

Т.С.Кудріна, А.С. Вавілова

ЛЕКЦІЇ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ. СВІДОМІСТЬ, САМОСВІДОМІСТЬ.

Навчальний посібник



Київ-2025

Навчальний посібник

Т.С.Кудріна
А.С. Вавілова

ЛЕКЦІЇ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.
СВІДОМІСТЬ, САМОСВІДОМІСТЬ.

Кудріна Т.С., Вавілова А.С.
Лекції із загальної психології. Свідомість. Самосвідомість.

УДК 159.922/.923.2+316.64(075.8)

Рецензенти:

доктор психол. наук, проф. О. В. Савченко
(Київський національний університет імені Тараса Шевченка),
доктор психол. наук, проф. А. М. Грись
(Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України),
кандидат психол. наук, доцент Найдьонова Г. О.
(Київський національний університет імені Тараса Шевченка)

Рекомендовано до друку вченою радою факультету психології
(протокол №10 від 27 лютого 2025 року)

Кудріна Т.С., Вавілова А.С.

Лекції із загальної психології. Свідомість, самосвідомість.
Навчальний посібник.

ISBN: 978-617-8571-03-0

Навчальний посібник знайомить зі станом розробленості категорій свідомість та самосвідомість у сучасній психології. Здійснено короткий історичний екскурс до проблематики цих психологічних явищ. Проаналізовано основні сучасні підходи до природи свідомості, наведено докази складності та неоднозначності феномену свідомості, які позначаються на розкритті її сутності та структури. Висвітлено місце самосвідомості в психічній організації людини. Самосвідомість представлено як форму, поза якою свідомість не може існувати. Охарактеризовано одиниці аналізу самосвідомості, серед яких головну увагу приділено аналізу «Я», усвідомлення якого є епіцентром свідомості та самосвідомості.

Навчальний посібник призначено для студентів, які навчаються за спеціальністю «Психологія».

УДК 159.922/.923.2+316.64(075.8)

© Кудріна Т.С., Вавілова А.С. 2025

ЗМІСТ

Передмова.....	2
Розділ 1. Природа та психологічна сутність свідомості	4
1.1. Актуальні питання психології свідомості	4
1.2. Поняття про вищі психічні функції.....	13
1.3. Свідомість як предмет науки. Класичні теорії свідомості.....	15
1.4. Можливості та обмеження методу інтроспекції.....	27
1.5. Свідомість як об'єкт міждисциплінарних досліджень.....	33
1.6. Онтологічний підхід до аналізу свідомості.....	56
1.7. Сучасні уявлення про свідомість в зарубіжній та вітчизняній психології	63
1.8. Свідомість як форма відображення дійсності	74
1.9. Структура свідомості	81
1.10. Функції свідомості.....	88
1.11. Свідоме та несвідоме. Класифікація несвідомих психічних явищ.....	91
1.12. Змінені стани свідомості	100
Питання до самоконтролю	106
Розділ 2. Самосвідомість та її місце в психічній організації людини	109
2.1. Поняття про самосвідомість. Співвідношення свідомості та самосвідомості (короткий історичний екскурс в проблему).....	109
2.2. Проблема виникнення самосвідомості	113
2.3. Критерії самосвідомості	121
2.4. Одиниці аналізу самосвідомості	124
2.5. Рівні самосвідомості	143
2.6. Самоставлення та його психологічна структура.....	150
Питання до самоконтролю	152
Післямова	155
Список рекомендованої літератури	158

ПЕРЕДМОВА

Перед авторами даного посібника постало нелегке завдання: аналіз психологічної сутності свідомості та самосвідомості. Що передбачає такий аналіз?

Передусім, цей аналіз спрямований на розкриття місця зазначених феноменів у психічній організації суб'єкта; виявлення їхньої природи, рівнів прояву, структури, функцій, видів, форм. Іншими словами, йдеться про наповнення вищезазначених категорій конкретним психологічним змістом.

Важкість цієї роботи пов'язана із загадковістю, складністю та гетерогеністю природи центрального психологічного феномену, яким є свідомість. На неоднорідність свідомості як психологічного феномену вказує Д. Чалмерс, стверджуючі, що за терміном «свідомість» приховано безліч різнорівневих феноменів відмінної природи: «qualia» (суб'єктивний досвід), «awareness» (обізнаність), «conscious experience» (усвідомлені стани, свідомий досвід) і «consciousness» (свідомість як така).

Саме така багатовимірна і гетерогенна реальність, якою є свідомість, і є головним об'єктом аналізу посібника. Окремі підходи до розкриття природи та сутності свідомості, представлені в посібнику, висвітлюють лише певні грані цієї реальності, не будучи здатними «обійняти неосяжне, охопити феномен свідомості цілком і повністю». Недаром відповідь на запитання, коли і як виникає свідомість, входить, за Д. Чалмерсом, до кола «важких проблем» сучасних природничих та гуманітарних наук. До того ж, в більшості наук, які вдаються не лише до аналізу природи свідомості, але й до виокремлення її істотних ознак з метою розкриття її змісту та визначення поняття «свідомість», вона досі позиціонує себе як межова абстракція. Спроби об'єктивування змісту свідомості через пошуки її специфічної матерії у мозку, в його нейрофізіологічних механізмах, що пов'язані з прагненням локалізувати свідомість або причинно-наслідковим способом встановити її сутність у структурних утвореннях матеріального походження, виявляються недостатніми задля розкриття її природи та психологічної сутності. Рівною мірою і пошуки матерії свідомості у мові розцінюються сучасною наукою як непродуктивні.

Особливу увагу приділено авторами посібника аналізу основної функції свідомості і навіть здійснено спробу побудувати її метафоричну модель. Мета такого детального аналізу рефлексії – доведення того, що саме її наявність у людини не дозволяє нам припустити існування свідомості у тварин.

Деякі з висловлених у посібнику положень щодо розуміння свідомості належать авторам, тому вони не можуть розглядатись як такі, що не підлягають критиці. Навпаки, автори намагалися під час викладення матеріалу посібника актуалізувати творчу думку студентів та створити підґрунтя для дискусій, під час яких можливо буде дійти істини щодо розв'язання широкого кола питань, пов'язаних зі свідомістю.

Не менш важко доступною для науково-психологічного аналізу виявляється і самосвідомість. Так, не існує єдиної точки зору щодо її надійних індикаторів, проблемним є питання про момент її виникнення в онтогенезі. Ці питання обговорюються в посібнику із врахуванням досягнень світової та вітчизняної психології. В посібнику викладено не лише теоретичні відомості щодо сутності самосвідомості, а й наведено кілька прикладів її задіяності в психологічній практиці.

РОЗДІЛ 1. ПРИРОДА ТА ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ СВІДОМОСТІ

1.1 Актуальні питання психології свідомості

Головним завданням посібника є аналіз психологічної сутності свідомості та самосвідомості. Що передбачає такий аналіз?

Передусім, цей аналіз спрямований на розкриття місця зазначених феноменів у психічній організації суб'єкта; виявлення їхньої природи, рівнів прояву, структури, функцій, видів, форм. Іншими словами, йдеться про наповнення вищезазначених категорій конкретним психологічним змістом.

Особливого значення в наш час набуває проблема свідомості, яка належить до кола глобальних проблем сучасності. За великим рахунком, вона має відношення до розв'язання багатьох нерозгаданих таємниць, які і досі хвилюють людство: виникнення життя на землі, походження психіки, виникнення свідомості. Жодна з цих проблем не має сьогодні остаточного вирішення. Але, на наше тверде переконання, кожна з них має безпосереднє відношення до розкриття природи та психологічної сутності такої надскладної, багатовимірної та гетерогенної реальності, якою є свідомість.

Отже, проблема свідомості є «контекстною». Іншими словами, її остаточне вирішення можливе лише в контексті та за умов вирішення проблем, що сформульовані вище. Але, не зважаючи на величезну кількість невирішених у сучасній науці методологічних питань, які, звичайно, гальмують розробку теоретичних аспектів свідомості, сьогодні виникає нагальна потреба в апеляції до цього феномену при розв'язанні широкого кола практичних задач, що постають перед нашим суспільством:

1. Формування екологічної, гуманітарної свідомості. Еволюція та зміни свідомості зв'язані з виживанням людства, з попередженням та недопущенням зростаючої антропологічної катастрофи. Нажаль, вона вже сталася. Підрив Росією Каховської ГЕС призвів до страшних екологічних, економічних та техногенних наслідків. Цей військовий злочин прирівнюється до підриву атомної бомби чи АЕС. Актуальним у наш час стає гасло: «Людству настав час прокинутись. Йому потрібна свідомість (а не лише мозок!), яка знаходиться у стані пильнування».

