

РЕФЛЕКСІЯ СТРАХУ ЯК ОСНОВНА ДЕТЕРМІНАНТА ОСОБИСТІСНОЇ НЕПОВНОЦІННОСТІ

УДК 378.094

Г. Ф. Шарапа

У контексті найактуальніших проблем сучасної культурно-освітньої політики нашої держави на чільне місце висувається проблемогенний спектр неповноцінності, що призводить до девіантної поведінки особистості та характеризується багатьма дисфункціями індивідуального й асоціального вияву. В умовах трансформаційного українського суспільства зауважується спалах різнотипних соціопатологій, які ускладнюють соціально-психічне життя особистості, вкрай негативно позначаючись на його гармонійності та комфортності. Переживання людиною комплексу неповноцінності (причому будь-якої модифікації) породжує численні девіантні вчинки, які нагально потребують фундаментального наукологічного вивчення з метою з'ясування теоретичного підґрунтя і вироблення емпіричних шляхів нейтралізації цього явища [1; 3–5; 7; 8].

Проблема набуває окремого наукового статусу насамперед тому, що в нашій країні система надання соціальної та психолого-педагогічної допомоги категорії неповносправних або девіантних дітей здійснювалась (і, на жаль, досить часто здійснюється й далі) як різнобічна навчально-виховна робота у спеціальних установах інтернатного чи пенітенціарного типу за принципом ізоляваності від суспільства. По суті, потрібно вести мову, що подолання наслідків посттоталітарного мислення, свідомості, способу життя значної кількості людей перебігає під впливом постійної боротьби за власне ототожнення як незалежної, вільної, повносправної особистості, яка не обтяжена комплексами меншовартості та неповноцінності. Досить часто соціально-перцептивні механізми (рефлексія, емпатія, ідентифікація тощо) використовуються особистістю не лише для налагодження повноцінної комунікації із соціальним мікро- і макродовкіллям, але й для психозахисту,

самоствердження, нейтралізації неприємного відчуття неподібності до інших, “нормальних” людей, тобто до подолання перманентного відчуття власної неповноцінності.

Мета статті – розкриття сутнісної специфіки рефлексії страху як ключового чинника, що детермінує розвиток комплексу особистісної неповноцінності.

Неповноцінність відіграє руйнівну роль щодо утвердження людини як особистості. Адже в індивідів із порушенням перцептивних механізмів змінено процес раціонального пізнання, вони неспроможні досягнути різні види діяльності, утвердитися в колективі тощо. Унаслідок цього відбувається не лише викривлення їх самопізнання, але й належної адаптації в суспільстві. Отже, самопізнання, самоусвідомлення становить неодмінну підставу вироблення виразних життєвих завдань, пов’язаних з утвердженням людини як особистості.

Важлива роль у самопізнанні належить рефлексії, за допомогою якої індивід може узагальнювати та структурувати окремі спогади минулого, події і переживання теперішнього та фрагментарні уявлення про власне майбутнє. Рефлексія – це активний, цілеспрямований процес усвідомлення суб’єктом сутнісних ознак або засад відображуваних об’єктів: діяльності, оточуючих, себе самого, що спричиняється станом проблемності і здійснюється шляхом виходу в надситуативну позицію. Рефлексія є умовою адекватності самосприймання, ефективності саморегуляції особистості, а отже й чинником адекватності її життєвих завдань. Здатність до рефлексії – це здатність до самоконтролю, самовдосконалення, що надає особистості змогу досягти такої гнучкості та динаміки в організації власного життя, яких складно досягти зовнішньо детермінованим, ситуативно орієнтованим людям. Водночас низький рівень розвитку рефлексії зумовлює жорсткість у завданневих структурах. Така жорсткість виявляється в невмінні чекати, коли якийсь життєве завдання доводиться відкладати до більш сприятливих умов, гідно переживати можливі невдачі при їх вирішенні, а також змінювати дії-операції відповідно до

