровский Ю. А. Пограничные психические расстройства [Текст] / Ю. А. Александровский. – М.: Медицина, 2000. – 496 с.
2. Братусь Б. С. Аномалии личности [Текст] / Б. С. Братусь. – М.: Мысль, 1988. – С. 301.

3. Березин Ф. Б., Соколова Е. Д. Инициальные проявления пограничных состояний и факторы, определяющие специфичность синдрома [Текст] // Четвёртый Всероссийский съезд невропатологов и психиатров: тезисы докладов / Ф. Б. Березин, Е. Д. Соколова. – М., 1980. – Т. 1. – С. 455-458.
4. Емоційний стрес в етіології та патогенезі психічних і психосоматичних захворювань [Текст] / Н. С. Бачериков, М. П. Воронцов, П. Т. Петрюк, А. Я. Циганенко. – Харків: Основа, 1995. – С. 276.
5. Жмуров В. А. Психопатология [Текст] / В. А. Жмуров. – М.: Медицинская книга; Нижний Новгород: НГМА, 2002. – С. 382.
6. Малкин П. Ф. Личность и психические заболевания: В кн.: Проблемы личности [Текст] / П. Ф. Малкин. – М., 1970. – С. 157-163.
7. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование [Текст] / В. Ю. Меновщиков. – М.: Смысл, 2004. – С. 9-11.
8. Неплох Я. М. Человек, познай себя. Записки психиатра [Текст] / Я. М. Неплох. – СПб., 1991. – С. 40.
9. Положий Б. С. История, предмет и методы социальной психиатрии [Текст] // Руководство по социальной психиатрии / Под ред. Т. Б. Дмитриевой. – М.: Медицина, 2001. – С. 10-25.
10. Первомайский В. Б., Карагодина Е. Г., Илейко В. Р., Козерацкая Е. А. Категории болезни, здоровья, нормы, патологии в психиатрии: концепции и критерии разграничения [Текст] // В. Б. Первомайский, Е. Г. Карагодина В. Р. Илейко, Е. А. Козерацкая . Судебно-психиатрическая экспертиза: от теории к практике. – К.: КИТ, 2006. – С. 24-47.
11. Рубинштейн Л. С. Основы общей психологии [Текст] / Л. С. Рубинштейн. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 712 с.: ил . – (Серия «Мастера психологии»)
12. Семко В. Я. Учитесь владеть собой, или разговор о здоровой и больной личности [Текст] / В. Я. Семко – Новосибирск, 1991. – С. 94.
13. Трунов Д. Г. Об основаниях понятия «Психическая норма»; сборник Будущее клинической психологии [Текст] // Материалы Всерос. науч.-практ. конф. (27 марта 2008 г.) / под ред. Е.В. Левченко, А. Ю. Бергфельд; Перм. гос. ун-т. – Пермь, 2008. – Вып. 2. – 265 с.
14. Brown V. Psychiatry – an international perspective // Nord. Psychiatr. Tidsskrift. – 1980. – Vol. 34. – № 2. – P. 93–110.