2. Формування суспільної та індивідуальної свідомості. Стан суспільної та індивідуальної свідомості є зоною ризику не лише для будь-яких економічних інновацій, але й, в цілому, для історичної перспективи, що відкривається перед нашою країною, та яку можна позначити як вкрай невизначену. Особливого

значення вказана проблема набуває в наш час, коли країна тривалий час перебуває в стані війни, яка останні більше як два роки перетворилася на повномасштабну. Тому вся суспільна практика (освіта, праця, управління, політика тощо) потребують на сучасне, якісне психологічне забезпечення.

Аналіз стану суспільної та індивідуальної свідомості є важливим в контексті проблеми *інформаційно-психологічної безпеки* суспільства та особистості тощо. Зупинемось на цьому питанні докладніше.

В наш час спостерігаються дві основні тенденції, а саме: *стрімке розширення інформаційного простору (що саме по собі вже є загрозою для особистості) та свідоме чи несвідоме викривлення інформації, утворення ілюзорного життєвого простору*. Все це є полем, у якому формуються система інформаційної безпеки та система інформаційних небезпек суспільства і особистості.

Поняття, пов'язані із розумінням *колективної, масової, суспільної, національної свідомості*, лежать в основі розуміння інформаційної безпеки суспільства. Інформаційна безпека суспільства є системою вищого рівня для системи інформаційної (інформаційно-психологічної) безпеки особистості, тому, що людина й особистість проходять шлях свого розвитку, становлення у процесі соціалізації і набувають своїх особливостей і рис у відповідності до особливостей даного суспільства (географічне положення, стан розвитку, історія, мова, традиції, політичний устрій, національні ідеї, смисли та інше). Тому вплив на суспільство та суспільну свідомість є одним із найважливіших чинників, який і визначає те, якою буде особистість, а відповідно її спроможність чинити опір негативним інформаційно-психологічним впливам.

До загроз на цьому рівні можна віднести цілеспрямований інформаційно-пропагандистський вплив на суспільство, суспільну свідомість, культуру суспільства з метою зміни чи викривлення їх. У якості інструменту можуть використовуватися пропаганда, нав'язування інших цінностей, образів, піар - технології, нейролінгвістичне програмування та інші форми і способи впливу. Яскравим прикладом тому є сучасне російське суспільство, громадяни якого перетворилися на зомбі, запрограмованих істот, які пасивно та некритично сприймають інформацію і реактивно реалізують навязані їм хибні цінності.

Поняття *«інформаційно-психологічна безпека»* співвідноситься з ширшим за обсягом поняттям *«психологічна безпека»*.

«Психологічна безпека» - стан суспільної свідомості, при якому суспільство, в цілому, і кожна особа, зокрема, сприймають існуючу якість життя як адекватну і надійну, оскільки є реальні можливості для задоволення природних і соціальних потреб громадян в сьогоднішній, підстави для упевненості в майбутньому тощо. На жаль, українське суспільство в наш час знаходиться в психологічно небезпечному стані.

«Інформаційно-психологічна безпека» - стан захищеності індивідуальної, групової і суспільної свідомості, соціальних суб'єктів різних рівнів спільності від дії інформаційних чинників, що викликають дисфункціональні соціальні процеси. Іншими словами, йдеться про такі соціальні процеси, які зумовлені війною, та які у зв'язку з цим ускладнюють або перешкоджають нормальному функціонуванню державних і соціальних інститутів суспільства та людини як повноправного і вільного громадянина.

Таким чином, проблема інформаційно-психологічної безпеки особистості, її психологічної захищеності та способів формування психологічного захисту в сучасних умовах є важливою як в теоретичному, так і в прикладному плані. Її вирішення залежить від того, якою мірою сучасній науці вдасться розкрити та об'єктивувати психологічну структуру свідомості.

3. *Усунення негативних наслідків маніпулювання свідомістю.* У повсякденний тезаурус пересічного громадянина міцно увійшло словосполучення «маніпулювання свідомістю», сенс якого не завжди зрозумілий йому, не говорячи вже про те, що людина може навіть не підозрювати, що її свідомістю маніпулюють. Способи маніпуляції бувають, як правило, завуальованими та вишуканими. До них належать: афери, махінації, шахрайство, блеф, стратагеми, маніпуляції, психологічні і рефлексивні ігри, політичні інтриги, містифікації, провокації, психологічні й таємні операції, пропаганда і психологічна війна, управління супротивником, політичні ігри, рекламні кампанії, політична та комерційна реклама, дезінформація та інші.

Слід зазначити, що в умовах війни спостерігається підвищена схильність значної частини населення до впливу маніпуляції. Відомо, що у зв'язку з тривалим знаходженням людини в кризових умовах (стрес, війна) різко знижується опір до маніпуляції її свідомістю. Останнє дуже часто використовується ворогом: психологічні маніпуляції включаються в інформаційно комунікативні процеси, ефект дії яких багаторазово посилюється широкомасштабним і стихійним поширенням новітніх інформаційних технологій, засобів комунікації, телекомунікаційної техніки тощо.

Дуже добре відомо, що далеко не останнє місце у військовій агресії росії проти України займає так звана інформаційно-психологічна операція, на яку ворог покладає дуже великі надії. Ворог прагне знищити нашу державність, викликати в людей паніку та посіяти недовіру громадян до існуючої влади, президента. До участі у зазначеній операції залучено велику кількість психологів, яких ми колись вважали колегами. Але сьогодні саме вони допомагають «відредагувати» різні способи психологічного впливу на свідомість українців відповідно до найсучасніших досягнень психологічної науки

Отже, завданням психології є *забезпечення людини психологічними засобами протистояння маніпуляціям її свідомості.*

4. *Очищення та розширення свідомості.* Ілюзорна ідея про легкість вивчення, формування та перебудови свідомості, яка панувала в колишньому СРСР, призвела до того, що протягом десятиріч свідомість розглядалась як дещо вторинне, другорядне; вона витискувалась та заповнювалась так званим правильним світоглядом, легко важливими ідеалами (засвоєння яких зумовило досить важкі наслідки), хибними символами, гаслами, утопіями, ілюзіями, емоціями (наприклад, страх, що паралізує, безглуздий ентузіазм, глибоке задоволення тощо). Найбільш негативним наслідком такого підходу до свідомості стала девальвація проблеми свідомості. На деформацію свідомості в СРСР витрачено багато років. Адже *свідомість інерційна, вона не піддається миттєвій переробці, перековці, перебудові.* Актуальною проблемою всіх суспільних наук, а особливо – психології, є цілеспрямована робота по її очищенню та розширенню. Свідомість розширюється та очищується, в цілому, приходять до норми, дуже повільно і лише за умов такої роботи.

У сучасній літературі широко використовується термін *гігієна свідомості*. Зазначено, що свідомість, так само, як і наше тіло, наша оселя потребує на визначені гігієнічні навички, а ще краще – на тренування, а найкраще – проживання. Потрібно аби людина виробляла в себе звичку постійно обробляти дискомфорт своєї свідомості у ту мить, коли він виникає, одразу «як тільки-но щось пролилось, а не чекати, поки засохне чи хтось прийде та прибере».

В цьому складність роботи із свідомістю. Якщо задля прибирання у домівці можна будь-кого найняти, то ментальне прибирання, навіть за допомогою іншої людини, вимагає власних зусиль.

5. *Корекція змінених станів свідомості та зв'язаних з ними девіантних форм поведінки та діяльності,* яка є головним завданням у прикладних галузях психології: психоаналізі, психосинтезі, психотерапії.

Ретроспективний аналіз стану розробки проблеми свідомості у психології свідчить про те, що у ній часто висловлювалися сумніви щодо доступності пізнання свідомості за допомогою наукових методів та засобів. З давніх часів проблеми свідомості в психології називають проклятими. Тривалий час дослідники навмисно обминали пояснення всього того, що якимось чином могло бути пов'язаним із свідомістю. В. М. Бехтерев вважав, що «в об'єктивній психології не повинно бути місця питанням про суб'єктивні процеси або процеси свідомості». Такої ж думки притримувався Дж. Уотсон, вказуючи, що «психологія зобов'язана відкинути будь-які посилання на свідомість». Вчення про умовні рефлекси І. П. Павлова було орієнтоване лише на об'єктивні фактори, тому воно повністю виключило з свого кола психологічні поняття, включаючи і свідомість. Добре відомо, що в лабораторії І. П. Павлова було заборонено вживати всі терміни, які мають відношення до психіки, а порушники повинні були платити штраф.

