



Анастасія Олегівна Колярова,
аспірантка Інституту психології
імені Г. С. Костюка НАПН України,
м. Київ, Україна

УДК 159.9

ПРОБЛЕМА ТІЛЕСНОГО ДОСВІДУ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ

Стаття посвячена проблемі артикуляції поняття тілесного опыта личности в современном психологическом дискурсе. Показано, что телесный опыт личности включает особенности ее телесного реагирования и формирования образов телесной саморегуляции, а также способность оперировать различными телесными переживаниями.

Ключевые слова: *опыт, личностный опыт, телесный опыт, телесные переживания, телесность.*

The article explores the problem of articulation of the concept of bodily experience of an individual in contemporary psychological discourse. The research finds that the bodily experience of a person includes features of the bodily response, and formation of the images of body's self-regulation, as well as its ability to operate with various bodily experiences.

Key words: *experience, personality's experience, bodily experience, bodily experiences, corporeality.*

Одним із ключових понять психологічної герменевтики є досвід, якого людина набуває, усвідомлює, розуміє та інтерпретує в процесі власного життя. Особистий досвід людина набуває під час певних життєвих ситуацій шляхом різних способів поведінки в них, особливостями взаємодії з іншими тощо. Проте, щоб стати асимільованою особистістю, цей досвід має бути осмисленим та проінтерпретованим, тобто певним чином структуруватися, вибудуватися самою особистістю.

Отже, особистісний досвід, на відміну від особистого (породженого в життєвих ситуаціях), спирається на зовнішні події, «має семіотичну природу, що виражається в текстуальній структурі, яка, накладаючись на реальність, стає її відображенням або ж твориться разом з цією реальністю, зливаючись з нею» [4]. Такий підхід є притаманним для епохи постмодернізму, у межах якої соціальну реальність заміщують нарративно-дискурсивною реальністю, тобто будь-яка людська реальність має текстуальний характер.

Упродовж життя кожна людина набуває певний досвід: народження і смерті, буденності і кризових переживань, спілкування, навчання, проживання часу та простору, хвороб, успіхів і невдач, духовний і тілесний тощо. Тілесний досвід є первинним. Він задає систему координат для інтерпретації та розуміння дій людини в світі, постає базисом для формування інших, більш складних форм досвіду.

Тілесний досвід, як і будь-який інший, ґрунтується на присвоєнні певних соціокультурних значень: правил і норм тілесної поведінки, знань та уявлень про функціонування систем організму, уявлень та припущень про реакції інших на певні тілесні прояви, тілесні практики, що поширені в суспільстві тощо, які сприймаються крізь призму індивідуальних значень і смислів кожної людини.

Необхідність і актуальність вивчення питань тілесного досвіду особистості не викликають сумнівів. На сьогодні в світовій та вітчизняній психології проблема тілесного досвіду перебуває в стані інтенсивного розроблення.

Метою цієї статті є артикуляція поняття тілесного досвіду в сучасному психологічному дискурсі.

До концептуальних основ дослідження зазначеної проблеми в психології можна зарахувати положення про: тілесність як детермінанту самопроекування та життєвого самовизначення особистості (А. Роддественський); внутрішню психологічну структуру та зміст тілесності (Д. Бескова, Г. Рупчев); тілесність як результат соціокультурного означення (О. Тхостов, І. Журавльов); опосередкування змісту (В. Зінченко).

Значна кількість досліджень присвячена різним складовим тілесного досвіду особистості: образу тіла (образу «фізичного Я») (О. Дорожевець, О. Мотовілін, О. Соколова), границям тіла (границям тілесності)



(Д. Бескова). На думку багатьох науковців (Р. Берні, О. Соколова, В. Мухіна, І. Чеснокова, І. Кон, О. Тхостов, А. Налчаджян та ін.), уявленню про власне тіло, його розміри, форму, привабливість. Зазначені складові становлять найважливіші джерела формування уявлень про власне «Я».

Дослідження феноменів тілесного досвіду в психології пов'язано з розв'язанням досить складних методологічних проблем. На думку М. Бахтіна, це зумовлено тим, що сфера внутрішньої тілесності має досить специфічний характер: вона не містить протиставлення суб'єкта й об'єкта і не містить можливості достатньої об'єктивізації почуттєвого досвіду. Сучасний підхід до вивчення когнітивного, зокрема тілесного досвіду, вимагає відмови від уявлень про наявність безпосередніх, простих сенсорних феноменів (Ч. Осгуд, О. Леонт'єв, О. Вертоградова). Тілесний досвід індивіда виникає для нього лише в матриці категоріальних інтрацептивних значень. Згідно з підходом Дж. Брунера, вербалізація тілесного досвіду, зокрема «іменування відчуттів», становить акт зарахування тілесного досвіду до певної категорії цієї матриці, де особистий досвід «відчування», емоційного переживання, інтелектуального «перероблення» відчуття як цілісного акту сприймання нерозривно пов'язаний із соціомовленнєвим позначенням відчуттів як культурною традицією певного мовленнєвого середовища [2].