змінених зовнішніх обставин. Неадекватність життєвих завдань зазвичай пов'язана із суттєвими перешкодами в розвитку особистості, коли суб'єктність у процесі особистісного становлення деформується і стає травмованою, викривленою. Здатність людини вибудувати адекватні життєві завдання й ефективно самоздійснюватися в сімейній сфері, вирішуючи їх, залежить, по-перше, від рівня її особистісної зрілості (готовності до постановки завдання, автономності, довіри до себе); по-друге, від рівня розвитку рефлексії (самопізнання, усвідомлення своєї концепції життя, життєвих завдань, власних можливостей та обмежень, розуміння умов і причин, через які виникають труднощі у вирішенні поставлених завдань); по-третє, від гнучкості особистості, що залежить від її життєстійкості (відповідності своєму потенціалові, урахування зовнішніх умов, осмисленого сприймання труднощів) [2].

Неспроможність індивіда до повноцінної рефлексії призводить до його зосередження на власних інтересах та формуванні в нього егоцентризму. Виявляється він у сильному звуженні свідомості, зосередженості лише на власних відчуттях, інтересах і переживаннях. Неповноцінність сприяє тому, що егоцентрична людина, з одного боку, цілком заглиблена в себе, виявляє нездатність змінити базову пізнавальну позицію стосовно зовнішнього об'єкта. Вона перестає розуміти, що крім її погляду можливі й інші, навіть протилежні, міркування. З другого боку, егоцентризм неповноцінності може таїти в собі самозаперечення, яке межує із самознищенням, виражає крайній вияв негативізму щодо себе.

Крім того, егоцентризм може перерости в егоїзм як ціннісну орієнтацію суб'єкта, що надає перевагу в його життєдіяльності корисливим особистим інтересам і потребам безвідносно до інтересів інших людей. Здоровий, помірний егоїзм сприяє нормальній життєдіяльності людини. Однак індивід, якому притаманний комплекс неповноцінності, може озлобитися на інших, оскільки вбачає в них причину власної неповноцінності. Наслідком цього є центрованість на собі, на своєму "Я" на шкоду іншим.

Одним із найгірших симптомів вияву неповноцінності слід також вважати недостатній розвиток в індивіда вищих форм пізнавальної діяльності, насамперед процесів узагальнення й абстрагування. Неповноцінній людині важко абстрагуватися від конкретних несуттєвих деталей, виокремити основне, суттєве, здійснювати аналіз і синтез, застосовувати дедукцію та індукцію тощо. Це робить її розумово відсталою істотою, яка, сприймаючи об'єкт, виокремлює в ньому в основному ті його частини, що об'єктивно “кидаються в очі”. “Бідність аналізу в розумово відсталих дітей часто пояснюється тим, що їм важко осмислити ту чи іншу деталь об'єкта як суттєву, таку, яку треба виокремити. При сприйманні складних об'єктів... діти називають велику кількість елементів, але не виокремлюють при цьому основні. Таке безсистемне виокремлення всіх або великої кількості об'єктів не сприяє, а, навпаки, заважає процесу розуміння сприйнятого... У дослідженнях сприймання сюжетних картин учнями 1–2 класів допоміжної школи було виявлено, що ці учні виокремлюють більше зображених об'єктів, ніж нормальні діти. Разом із тим, їхній аналіз характеризується безсистемністю, фрагментарністю...” [8, с. 67].

Однак не тільки духовний розвиток індивіда невіддільний від існування його неповноцінності, недоліку, вади. Залежними від них виявляється і діяльність людини, її основні механізми. Адже діяльність – це насамперед цілепокладальний процес. А нездатна адекватно осмислити потреби людина відповідним чином неспроможна сформулювати й належні цілі та обрати необхідні засоби їх реалізації.