Найглибшою таємницею психологічної науки вважає свідомість засновник гештальт-терапії Ф. Перлз (Perls, 1969). Досі свідомість розглядається як маленький острів посеред великого океану можливостей людської психіки, про межі якої ми замало знаємо. Свідомість створює дива: якимось незрозумілим чином пам'ятає про те, про що забуває; умудряється сприймати щось те, що не сприйняте та розрізнявати те, що не розрізняване; помилки перетворює на істину; здатна успішно розв'язувати загадки, які на перший погляд є не розв'язуваними. Свідомість про все здогадується, хоча знає лише про те, про що відати не відає; вона часто не має ані найменшого уявлення про те, що їй добре відомо.

В історії психології можна виокремити три головних парадигми свідомості (Гусельцева, 2018):

1. *Класична парадигма.* В класичній психології свідомості, відлік часу якої співпадає з виникненням психології як самостійної науки та створенням В. Вундтом першої психологічної лабораторії, свідомість ототожнювалася з психікою та розглядалася як особливий феномен, який вивчався виключно методом інтроспекції.

2. *Некласична парадигма* панувала в науці на початку ХХ сторіччя до останньої його третини. У цей проміжок часу було зосереджено увагу переважно на поведінці, діяльності, спілкуванні, соціальній ситуації розвитку особистості. Як така, проблема свідомості відійшла на другий план у біхевіоризмі, психоаналізі, гештальтпсихології. Порівняно з класичною парадигмою свідомості, некласична вдавалася до вивчення цього явища непрямо: через вивчення поведінки, діяльності, несвідомого, продуктів творчості, аналізу особистості тощо.

3. *Постнекласична парадигма*, в якій виникає «поворот до свідомості», сформувався під впливом глобальних соціокультурних змін сучасного світу та досягнень когнітивних наук та науки про мозок. Наново нагадала про себе «проблема свідомості як суб'єктивної реальності, яка не могла бути вирішена у рамках когнітивних підходів та нейронауки...» (Гусельцева, 2018). Саме на цьому етапі розвитку психології було виявлено плинну, лабільну, процесну, надскладну і багатовимірну природу свідомості. Йдеться про сучасний етап розвитку знань про свідомість, характерною рисою якого є розгортання трансдисциплінарних досліджень феномену свідомості, які базуються передусім на соціогуманітарній методології (Гусельцева, 2018).

Які ж головні проблеми, що пов'язані із свідомістю, утворюють в психології так зване «замкнене коло»? Більшість з них виникає при аналізі *природи свідомості*, під час відповіді на запитання, звідки і як вона виникає. Зазначена проблема (так звана «важка проблема свідомості») є важливим предметом теоретичних досліджень в сучасній філософії свідомості, а також емпіричних досліджень у психології, нейронауці та квантовій фізиці.

Термін «важка проблема свідомості» (hard problem of consciousness) запроваджений філософом Девідом Чалмерсом у 1995 році (англ. hard problem of consciousness). Її вирішення дозволяє пояснити, чому у нас є квалія (ментальні стани) чи феноменальний досвід, як відчуття набувають таких характеристик, як колір або смак; чому в суб'єкта з'являються певні стани свідомості, змінені стани.

Іншими словами, це проблема пошуку відповідей на наступні питання: чому свідомість існує? чому і як свідомість виникає? яким чином мозок породжує свідомість?

Загальновизнаною є думка про те, що свідомість, загалом, призначена для відображення дійсності та регуляції діяльності. Водночас таку саму функцію виконує рефлексія, яка є відображенням самого відображення, та розглядається як головна ознака свідомості. На думку деяких вчених, відображення, а також регуляція діяльності здійснюються організмом автоматично. Ані психіка, ані тим більше свідомість для цього не потрібні. Наявна спроба відповісти на питання про призначення свідомості чисто логічним шляхом у напрямі, який отримав назву «психологіка» (Гусельцева, 2018; Каліщук, Сергєєнкова, 2021). Але загальновідомими науковими методами відповіді на ці питання поки що отримати не вдалося. Водночас слід визнати, що зараз відомі будова і принципи функціонування головного мозку, а також те, як мозок контролює поведінку організмів і розуміння самої поведінки, але з цього зовсім не випливає розуміння

свідомості. В подальшому ми докладно розглянемо найбільш популярні в сучасній науці теорії свідомості.

Сформулюємо *довічні головоломки*, які пов'язані із свідомістю та розв'язати які прагне величезна кількість наук про природу, суспільство та людину.

Перша стосується одного з найважливіших феноменів свідомості - *усвідомлення*. Що це таке? Як воно виникає? Як зрозуміти, що ми взагалі щось сприймаємо? Яким чином ми бачимо світ? Як виникають квалія (ментальні стани) чи феноменальний досвід? Як ми відчуваємо колір або смак; яким чином в суб'єкта з'являються певні стани свідомості? Врешті-решт, як у людини формується внутрішня модель світу?

Беззаперечною, на наш погляд, є думка про те, що свідомість являє собою внутрішню картину світу, яка відкривається суб'єкту безпосередньо. У цій картині презентований сам суб'єкт, його дії та стани тощо. Фінський психолог, представник нейрокогнітивного підходу, А. Ревонсуо відзначає, що «в усвідомлювального суб'єкта є внутрішня психологічна реальність, ментальне життя, що складається із суб'єктивних переживань, усередині якої тече потік свідомості. Внутрішній потік суб'єктивних переживань, що безпосередньо присутній у нас і що постійно виявляє себе нам, і є свідомість» (Гусельцева, 2018).

Можна також припустити, що в нашій голові знаходиться маленький комп'ютер. Але виникає слушне питання: хто дивиться на екран того самого комп'ютера? Відповіді на це питання сьогодні немає, тому що для більшості людей усвідомлення – найочевидніший факт на світі. Розкриття ж психологічної сутності свідомості неможливе без аналізу механізмів усвідомлення та загалом природи свідомості (онтологічна проблема).

Комп'ютерна метафора дозволяє зрозуміти (хоча б в загальних рисах) механізми усвідомлення, які ілюструє наступний психотерапевтичний прийом. Психотерапевт пропонує клієнту «перепрожити» ситуацію, яка призвела до виникнення проблем в його житті та стала причиною звернення по психологічну допомогу. «Перепрожити» ситуацію означає усвідомити її, зрозуміти під новим кутом зору. Іншими словами, відбувається «перезавантаження» внутрішнього комп'ютера клієнта: очищення від «бруду», запуск інформації у новому контексті, форматі та створення нової «картинки» конкретної проблемної ситуації. Іноді таке «перезавантаження» («перепроживання») супроводжується болісними переживаннями, відбувається так званий «трагічний катарсис». Внаслідок цього

формується нове бачення не лише ситуації, але й, загалом, світу (в широкому сенсі цього слова).

Американський філософ-когнітивіст Д. Деннет пропонує свій варіант вирішення розглядуваної проблеми. Дійсно, у суб'єктивному світові людини можуть бути присутні сукупності образів, різні відчуття, емоції, в існування яких людина відверто вірить, що вони присутні у її свідомості у вигляді різних якостей, чи "кваліа". Насправді, як вважає філософ, це лише гра уяви і не більше. Цей факт вчений обґрунтовує результатами дослідів, які проводились когнітивними науковцями за останні десятиліття, що свідчать про наявність когнітивних ілюзій у суб'єктивному досвіді. Суб'єкти, яких досліджували, часто не давали однозначних, непротиворечивих, відповідей на питання про те, що вони відчувають під час дослідів, й як ці відчуття співвідносяться з їх власним «Я». На думку Д. Деннета, інформація, яку людина під час досліду ніби сприймає інтуїтивно, лишається поза межами її свідомості, а відомості про оточуючий світ, що виникають внаслідок дії її органів відчуттів не відкладаються у її свідомості. Відповідно, магічного місця, де відбувається розуміння (*усвідомлення – курсів наш*), не існує. Рівною мірою не існує наповненості сприйняття, внутрішніх «кваліа», не існує центрального джерела значення та дії (Деннет, 1991, 2018).

Важливе місце в теорії Д. Деннета посідає ідея про те, що активним агентом, формуючим наше буття, є мова. Саме в ній ми постійно створюємо себе й свою свідомість. Він зазначає, що відчуття червоної троянди, почуття болю, отримує своє значення лише при мовному оформленні: «мені боляче», «я бачу червону троянду» (Деннет, 1991, 2018).