Загалом дослідження феноменів тілесного досвіду пов'язано з розв'язанням досить складних методологічних проблем. Сфера внутрішньої тілесності має досить специфічний характер, адже не містить протиставлення суб'єкта і об'єкта і, як наслідок, не має можливості для достатньої об'єктивізації почуттєвого досвіду. Таким чином, неможливо чітко відмежувати тілесну чутливість із загального континууму сприймання і представити її в свідомості як об'єкт зовнішнього світу (Б. Зейгарник, О. Тхостов). На думку Ф. Рерихта та С. Прібе, через те, що феномени внутрішнього світу недоступні безпосередньому спостереженню, багато емпіричних досліджень тілесного досвіду та тілесного самосприймання особистості мають серйозні методологічні недоліки [5]. Вивчення тілесного досвіду в психології вимагає розроблення адекватного інструментарію для його об'єктивізації, порівняння й аналізу результатів його дослідження у контексті цілісного життєвого шляху особистості.

З огляду на вищезазначене, Т. Василенко вважає, що в процесуальному аспекті тілесність як пізнання тілесного досвіду окрім можливості усвідомлення й означення хворобливих станів охоплює осмислення тілесного досвіду як життєвої ситуації в контексті цілісного життєвого шляху особистості, формування ставлення особистості до нього, інтеграцію тілесного досвіду як життєвої події в суб'єктивну картину життєвого шляху особистості. Автор тлумачить тілесний досвід людини як усвідомлене (у змістовному аспекті) психічне утворення, об'єктами якого постають різноманітні тілесні процеси (процеси функціонування організму), які людина може свідомо розпізнавати [1].

Згідно з концепцією Т. Василенко, взаємодія особистості з життєвою ситуацією пов'язана з тілесним досвідом і містить процеси переживання, розуміння, осмислення ситуації в контексті цілісного життєвого шляху. У результаті цього формується нове ставлення (як єдність емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів), що виражає внутрішню позицію особистості стосовно власного життя [1]. Необхідно зазначити, що процес інтеграції тілесного досвіду в суб'єктивну картину життєвого шляху є специфічним для різного тілесного досвіду.

На переживання й інтеграцію тілесного досвіду в суб'єктивну картину життєвого шляху особистості впливають соціальні стереотипи, пов'язані з тілом та тілесністю індивіда, різноманітні соціальні, зокрема професійні обмеження, зміни типів соціальної взаємодії, рівень стресу, вік, що загалом визначають переживання й осмислення тілесного досвіду і його подальшу інтеграцію та реінтеграцію. У життєвій ситуації тілесного досвіду визначальний зміст мають емоційні та ціннісно-сміслові компоненти переживання, контекст життєвого шляху, а також особливості формування тілесної ідентичності [1].

Зауважимо, що інтеграція тілесного досвіду в суб'єктивну картину життєвого шляху особистості може призводити до трансформації часових і смислових аспектів структури суб'єктивної картини життєвого шляху:

- часових орієнтацій, перспективи та настанов;
- критеріїв оцінки актуальної ситуації;
- подієвої насиченості;
- рівня усвідомлення життєвих подій.

Чинником «дезадаптивного реагування» особистості на певний тілесний досвід Т. Василенко вважає загальну кризу ідентичності, пов'язану з «рольовим змішуванням», зниженням або «надмірною виразністю» рефлексивних процесів, розбалансованістю та звуженням часової перспективи, негативними оцінками минулого, сьогодення і майбутнього, а також зниженням життєстійкості та самодетермінованості особистості [1].

У сучасній психології є чимало досліджень тілесного досвіду, який розглядають у контексті різноманітних соматичних і психосоматичних хвороб. Усвідомлення хвороби є однією з ланок у феноменології самосвідомості, і становить тонкий індикатор збереження цілісності особистості, що показує ступінь її участі в розгортанні патологічного процесу і позицію, яку вона займає відносно до хвороби.