Змістовно-предметні характеристики основних типів діяльності відповідно до періодів розвитку особистості надають можливість розподілити діяльність на дві групи. До першої групи належить діяльність, усередині якої відбувається інтенсивна орієнтація в основних смислах людської діяльності й освоєння завдань, мотивів і норм взаємин між людьми. Це діяльність у системі “дитина – суспільний дорослий”, у якій можна виокремити безпосередньо-емоційне спілкування дитини, рольову гру та інтимно-особистісне спілкування підлітків. Під час здійснення цих форм діяльності відбувається переважний

розвиток у дітей мотиваційно-споживчої сфери. До другої групи належать типи діяльності, усередині яких відбувається засвоєння суспільно вироблених способів дії з предметами й еталонів, які виокремлюють у предметах ті чи інші аспекти. Це діяльності в системі “дитина – суспільний предмет”, зокрема, маніпулятивно-предметна діяльність дитини раннього віку, навчальна діяльність молодшого школяра та навчально-професійна діяльність старших підлітків [2; 8].

На жаль, індивіди з комплексом неповноцінності в діяльність і в системі “дитина – суспільний дорослий”, і в системі ”дитина – суспільний предмет” включені у викривленій формі. Як наголошував свого часу А. Адлер, відчуття неповноцінності породжує прагнення до сили. Це відчуття активізує діяльність індивіда та спонукає його до пошуків можливостей вирізнитися з-поміж загалу. Але, по-перше, розвиток (робота над собою), який активізується відчуттям неповноцінності, дуже часто сповнений в індивіда гризотами і стражданнями. І фінал тут не завжди позитивний. Альфред Адлер вважає, що низька самооцінка часто призводить до того, що прагнучи до величі, людина починає створювати фіктивні цінності, а це може закінчитися неврозом. Такі випадки мають місце тоді, коли індивідові бракує сил чи відваги вдатися до конструктивних заходів. По-друге, егоїстичне прагнення до сили послаблює відчуття суспільного зв'язку та готовність служити людям [1].

Водночас усі органічні потреби неповноцінної дитини може бути задоволено лише дорослими. Отож, потреба в спілкуванні в неї дуже велика. Але тривалий час вона зберігається лише як потреба в допомозі, і лише згодом переростає в потребу в спілкуванні. Та саме з цією потребою пов'язано суттєві порушення процесу індивідуального розвитку дитини. Надмірна опіка та безліч обмежень заважають розвитку рухів, набуттю досвіду користування предметами, ознайомленню з фізичними властивостями речей. Відсутність у дитини потреби в нових враженнях, з одного боку, і необґрунтовано швидка втрата батьками надії на можливість розвитку в неї самосвідомості – з іншого, зводять контакт між ними до задоволення органічних потреб. Дитину

оберігають, але, як правило, не розвивають. Така дитина також має великі проблеми і з входженням у колектив, поза яким неможливе виникнення та розвиток вищих психічних функцій, насамперед емоцій, мови, пам'яті [1; 8].

Тому немає нічого дивного в тому, що дитина, яка неспроможна вибудувати належні стосунки з дорослими, утвердитися в колективі, відчуває страх перед оточуючими.

Загалом, страх перед дорослими виникає в дітей ще в ранньому віці. Наприклад, якщо незнайома людина намагається в спілкуванні з дитиною імітувати вирази й інтонацію матері, малюк відчуває невідповідність образу когось іншого і сформованого, близького їй образу матері. Це викликає у дитини занепокоєння та страх перед дорослими, хоча останній з часом може поступово минати. Це пов'язано з тим, що дитина починає сприймати інших людей як таких, що відрізняються від матері. Як зазначав З. Фройд, “маленька дитина боїться передусім чужих людей; ситуації набувають значущість лише завдяки участі в них осіб, а предмети взагалі беруться до уваги лише пізніше. Але цих чужих дитина боїться не тому, що припускає у них злі наміри і порівнює свою слабкість з їх силою, тобто розцінює їх як загрозу для власного існування, безпеки та відсутності болю. Така недовірлива, налякана пануючим у світі потягом до агресії дитина є дуже невдалою теоретичною конструкцією. Дитина ж лякається чужого образу, оскільки налаштована побачити знайоме й улюблене обличчя, в основному матері. На страх перетворюється її розчарування і туга, тобто лібідо, що не знайшло застосування, яке тепер не може утримуватися у вільному стані та переводиться в страх. Навряд чи може бути випадковим, що в цій типовій для дитячого страху ситуації повторюється умова [виникнення] першого стану страху під час акту народження, а саме – відокремлення від матері” [9, с. 434].