Друга головоломка обумовлена *відсутністю надійних критеріїв наявності свідомості*. Дійсно, знання про те, що в інших людей теж є свідомість, будується або на припущенні, або ж на вірі в те, що цей факт має місце. Словесний звіт про те, що людина зараз усвідомлює в нормальному стані, не може бути ознакою свідомості тому, що слова не завжди відповідають наявності в людини суб'єктивної реальності. До того ж, зміст моєї свідомості (те, що безпосередньо очевидне для мене) не може бути переданим іншій особі як таке ж безпосередньо очевидне.

Свідомість є прозорою, тому що вона всамоочевидне видимий світ для суб'єкта, та суб'єктивною. Проблемі суб'єктивності свідомості присвячена стаття філософа Т. Нагеля «Як-то бути кажаном?». Зазначену проблему автор розглядає як основну проблему вивчення свідомості. Описати і пояснити суб'єктивність свідомості – відповісти на запитання: як-то бути обізнаним суб'єктом або біологічним організмом, що сприймає реальною з унікальної і до того ж не

підвладну зовнішньому аналізу суб'єктивну точку зору?» (Гусельцева, 2018). Т. Нагель вважає неможливим дати повноцінну відповідь на це запитання, рівною мірою, як і інший нейрокогнітивіст А. Ревонсуо: «Навіть досконала когнітивна нейробиологія не зможе відповісти нам на питання, як-то бути кажаном і як із нейронної активності народжується свідомий досвід» (Гусельцева, 2018).

Загалом, труднощі вивчення свідомості як суб'єктивного досвіду «обумовлені його особистісною інтимністю, інтровертованістю, неформальністю та експериментальною невідтворюваністю потоків унікального внутрішнього змісту» (Гусельцева, 2018).

У третій головоломці йдеться про необхідну умову усвідомлення - *уміння усвідомлювати*. Само це вміння не може усвідомлюватися і ніякі усвідомлені процеси не можуть його породити. Інакше слід було б признати, що свідомість можлива ще до того, як вона виникла. Іншими словами, ми не вміємо усвідомлювати *процес створення усвідомлюваного*. Те, що ми усвідомлюємо, завжди присутнє у нашій свідомості в готовому вигляді. Людина здатна звітувати лише про те, *що* вона усвідомлює, але не може пояснити перехід від одних думок до інших. Отже, людина усвідомлює передусім певний зміст, а не сам процес усвідомлення цього змісту. Причини виникнення в свідомості нових ідей в результаті творчого акту є також неусвідомленими.

Четверта головоломка пов'язана з *обмеженнями свідомості*. Виникає питання: чи може свідомість усвідомлювати свої межі? Більш конкретно зазначене питання можна сформулювати так: чи здатна глуха від народження людина безпосередньо усвідомлювати свою глухоту? Чи здатний дальтонік безпосередньо переживати те, що він суб'єктивно не відрізняє червоний колір від зеленого. Відповідь на обидва запитання є негативною: глуха від народження людина не усвідомлює безпосередньо свою глухоту, тому що вона не знає, що таке здатність чути, рівною мірою дальтонік сам не здогадається про те, що не сприймає відмінності деяких кольорів. Людина може *знати* про свої обмеження, але самі ці обмеження нею не усвідомлюються.

Свідомість має також часові обмеження. Прикладом цього може бути сприймання так званих подвійних зображень, під час якого зміст свідомості змінюється наперекір нашому бажанню. Невідомо, як у даному випадку приймається рішення, що усвідомлювати, а що ні? *Свідомість не здатна в момент перерви у власній діяльності помічати цю перерву*. Людина не може усвідомити власної смерті, тому що в цю мить її свідомість вже не функціонує. Допоки людина хоча б що-небудь усвідомлює, зміст її свідомості не усвідомлюється як пустий

(«потік свідомості»). Неусвідомленими є вмикання та вимикання свідомості (наприклад, під час сну). Для цього потрібно приймати якимось чином спеціальне рішення.

Незрозумілою є також природа так званого «*феномену спустошення свідомості*», сутність якого полягає в тому, що багаторазове повторення одного й того самого слова або групи слів викликає суб'єктивне відчуття втрати сенсу слів.

Перелік аналогічних головоломок можна було б продовжити, але звернемося до розгляду природи та психологічної сутності свідомості у тій мірі, в якій вони розкриті в сучасній науці. Почнемо такий аналіз із розкриття місця свідомості в системі психічних явищ. Не викликає сумніву правильність ідеї про те, що свідомість є вищою психічною функцією, разом з довільною увагою, довільною пам'яттю, логічним мисленням та мовленням. У подальшому ми виявимо характерні ознаки, які відрізняють вищі психічні функції від нижчих, а також специфічні властивості свідомості, які притаманні їй та які дозволяють свідомості посідати особливе місце в системі складних психічних процесів.

Зауважимо, що при висвітленні будь-яких проблемних питань свідомості ми звертатимемося до вже відомих теоретичних положень психологічної науки, які, на наш погляд, не втратили своєї евристичної цінності в наш час та є визнаними світовою психологією.

1.2. Поняття про вищі психічні функції

Вищі психічні функції – складні психічні процеси, що формуються при життєво, є соціальними за походженням, опосередкованими за психологічною будовою та довільними за способом своєї реалізації. Головною передумовою виникнення вищих психічних функцій є історичний розвиток людства. Відповідно до культурно-історичної теорії Л. Виготського (Vygotsky, 1981), в психічному розвитку людини потрібно розрізняти два види процесів – природні (біологічні) та культурні (соціальні). Дані процеси є різними за сутністю, природою та закономірностями, яким вони підкоряються. Соціальні процеси детерміновані зовнішніми чинниками розвитку, біологічні – внутрішніми. У філогенезі ці процеси представлені як дві самостійні та незалежні одна від одної лінії розвитку. В онтогенезі вони утворюють єдиний складний процес. Вищі психічні функції – результат оволодіння зовнішніми засобами культурної поведінки: мовою, лічбою, писанням, малюванням тощо.

Таким чином, вищі та нижчі психічні функції є двома незалежними рядами, які починають взаємодіяти на певному етапі онтогенезу. Спочатку в дитини функціонують нижчі, природні функції. Вищі психічні функції виникають внаслідок опанування знаком і, за його допомогою, власною природою, тобто нижчою психічною функцією.

Вищі психічні функції – складні системні утворення, що якісно відрізняються від інших психічних явищ. Основними характеристиками вищих психічних функцій є опосередкованість, усвідомленість та довільність. До того ж вони володіють великою гнучкістю, здатністю до взаємної заміни компонентів, що входять до їх складу. Незмінними (інваріантними) в них залишаються вихідна задача (усвідомлена мета діяльності) та кінцевий результат; засоби ж, за допомогою яких реалізується дана задача, є доволі варіативними та відрізняються на різних етапах онтогенезу і за різних способах, шляхах формування функції.

Головною закономірністю формування вищої психічної функції є наступна: спочатку вона існує як форма взаємодії між людьми (інтерпсихологічний процес) і лише згодом – як повністю внутрішній (інтрапсихологічний) процес. Перетворення зовнішніх засобів реалізації функції на внутрішні психологічні - інтеріоризація.

Логіка розвитку вищих психічних характеризується ще одною важливою рисою – їх поступовим «згортанням», автоматизацією. На перших етапах формування вища психічна функція являє собою розгорнуту форму предметної діяльності, яка спирається на відносно елементарні сенсорні та моторні процеси; згодом ці дії та процеси згортаються і перетворюються на автоматизовані розумові дії.

Психофізіологічною основою вищих психічних функцій є складні функціональні системи. До їх складу входить велика кількість аферентних та еферентних ланок. Зазначені функціональні системи мають вертикальну (корково-підкоркову) та горизонтальну (корково-коркову) організацію. Частина ланок функціональної системи жорстко «закріплена» за визначеними ділянками мозку, решта з них є високо гнучкими та можуть замінювати одна одну, що дозволяє функціональній системі перебудовуватись. Таким чином, кожна вища психічна функція не пов'язана з роботою одного «мозкового центру», як вважали прихильники френології, або всього мозку як еквіпотенційного цілого, вона є результатом системної діяльності мозку, в якій різні мозкові структури беруть диференційовану участь.