Суб'єктивне ставлення людини до хвороби в психології називають «внутрішньою картиною хвороби», «концепцією хвороби» або нозогнозією [3]. Нозогнозія (грец. *nosos* – хвороба, *gnosis* – знання, пізнання) – це усвідомлення індивідом факту наявності захворювання. «Концепція хвороби» складається з:

- когнітивного компоненту, який становить знання про хворобу, її усвідомлення, розуміння її ролі і впливу на долю людини;



• емоційного компоненту, що охоплює почуття та переживання, що стосуються хвороби та життєвої ситуації, яка з нею пов'язана;

• поведінкового компоненту, який містить пов'язані з хворобою реакції людини, що сприяють адаптації чи дезадаптації до неї, а також розробленню певної стратегії поведінки в життєвих ситуаціях, пов'язаних з хворобою (прийняття/неприйняття ролі хворого, активна боротьба з хворобою, ігнорування, песимістичні настанови тощо).

У межах психолого-герменевтичного підходу тілесний досвід ми пропонуємо розглядати як комунікативно-семіотичний процес формування, організації, акумуляції та трансляції тілесних знань і практик. Як первинний генератор символів тілесний досвід здатний продукувати символічні коди різних типів (візуальні, аудіальні, тактильні тощо).

На нашу думку, складовими тілесного досвіду особистості є:

- переживання тілесних відчуттів;
- формування та розвиток «тілесних уявлень»;
- оволодіння власним тілом і тілесними навичками.

Переживаючи «тілесну складову» життєвих подій, інтерпретуючи та реінтерпретуючи тілесний досвід, особистість привласнює й асимілює його, перетворюючи на особистісний.

Отже, узагальнюючи вищенаведені концептуальні положення, можна підсумувати, що тілесний досвід особистості охоплює особливості тілесного реагування індивіда і формування способів його тілесної саморегуляції на різних етапах життєвого шляху, а також здатність оперувати тілесними переживаннями (розрізняти, називати та описувати власні тілесні переживання та переживання оточуючих). Таким чином, важливу роль у цьому складному багатоаспектному процесі відіграє рефлексія як провідний механізм самопізнання та саморозвитку особистості. Дослідження різних видів та особливостей її перебігу в контексті тілесного досвіду становитиме перспективи наших досліджень.

Використані літературні джерела

1. *Василенко Т. Д.* Телесность и субъективная картина жизненного пути личности : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : спец. 19.00.04 / Т. Д. Василенко. – СПб., 2012. – 48 с.

2. *Брунер Дж.* Психология познания. За пределами непосредственной информации / Дж. Брунер ; пер. с англ. – М. : Прогресс, 1977. – 413 с. – (Серия «Общественные науки за рубежом. Философия и социология»).

3. *Лурия А. Р.* Высшие корковые функции человека и их нарушения при локальных поражениях мозга / А. Р. Лурия. – М. : Изд-во МГУ, 1964. – 431 с.

4. *Чепелева Н. В.* Розуміння та інтерпретація особистого досвіду у контексті психологічної герменевтики / Н. В. Чепелева // Наукові записки. – Вип. 12. – С. 8–21. – (Серія «Психологія»).

5. *Röhrlich F.* Ego-pathology, body experience, and body psychotherapy in chronic schizophrenia / F. Röhrlich, N. Papadopoulos, I. Suzuki, S. Priebe // Psychol Psychother. – 2009. – No. 82. – Pp. 19–30.

Bibliography

1. *Vasylenko T. D.* Telesnost y subektyvnaia kartyna zhyznennoho puty lychnosty : avtoref. dys. ... d-ra psykol. nauk : spets. 19.00.04 / T. D. Vasylenko. – SPb., 2012. – 48 s.

2. *Bruner Dzh.* Psykholohyia poznanyia. Za predelamy neposredstvennoi ynformatsyy / Dzh. Bruner ; per. s anhl. – M. : Prohress, 1977. – 413 s. – (Seryia «Obshchestvennye nauky za rubezhom. Fylosofyia y sotsioloiiia»).

3. *Luryia A. R.* Vysshye korkovye funktsyy cheloveka y ykh narusheniya pry lokalnykh porazheniakh mozha / A. R. Luryia. – M. : Yzd-vo MHU, 1964. – 431 s.

4. *Chepelieva N. V.* Rozuminnia ta interpretatsiia osobystoho dosvidu u konteksti psykholohichnoi hermenevtyky / N. V. Chepelieva // Naukovi zapysky. – Vyp. 12. – S. 8–21. – (Seriia «Psykhologhiia»).

5. *Röhrlich F.* Ego-pathology, body experience, and body psychotherapy in chronic schizophrenia / F. Röhrlich, N. Papadopoulos, I. Suzuki, S. Priebe // Psychol Psychother. – 2009. – No. 82. – Rr. 19–30.