Водночас неповноцінна дитина настільки звикає до того, що мати для неї – незмінна опора і джерело безпеки, що її страх перед іншими дорослими може бути доведений до їх негативного сприйняття як “могутніх” істот. Зокрема, це виникає за умови невротичної прихильності до матері, коли загроза розлуки

виявляється для дитини джерелом постійного напруження та занепокоєння. У дитини, яка постійно боїться розлуки з матір'ю, формується хвороблива залежність і страх перед незнайомими подіями та людьми. Події здаються їй невідворотними, а люди – лихими, нездоланними і могутніми створіннями.

Крім того, як і людина на ранніх етапах соціального розвитку, дитина перших років життя не лише боїться всього нового і невідомого. Вона одухотворяє предмети та казкових персонажів, побоюється незнайомих тварин і вірить, що вона сама та її батьки житимуть вічно. Цей одухотворений світ часто заміщує у дитини реально наявну дійсність. Тому її страхи також виявляються досить реальними. Злі чаклуни і різні казкові персонажі для неї – це живі істоти, які існують десь тут, поруч. І лише поступово в дитини складається об'єктивний характер уявлень, а сама вона вчиться розрізняти відчуття, справлятися з почуттями та мислити абстрактно-логічно. Разом з умінням планувати власні дії і передбачати дії інших, поступово з'являються здатність до співпереживання, почуття сорому, провини, гордості та самолюбства. Егоцентричні, засновані на інстинкті самозбереження страхи доповнюються соціально опосередкованими, такими, що зачіпають життя і благополуччя інших, спочатку батьків, які доглядають дитину, а згодом і людей поза сферою її безпосереднього спілкування [1; 3; 5]. Усе це є наслідком розвитку психічних структур дитини, що відбувається під впливом соціальних чинників. Але наскільки в неї буде виражений той чи інший страх, і чи буде він виражений загалом, залежить не лише від її індивідуальних особливостей психічного розвитку та конкретних соціальних умов, в яких відбувається формування особистості дитини.

Наприклад, сприйняття дорослих як “сильних світу цього” може культивуватися батьками в процесі безпосереднього спілкування в сім'ї. Більшість подібних страхів передаються дітям неусвідомлено, але деякі серед них можуть свідомо передаватися батьками в процесі виховання або вселятися в нав'язуваній системі ціннісних орієнтацій. Зокрема, з огляду на тісний біологічний та емоційний контакт з дітьми матері схильні передавати їм свої

страхи, інстинктивно намагаючись захистити їх від повторення власних острахів. Але цим вони ще більше загострюють увагу дітей до небезпеки, яка є підставою того чи іншого страху. Отож, якщо матері притаманна боязнь щодо її оточення, то це породжує тривожно-недовірливий спосіб реагування стосовно дорослих і в дітей та призводить до виникнення у них страхів, побоювань, передчуттів і сумнівів тощо.