Можна виокремити три основних функціональних блоки головного мозку (Lopez, Blanke, 2007):

- блок регуляції тону мозку, рівня його активації (енергетичний блок), який забезпечує фон психічної активності. До його складу входять: ретикулярна формація, структури середнього мозку, структури діенцефальних відділів стовбуру, лімбічної системи, медіобазальні відділи кори лобних та скроневих ділянок мозку;

- блок прийому, переробки та зберігання екстрацептивної інформації. Він складається з коркових зон зорового, слухового, шкіряно-кінестетичного аналізаторів, що знаходяться у задніх відділах великих півкуль;

- блок програмування, регуляції та контролю за перебігом психічних функцій, який бере участь у формуванні та усвідомленні мотивів, задумів, цілей; контролює та регулює результати діяльності. Він представлений моторними, пре моторними та пре фронтальними відділами кори великих півкуль.

Саме спільна робота вказаних блоків головного мозку забезпечує реалізацію свідомої, довільної та опосередкованої знаками активності людини.

Отже, до вищих психічних функцій належать: довільна пам'ять, довільна увага, логічне мислення, мовлення, свідомість. Їх розвиток зумовлений ускладненням діяльності та вдосконаленням знарядь праці, які є засобом дослідження оточуючого світу, створенням та використанням знакових систем тощо.

1.3. Свідомість як предмет науки. Класичні теорії свідомості

Перед тим, як висвітлити класичну парадигму свідомості у психології, вважаємо за необхідне розпочати розгляд позицій тих філософів, які стояли у витоків виникнення психології як науки, загалом, і класичної психології свідомості, зокрема. Добре відомо, що проблема аналізу свідомості виникла в філософії.

Головним питанням, яке обговорювалось філософами, стало питання про існування свідомості не як факту життя, а як предмету науки. Всім людям відомо, що свідомість в них є. Цей факт є очевидним і таким, який неможливо спростувати. Інша справа, коли ми говоримо про свідомість як про предмет наукового пізнання. Чи можливо вивчати свідомість?

Спроба дати відповідь на це питання належить Р. Декарту (Попович, 2022). Перед тим, як зробити це, вчений-філософ формулює ще одне важливе, на його думку питання: що взагалі можливо вивчати науково? Р. Декарт зазначає, що варто, хоча б на інтуїтивному рівні, розрізнявати життя та пізнання. Кожен з нас просто живе та діє, загалом, існує. Це одне. Зовсім інша ситуація виникає тоді, коли ми перетворюємося на дослідника, стаємо суб'єктом пізнання, який будує науку. Життя та пізнання потрібно розрізнявати чіткіше, стверджує Р. Декарт. Продовжуючи цю ідею, він наголошує: у життя та пізнання різні правила, різні способи дії. Головним завданням справжнього людського життя є розвиток особистості. Людина як особистість має самостійно вирішувати проблеми, що в неї виникають. Для самостійного вирішення проблем людині потрібна рішучість, здатність до ризику, можливість прийняти рішення у невизначеній ситуації, коли неможливо прорахувати остаточне правильне рішення. Більш того, оцінити правильність прийнятого людиною рішення дуже важко. Особливо тоді, коли йдеться про двох людей, які в одній і тій самій життєвій ситуації вчинили по-різному. В житті кожен правий. Хто яке рішення прийняв, той і правий, оскільки від прийнятого рішення залежить результат поведінки. Згадаймо притчу про двох жабок, які потрапили в сметану. Одна з них прийняла рішення не боротися й загинула, інша ж, безцільно рухаючи лапками (вона не знала, до чого це приведе), перетворила сметану на масло, що дозволило їй вижити.

Головною ж метою пізнання є встановлення істини, розкриття справжньої сутності речей. У пізнанні рішучість є небезпечною. Дійсно, не перевіривши гіпотезу, неможна формулювати висновок. Рішучість в пізнанні – джерело помилок. Що є правилом у пізнанні? На думку Р. Декарта, правилом у пізнанні є сумнів у всьому. Наприклад, у тому, чи існує світ. Життя і пізнання по-різному відповідають на це питання. Сумнів людини в існуванні світу є проявом клінічного симптому. В пізнанні сумнів – закономірне явище. Виникає питання: що ж існує? Р. Декарт стверджує: коли ми маємо сумнів, для нас існує лише те, про що ми маємо сумнів. Безсумнівним є лише факт нашого сумніву. Існує лише те, про що ми маємо сумнів. У зв'язку з цим Р. Декарт формулює базисне *правило наукового пізнання*: «*Cogito, ergo sum*». Зазвичай це перекладається, як «Думаю, отже існую». Більш точним є такий переклад: «Усвідомлюю, отже існую». У даному випадку йдеться не про життя, а про пізнання. Це відповідь на запитання: що можна науково вивчати? що існує для науки? *Cogito* – це можливість щось уявити, зрозуміти, прийняти (усвідомити). Отже, *для науки існує лише те, що можливо свідомо уявити. На сучасній мові: «побудувати модель», «теоретично уявити», «провести*

мисленнєвий експеримент». Таким чином, *свідомість є необхідною умовою наукового пізнання*.

Щодо існування свідомості як предмета наукового пізнання, Р. Декарт розмірковує наступним чином. Свідомість, рівною мірою, як і душа, є цілісною. Ми цю нашу душу, свідомість вложили в існування того, що ми вивчаємо. Ми використали її для вивчення, дослідження чогось. Якщо свідомість є цілісною, то коли її вложили в якусь науку, від неї, як такої, нічого не залишилось. Вона в людини одна! Якщо б в людини було дві свідомості, то після того, як вона вкладе одну для вивчення чогось, інша в неї залишиться. Свідомість неможливо використовувати двічі. Тому свідомості як предмета науки, на думку Р. Декарта, не існує. Неможливо побудувати теорію свідомості, так само, як неможливо побудувати теорію смерті, тому, що для цього потрібно вмерти. А якщо людина вмерла, то хто буде будувати цю теорію?

Отже, свідомість виступає для Р. Декарта умовою наукового пізнання. Умови ж того, за допомогою чого щось пізнається, вивчати неможливо. Це як довічний двигун. Саме так розглядає Р. Декарт свідомість.

Проблема свідомості постала в центрі уваги англійського філософа Дж. Локка (Попович, 2022). Він змінив запитання, на яке прагнув відповісти Р. Декарт, і сформулював два нових: *якими є джерела свідомих ідей? Як розвивається свідомість?* Дж. Локк стверджував, що існують *два джерела свідомих ідей*. Перше – це *зовнішній світ та результати наших сприймань, переживань, зовнішніх вражень, які належать до ідей першого роду*. Друге - *внутрішня діяльність розуму (можливість звітувати про свої стани – рефлексія – здатність відображати себе)*. Для Дж. Локка, таким чином, існує дві свідомості (умовно), два джерела. *За допомогою внутрішньої діяльності, рефлексії можна вивчати ідеї першого роду*. Більш того, рефлексію можна розвинути та зробити предметом науки. Відображати себе, звітувати про свої переживання можна вчити, вважає Дж. Локк. Філософ відповідає Р. Декарту: *якщо є рефлексія, то свідомість можна вивчати, але не всю свідомість, а лише ту її частину, яка відображається шляхом рефлексії*.

Ідеї Дж. Локка доповнив засновник психології, німецький психолог В. Вундт. *Свідомість, як відомо, була першим предметом наукової психології*. В. Вундт стверджував, що за допомогою *рефлексії можна пізнавати не лише об'єктивні (зовнішні) елементи свідомості, але й суб'єктивні (внутрішні)*. Термін «рефлексія» замінено В. Вундтом на термін «інтроспекція» - зазирання до себе, зазирання всередину. На думку сучасних вчених, наукова психологія могла виникнути лише тому, що її перші досліджувані володіли можливістю інтроспекції.

Інтроекція – витончена техніка, яка пов'язана з умінням виокремлювати елементи свідомості, техніка, володіють якою одиниці. В експериментах В. Вундта самі дослідники були одночасно й досліджуваними, що викликало довіру до результатів самозвіту досліджуваних. Саме завдяки цій обставині й виникла класична наука про свідомість.

Загалом, свідомість, на думку В. Вундта – це «*безпосередній досвід*», який можна вивчати *інтроекцією*. Головним завданням психології він вважав розщеплення «*матерії*» свідомості на «*атоми*» у вигляді найпростіших психічних образів, з яких вона побудована. Структура свідомості, за В. Вундтом, складається з чуттєвої тканини, нитки якої має розірвати експеримент.