Іноді, самі того не підозрюючи, джерелом виникнення страху перед дорослими як “могутніми”, а отже й нестерпного відчуття малоцінності, виявляються самі батьки. Це відбувається тоді, коли один із батьків (як правило, домінуючий у сім’ї) посідає знецінюючу позицію щодо дитини, є постійним джерелом критики, невдоволення, покарання. У зрілому віці індивіди, які пройшли через це, скаржаться на брак материнського тепла, ласки, турботи та підтримки, відсутність ширості в стосунках. Їм притаманне відчуття невпевненості в собі, страху, образи за несправедливі покарання тощо. Часто ті, хто страждає від комплексу неповноцінності, згадують про сувору дисципліну в сім’ї, атмосферу беззаперечної покірності, намагання з дитинства догодити “вічно невдоволеним” батькам, “заслужити” їхнє прихильне ставлення. Для таких сімей характерною є формальність стосунків із браком довіри, відчуттям емоційної дистанції з батьками. У них не прийнято обговорювати емоційні переживання. Водночас розглядаються побутові проблеми, матеріальний добробут, робота, дисципліна тощо. Основною чеснотою людини вважається її працьовитість, основним мірилом турботи – кількість принесених у сім’ю грошей, критерієм добрих стосунків – матеріальний добробут, тоді як розваги, відпочинок, дозвілля сприймаються майже як непристойність, а емоційні переживання – як щось несерйозне, ознака розбещеності, слабкості. Як наслідок – формування в дітей комплексу неповноцінності і пов’язаного з ним центрального переживання сорому під час депресії; алексифілії, яка виявляється активним уникненням описання власних емоційних переживань у зв’язку із соромом; механізму хронізації у формі “замкненого кола”, яке полягає у взаємодії реактивного й ендогенного чинників шляхом зниження

самооцінки та активації нестерпного переживання власної малоцінності [5; 8; 9].

Якщо людина не прагне примиритися зі страхом, тобто не шукає внутрішній шлях, який допоможе продуктивно інтегрувати його позитивні сторони в планування життя, то починається блукання кривими дорогами заперечення і витіснення, асоціальної поведінки, самотності, інтелектуальної зарозумілості тощо. Водночас зумовленому страхом відчуттю неповноцінності протистоїть робота над самим собою, пошук опори в самому собі. Замкнувшись в собі, людина зі страхом не впорається. Для цього їй необхідно переосмислити власне ставлення до світу. Смілива людина відрізняється від боязливої, а тим більше від хворої на страх зовсім не тим, що їй не буває страшно. Різниця між ними полягає в тому, що першому вдається інтегрувати та трансформувати свій страх, а другому ні. Головне – не намагатися витіснити, заглушити, перехитрити або заперечувати страх, а шукати можливості примиритися з ним і навіть отримати з нього користь для власного розвитку.

Страх людини тісно переплітається з трепетом як обов'язковою емоційною реакцією індивіда, яка іноді супроводжується криком, плачем, вегетативними реакціями, мімікою страху або жаху. Трепет також буває пов'язаний із недостатньо розвиненим відчуттям власної значущості, з одного боку, та боротьбою із самим собою – з іншого. У стані трепету люди часто з благоговінням ставляться до інших, нарікаючи на долю, яка, на їхню думку, поскупилася на певні риси характеру, обділила вродою, послала не тих батьків тощо. Усе це викликає незадоволення собою, що змушує індивіда витратити власну енергію на самокатування, відволікає від діяльності і схиляє до фантазування, викривляє процес емоційного дозрівання та спрямовує його в річище розвитку нервових хвороб. Відчуття трепету може з'являтися і через низьку самооцінку, в якій людина безпідставно відкидає багато можливостей самостійно досягти успіху для подальшого розвитку [5].

Звертаючи увагу на роль сумніву в пізнанні людиною світу, М. Радовель наголошує на необхідності розрізнення сумніву щодо інших та сумніву

стосовно самого себе. Перший надає можливість здолати “чужу” суб’єктивність, або обмеженість, другий – свою власну. До того ж сумнів щодо “чужої” суб’єктивності є не що інше, як упевненість у собі, у правильності власних уявлень і тверджень. У цьому сенсі сумнів є тотожним упевненості. Надмірний сумнів, критичність щодо чужих суджень, поглядів, концепцій можна розцінювати як самовпевненість, зарозумілість [6, с. 21].