Розглянемо докладніше модель свідомості, якою її уявляв В. Вундт. Зазначимо, що модель свідомості за Вундтом, швидше метафора, ніж точна модель. Нагадаємо, що головним методом вивчення ним свідомості був метод інтроекції, а приладом, що використовувався в експериментах - метроном. На думку Вундта, свідомість є *ритмічною*, тому її можна розглядати як структуру.

Отже, свідомість у Вундта представлена як структура, яка побудована за аналогією зі структурою поля зору: у ній є центр та периферія (як в сітківці ока). (Рис.1) У цій структурі можна виокремити елементи: *об'єктивні* (відчуття, уявлення) та *суб'єктивні* (почуття). Питання про кількість елементів, з яких складається зазначена структура – питання про *обсяг свідомості*.

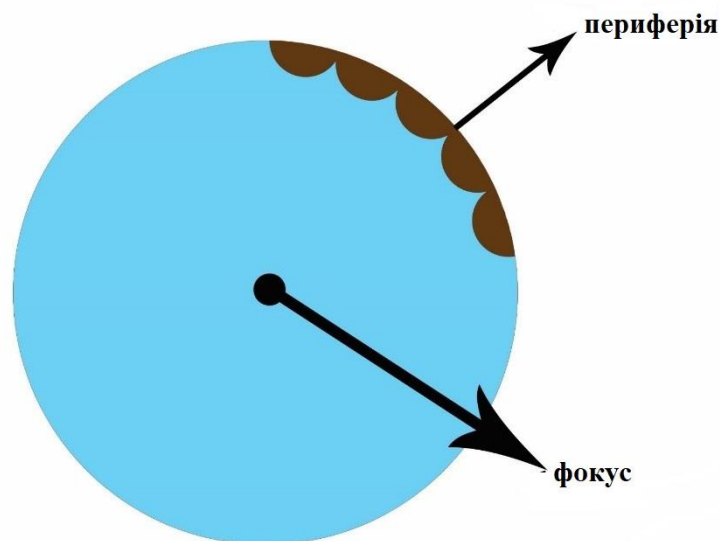


Рис. 1. Модель свідомості за В. Вундтом

Під *обсягом свідомості* Вундт розумів кількість взаємопов'язаних елементів («простих вражень», за Вундтом), яку досліджуваний у даний час сприймає як єдине ціле. Яким чином було визначено обсяг свідомості?

Досліджуваним пред'являли 8 пар ударів метроному (всього 16 ударів). За інструкцією, досліджуваний їх не рахує, а лише прослуховує. Через короткий проміжок часу пред'являють приблизно такий же за кількістю набір ударів. Досліджуваний має відповісти на запитання, чи стало ударів більше, менше або ж однакова кількість їх. Припускалось, що, якщо досліджуваний відповідає правильно, то увесь цей набір стимулів, як ціле, він може утримувати в структурі свідомості. Вундт проводив дослідження за участю різних людей і дійшов висновку, що обсяг свідомості коливається в межах 16 до 40 елементів («простих вражень»). Виникає питання про причину такої великої розкиданості елементів. На це питання вчений відповідає так: *елементи пов'язані між собою (зв'язки – це асоціації) у кожного досліджуваного особливим чином*. В одного елементи зв'язуються парами, в іншого – четвірками, у третього – свої власні групи відчуттів, які виступають цілими одиницями.

З метою уточнення структури свідомості Вундт просив досліджуваних максимально скористатися своїми інтроспективними зусиллями та здійснити спробу виокремити сам елемент. Якщо досліджуваний свої зусилля зосередив у центрі свідомості, то можна припустити, що *навколо центра існує особлива область, в якій елементи набувають інших властивостей, ніж на периферії*. Цю область Вундт назвав «*поле уваги*». Отже, поле уваги – центральна частина цілісної структури, якою виступає свідомість. (Рис.2)



Рис. 2. «Поле уваги» (за В. Вундтом)

Виникає питання: які властивості притаманні елементам, що знаходяться в полі уваги? Йдеться передусім про *ясність свідомості та її виразність*. При цьому ясність - це *чуттєва* (ясність відчуттів), а не *когнітивна* (розуміння, як таке). Звернемося до розгляду іншої моделі свідомості, за допомогою якою спробуємо відповісти на зазначене питання.

Зазвичай модель свідомості В. Вундта схематично уявляють у вигляді капелюха, на який дивляться зверху. Якщо ж подивитись на цей капелюх збоку, можна схематично представити іншу модель свідомості, яку створено учнем В. Вундта - Едвардом Тітченером. На схемі вона виглядає як сходинка з підвалиною («хвиля уваги»). Загалом, обидві моделі можуть бути співвіднесені одна з одною: *зовнішня межа* в схемі Вундта є *підвалиною* в схемі Тітченера; *внутрішня* утворена *вертикальною лінією* (Рис.3).

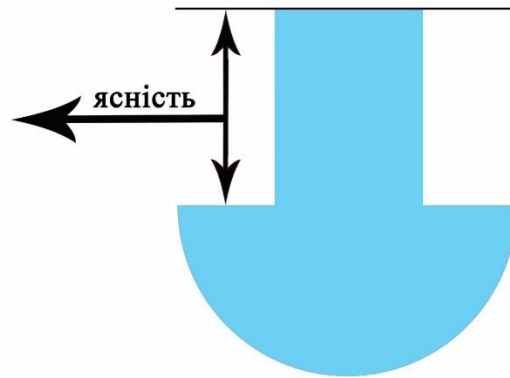


Рис. 3. Модель свідомості (за Е. Тітченером – «Хвиля уваги»)

Головною властивістю свідомості (уваги) за Тітченером, є *сенсорна ясність*. Іншими словами, ясність – це *інтенсивність відчуття, ступінь (міра) уваги*. Використовуючи модель В. Вундта, можна уявити промінь прожектора, який спрямований на неї. Очевидно, що в центральній частині цей промінь буде яскравішим, а тому він буде викликати в нас більш ясні відчуття. *Елементи, які знаходяться в полі уваги, є ясними, на периферії – неясними*.

Виразність – властивість свідомості, яка свідчить про те, що відбувається з елементами в самому *полі уваги*; це *відокремленість* елементів від подібних їм сусідніх (здатність до розрізнення) – *розрізненість* елементів.

Обсяг уваги – кількість елементів, які досліджуваний у дану мить (у даний час) сприймає ясно і виразно.

Отже, властивості свідомості можна поділити на *якісні та кількісні*. До *якісних* належать *організованість (зв'язність елементів), ясність та виразність*. *Обсяг уваги є кількісною характеристикою свідомості*. Він складає від 3-4 до 6 об'єктів. Яким чином можна розширити обсяг уваги? (Нагадаємо, що за Міллером відповідним показником є магічне число 7 плюс-мінус 2).

За Вундтом, кількість місць (максимально їх може бути шість) збільшити неможна. Але на кожному місці можна утворити іншу одиницю шляхом *зв'язування елементів між собою*. Головним поняттям, яке Вундт вважав основним при аналізі *динамічних процесів свідомості*, було *поняття аперцепція*. Він зазначав, що свідомість, звичайно, є структурою. Але вона не є статичною, вона може змінюватись. Існують сили, які тягнуть елементи до центру або на периферію. Такі сили було позначено як *аперцептивні*. Приклад: аудиторія, в якій ми знаходимось – центр; усе те, що знаходиться за її межами(за дверима) – периферія. Гучний звук за дверима перейде межу свідомості, і ми звернемо на нього увагу, не докладаючи спеціального зусилля. На внутрішній межі також діють сили. Отже, нашою увагою керують аперцептивні сили. Саме вони дозволяють розширяти, змінювати обсяг уваги (Рис. 4).

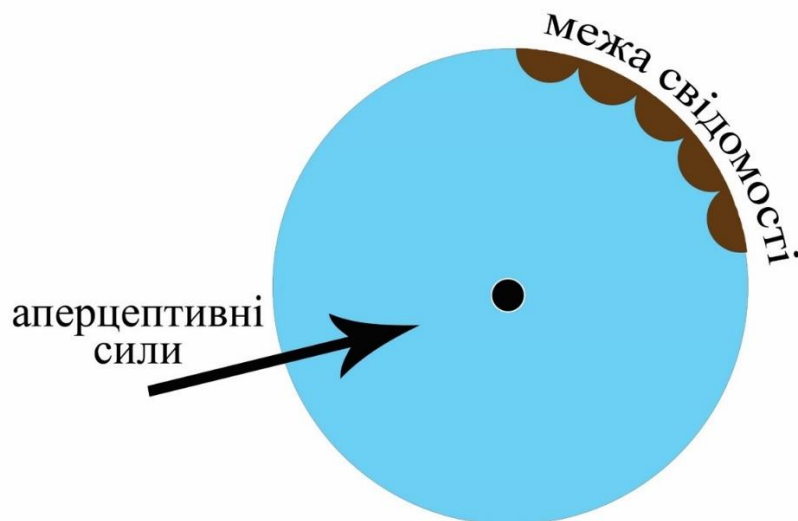


Рис. 4. Аперцептивні сили та їх вплив на свідомість

Таким чином, *аперцепція* – це, по-перше, процес, в результаті якого елементи свідомості стають *ясними та виразними* (тобто це процес уваги або увага як процес), по-друге, процес *перетворення*, наприклад, укрупнення) одиниць свідомості. Приклад: в німецькій мові є слова, що складаються із великої кількості літер. Пропонуємо досліджуваному фіксувати окремі елементи, тобто досягати

ясності та виразності кожної літери. Skorистаємось моделлю Е. Тітченера. Нехай слово складається з 12 літер, максимальна ж кількість елементів дорівнює шість. Йде сьома літера, яка виштовхує першу, восьма – другу, дев'ята – третю тощо. Врешті-решт досліджуваний усвідомлює, що це не простий набір літер, а слово, в якому літери зв'язані між собою за сенсом. Щойно він зрозумів це, всі елементи (і ті, що майже впали, і ті, які ще поки що не помістилися) потрапили наверх! (За Вундтом, до центру свідомості, поля уваги). Отже, одиниця перетворилась, вона стала крупнішою (Рис. 5).

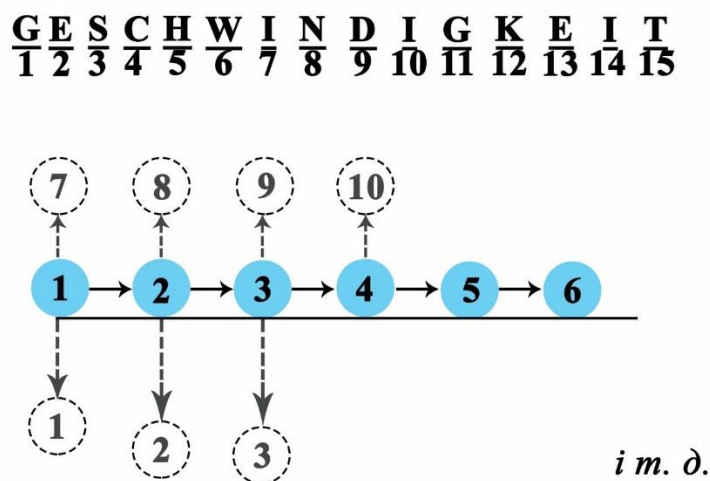


Рис. 5. Процес аперцепції (за моделлю Е. Тітченера)

Ці аперцептивні сили (так звані сили уваги) можуть укрупнювати одиниці свідомості, розділяти та перетворювати їх. Тому можна доповнити поняття аперцепції. Аперцепція, виходячи з результату, який досліджуваний може спостерігати в собі, - це ясність та виразність в центрі (з об'єктивного боку, на рівні відчуттів та уявлень); із суб'єктивного боку, на рівні почуттів та емоцій це виражалось по-різному: спочатку незадоволення, напруження. Якщо ж цей процес уваги тривав, виникало почуття дійовості, власної активності, внутрішньої інтроспективної роботи (за Вундтом).

Наступна модель свідомості була запропонована У. Джеймсом. У свій час він відвідав лабораторію В. Вундта в Лейпцизі, після чого в США відкрив власну лабораторію та сприяв відкриттю лабораторій в інших штатах.

За У. Джеймсом, свідомість – не лише структура (про що говорили В. Вундт та Е. Тітченер), а вона є ще й процес. У. Джеймс ввів поняття «потік свідомості». Згадуючи про модель Е. Тітченера, слід зауважити, що вона не є двовимірною, адже

має третє вимірювання. Це ж «хвиля уваги», тобто *увага триває в часі*. Джеймс змінює модель, маючи на увазі іншу реальність.

Потік свідомості, за Джеймсом, дає можливість побачити відмінності його моделі свідомості від класичних моделей В. Вундта і Тітченера. В класичних моделях свідомість розглядається як така, що вимагає зусиль. Про такі стани ми говоримо: «я усвідомлюю, я відчуваю...». А коли людина не докладає жодних зусиль для того, щоб про щось думати, щось відчувати, все одно вона про щось думає, щось відчуває. Просто йдеш по вулиці або їдеш в маршрутці обов'язково якісь думки в голові є. Щось усвідомлюється, розуміється, відчувається, переживається. Іншими словами, *свідомість ніколи не буває пустою, у ній завжди щось мимовільно відбувається*. Така мимовільна активність є підґрунтям для моделі «*потока свідомості*». Такий стан може спостерігати в себе будь-яка людина, яка знаходиться у зміненому стані свідомості, що є перехідним між станом свідомим та іншим станом. Ми переживаємо такий стан мінімум двічі на день, коли засинаємо та коли просинаємося. Іноді перед сном нас відвідують денні враження, спогади про минуле, зазирання в майбутнє, які надходять в психіку без «запрошення» та не пов'язані зі спеціальними зусиллями згадати, уявити, подумати тощо.

Властивості «потока свідомості»:

- *Індивідуальність*. Кожне враження (а не елемент, як за Вундтом) прагне стати частиною особистої свідомості, пройти скрізь суб'єкта.

- *Безперервність*. Цей процес не можна поділити на частини. Кожне враження невід'ємне від іншого. Тут немає виразності. Попереднє враження нібито накладається на інше. Ці враження завжди існують в контексті, поруч з сусідніми. Такі групи вражень не можна розділити. У той же час Джеймс вважав, що взагалі потік свідомості можна розділити у будь-якому місці. Зручніше розділяти такий асоціативний процес за темами. Можна десь зупинити цей потік (людина може відволіктись), але потім тема буде продовжуватись... У цьому сенсі потік свідомості є безперервним. Безперервність потоку свідомості можна порівняти з текстом, в якому немає розділових знаків...

- *Неповторність вражень*. Ця властивість пов'язана з попередньою та означає, що кожного разу одне і те ж саме враження потрапляє до нового контексту та сприймається у новому контексті. Як говорили стародавні « не можна двічі увійти в одну і ту саму річку». Кожного разу у даному враженні суб'єкт відкриває щось нове.

- *Вибірковість (спрямованість)* потоку свідомості. Враження в потоці свідомості не є рівнозначними, вони є різними за інтенсивністю. Ті, які сильніші, задають напрям потоку в цілому, що зумовлює його вибірковість.

Як і попередні моделі, модель свідомості У. Джеймса є метафоричною. Вона являє собою модель струмка, що тече по рівнині та сам прокладає собі русло.

Як бачимо, вибірковість, за Джеймсом, є тим самим, що в сучасній науці позначається як «відбір» або «селекція» та розглядається як головна властивість уваги. У Вундта увага була «полем», центральною частиною є структури свідомості, у Джеймса увага – це сама спрямованість, вибірковість потоку свідомості, селекція вражень.

Отже, у розглянутих вище класичних моделях свідомості вона постає перед дослідником у вигляді цілісної структури, елементи якої зв'язані між собою. Здійснюється визначений асоціативний процес, який, як що розглядати його як ціле, являє собою суму частин.

Історико-психологічний аналіз класичної парадигми свідомості виявляє її недоліки, які в подальшому намагалися усунути представники некласичного напрямку в психології. До цих недоліків відносяться:

1. «Відмежування психіки від інших явищ дійсності. Свідомість вивчалася у внутрішній ізоляції й абстрагуванні від повсякденної життєвої реальності.
2. Тотожність психіки і свідомості.
3. Зовнішньо прихована (інтровертова) свідомість вимагала методу інтроспекції, яким, своєю чергою, можна було вивчати лише інтроспективну (тобто доступну и зрозумілу лише самому спостерігачу) свідомість (так званий «парадокс В.Вундта»).
4. Елементаризм (розподіл психіки на елементи) і витікаючі з нього механіцизм та атомізм.
5. Сенсуалізм (елементи, що становлять основу психіки, сенсорні за своєю природою).
6. Індивідуалізм. Вивчалися явища свідомості, що дані безпосередньо.
7. Асоціанізм як універсальний пояснювальний принцип роботи психіки» (Гусельцева, 2018).