Звичайно, такий сумнів не сприяє пізнанню людиною світу та самої себе. Тому, не зупиняючись детально на філософському розумінні сумніву, зазначимо, що його об’єктивним джерелом є момент роздвоєння єдиного, здійснення внутрішньо притаманного об’єкту заперечення, самозаперечення, свого іншого. Отже, джерелом сумніву є антиномічність. У скептицизмі ця обставина абсолютизується, оскільки суперечність витлумачується лише як антиномія, протиставлення різних сутностей. До уваги не береться основне в суперечності – розв’язання, яке власне й урухомлює застиглу антиномію. Проте діалектичне тлумачення суперечності долає антиномічність. Суперечність постає роздвоєнням єдиного. Саме тому вона має можливість руху, розв’язання. Увесь сенс суперечності – саме в русі. Антиномія, навпаки, є лише першим кроком у цьому русі. У суперечності напруження протиставлення невблаганно зростає. Але якщо перервати прагнення суперечності до вирішення, якщо довільно вихопити лише антиномію, суперечність убивається: в антиномії її ще немає. Якщо ж односторонньо зафіксувати лише розв’язання, суперечності тут вже немає: напруження протилежностей знята. Лише єдність антиномії і розв’язання схоплює сутність власне суперечності. Основним у суперечності є те, що дає ключ до таємниці саморуху – розв’язання.

Отже, невпевненість у рефлексії й оцінці власних можливостей та об’єктивної вірогідності призводить до того, що за об’єктивний найвірогідніше починає прийматися найгірший з усіх можливих стан справ. Отже, невпевненість у собі виявляється таким станом справ, який неможливо витримати, перетерпіти. Тому все, що гарантує впевненість, твердість,

завзятість, наполегливість і тривалість помилково вважається придатним для перемоги над власною невпевненістю.

Таким чином, дослідження теоретико-методологічних засад феномену неповноцінності повинно базуватися на врахуванні рефлексії страху як знакового чинника розвитку особистісної неповноцінності. Люди з комплексом неповноцінності мають проблеми із самооцінюванням, самосприйманням та самоприйняттям, а також численні розлади і відхилення у перцептивних параметрах міжособистісного спілкування.

Актуальність залучення перцептивного тла у реабілітаційних заходах є очевидною, оскільки лише взаємність інтересів, що так властива соціальній перцепції, може гарантувати глибину взаємопроникнення у проблеми неповноцінності, а отже і високу ймовірність їх вирішення. Такий соціально-перцептивний підхід визначає напрямки подальшої роботи з метою розвитку адекватних можливостей індивіда освоювати світ на підставі глибинно-психічного та цілісного його пізнання, зокрема завдяки позитивно налаштованій рефлексії.

Список використаної літератури

1. Адлер, А. Понять природу человека / А. Адлер. – СПб. : Академический проект, 1997. – 256 с.
2. Гуменюк, О. Є. Психологія Я-концепції : монографія / О. Є. Гуменюк. – Тернопіль : Економічна думка, 2002. – 186 с.
3. Келе, Х. Загадка страха. На чем основан страх и как с ним быть / Х. Келер ; пер. с нем. И. Карташовой. – М., 2003.
4. Корнетов, Н. А. Психогенные депрессии (клиника, патогенез) / Н. А. Корнетов. – Томск : Изд-во Томск. ун-та, 1993. – 238 с.
5. Кьеркегор, С. Страх и трепет / С. Кьеркегор ; пер. с дат. Н. Исаевой, С. Исаева. – М. : ТЕРРА-Книжный клуб ; Республика, 1998. – 19 с.
6. Радовель, М. Р. Категориальная структура исследовательского мышления / М. Р. Радовель. – Ростов н/Д. : Изд-во Рост. ун-та, 1993. – 112 с.

7. Соловьева, Г. Г. О роли сомнения в познании / Г. Г. Соловьева. – М., 1976. – 91 с.

8. Рубинштейн, С. Я. Психология умственно отсталого школьника : учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / С. Я. Рубинштейн. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 1986. – 192 с.

9. Фрейд, З. Введение в психоанализ. Лекции 1–15 / З. Фрейд. – СПб. : Алетейя СПб, 1999.

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор Романишина Л. М.