Завершуючи аналіз класичних теорій свідомості, вважаємо за доцільне звернутись до розгляду тих некласичних теорій, які якнайяскравіше ілюструють

спроби подолати кризу класичної парадигми свідомості. Саме ці теорії виникли як реакція на визначені недоліки, що вказані вище. До них можна віднести передусім гештальт-психологію, яка висунула холічний принцип, та біхевіоризм, який прагнув реалізувати принцип об'єктивності, у вивченні психіки.

Як відомо, в гештальтпсихології свідомість представлена як цілісна форма, структура, організація (Gestalt). Свідомість – це ціле, що не зводиться до суми його частин.

Гештальтпсихологія була заснована як психологічний напрямок на початку 10-х років. В ХХ столітті трьома німецькими психологами - Максом Вертгеймером, Вольфгангом Келером та Куртом Коффкою. Умовною датою народження цього напряму вважається 1912 - рік виходу в світ роботи М. Вертгеймера «Експериментальні дослідження сприйняття руху». У численних експериментах М. Вертгеймера, випробуваними в яких були його друзі В. Келер і К. Коффка.

Вивчаючи сприймання, Макс Вертгаймер досліджував техніку кіно. За допомогою стробоскопу він експонував досліджуваному дві крапки, що світяться, по черзі: спочатку запалювалась одна, потім згасла, далі – друга аналогічним чином, потім знов перша тощо. Інтервал між запалюваннями був таким, що досліджуваний бачив дві крапки, що світяться, як окремі та такі, що появляються на екрані по черзі. Якщо ж інтервал між появою крапок зменшити, досліджуваний перестає бачити елементи, а бачить крапку, яка рухається з одного положення до другого. Вчений доходить висновку: коли щось рухається достатньо швидко, ми не бачимо того, що рухається (у даному випадку самої крапки), а бачимо чистий рух – *фі-феномен* – уявний рух. Цей рух виникає з суми двох крапок за певних умов.

Таким чином, гештальт – це феномен, що набуває особливої якості, порівняно з сумою частин, з яких він складається. Рух не є сумою крапок. Тому бачимо ми лише гештальт, не розрізняючи окремих відчуттів. У людини виникає цілісний образ предмета. Останній факт є загальновизнаним сучасною наукою.

Цілісний образ гештальт-психологи позначають терміном *фігура*, оскільки вона має контур. Все, що знаходиться за межами контуру фігури – *фон*.

До ключових понять гештальтпсихології належить також *інсайт*. Цей термін запропонував Вольфганг Келер, який застосував його до аналізу поведінки тварин – людиноподібних мавп. Щодо значення слова «інсайт». В українській мові слова «бачити» і «розуміти» є різними за сенсом. Дійсно, іноді, коли ми дивимось на якусь кількість різнорідних об'єктів, крапок або інших елементів свідомості (за

В. Вундтом), нам нібито раптом в очі кидається щось нове. И ми розуміємо, що окремі частини (елементи) набувають цілого, нового цілого, деякої цілісної структури.

Загальновідомими є досліди В. Келера з шимпанзе, що знаходиться в вольєрі та за межами якого – банан, в самому ж вольєрі – палка, скориставшись якою тварина може дістати банан. У даній ситуації три її елементи – лапа мавпи, банан та довга палка – виокремлені один від іншого, вони не утворюють цілого. Поведінка тварини складається з трьох стадій:

- 1) неузгоджена рухова активність;
- 2) відсутність дій (мавпа втомилася, сіла в куті вольєра, розглядає ситуацію);
- 3) інсайт (мавпа стрімко підводиться, хапає палку та дістає нею приманку).

На думку В. Келлера, розв'язання завдання мавпою стало можливим лише тоді, коли всі елементи ситуації (лапа, палка та банан) потрапили в одне зорове поле тварини та об'єдналися в єдине ціле. Виходячи з цього, можна стверджувати, що головним сенсом терміну «інсайт» є розуміння ситуації. Таким чином, інсайт (розуміння) – це така цілісна організація всіх елементів проблемної ситуації, яка дозволяє знайти та усунути головний конфлікт.

Найвідомішим критиком психології свідомості був американський психолог Джон Уотсон. Саме він першим відмовив у об'єктивності методу інтроспекції. Дж. Уотсон сформулював у зв'язку з цим головні вимоги до явища, що вивчається:

- А) явище має бути таким, що можна спостерігати зовні;
- Б) воно має бути повторюваним (таким, яке можна відтворити) в одних і тих самих умовах;
- В) бажано фіксувати його за допомогою приладу.

На переконання Дж. Уотсона, свідомість не відповідає цим вимогам (особливо це стосується потоку свідомості), тому вона не може існувати як предмет науки. Вслід за Р. Декартом, вчений стверджує, що свідомість існує в житті, вона потрібна досліднику, але її, як таку, вивчати неможливо. Вперше, за всю коротеньку історію наукової психології, свідомість перестала бути її предметом. Новим предметом психології стала поведінка, а напрям психології, що займався її вивченням отримав назву біхевіоризм.

1.4. Можливості та обмеження методу інтроспекції

Оскільки у психології свідомості метод інтроспекції було визнано не лише головним, але й єдиним методом психології розглянемо докладніше його переваги та недоліки.

Метод самоспостереження, або інтроспекція (від лат. Introspectio - дивлюся всередину) - це стратегія отримання емпіричних даних, яка полягає в спостереженні власних психічних процесів без використання будь-яких інструментів або еталонів. Це найстаріший і найдоступніший інструмент пізнання психіки. Поштовхом до його винаходу послужили геніальні прозріння французького філософа Р. Декарта, який виділяв особливу, нематеріальну і непротяжну субстанцію - свідомість: пряме і безпосереднє знання суб'єкта про те, що відбувається в ньому самому, коли він про щось думає. Ідейним батьком методу інтроспекції вважається англійський філософ Дж. Локк, хоча його підстави містилися також у декартівській тезі про безпосереднє розуміння думок. Згадаймо ідею Дж. Локка про те, що є два джерела всіх наших знань: перше джерело це об'єкти зовнішнього світу, друге - результат діяльності власного розуму. Діяльність нашого розуму, до якої Локк зараховував мислення, сумнів, віру, міркування, пізнання, бажання, пізнається з допомогою особливого, внутрішнього, почуття - рефлексії.

В основі переконання щодо пріоритету методу інтроспекції лежали такі дві безперечні обставини.

По-перше, фундаментальна властивість процесів свідомості безпосередньо відкриватись (репрезентуватись) суб'єкту. По-друге, «закритість» тих самих процесів для зовнішнього спостерігача. Свідомості різних людей розглядалися у той час як замкнені сфери, які розділені прірвою. Ніхто не може подолати цю прірву, ніхто не може безпосередньо пережити стан свідомості іншої людини так само, як вона його переживає. Отже, не можна зазирнути в образи та переживання інших людей.

Ясність і строгість висновків психології того часу щодо її методу не викликала сумнівів. Всі міркування полягали в небагатьох коротких реченнях: предмет психології - факти свідомості; останні безпосередньо відкриті мені – і нікому більше; отже, вивчати їх можна шляхом інтроспекції – тобто методом самоспостереження.

За минулі три століття метод інтроспекції надзвичайно розширив горизонти наших знань про внутрішній світ людини, її психіку та структуру свідомості. Самоспостереженню відкриваються інтимні переживання, таємні помисли, забуті образи, бажання, що схвалює суспільство, і вольові процеси. При цьому самоспостереженням може займатися як сам вчений – психолог, так і його пацієнт – випробуваний.

Ми вже говорили про те, що на початку ХХ століття, у зв'язку зі зміною та розширенням об'єкта та предмета психології, появою нових напрямків у психології інтроспекцію оголосили методом ідеалістичним, суб'єктивним та ненауковим.

Проте, інтроспекція завжди була присутня у дослідженнях психологів у формі самоспостереження, рефлексивного аналізу та інших прийомів вивчення внутрішнього духовного життя людини.

Можна виокремити кілька варіантів методу інтроспекції: аналітична інтроспекція, систематична інтроспекція та інтроспекція в формі феноменологічних спостережень Розглянемо їх послідовно.

Як відомо, метод інтроспекції мав на меті визначення властивостей свідомості, її елементів, закономірностей асоціацій. Що забезпечує такі можливості методу вивчення свідомості, який являє собою класичний варіант методу інтроспекції - аналітичну інтроспекцію, яка передбачає роз'єднання цілого на часті. Метод аналітичної інтроспекції як суворіший метод інтроспективного аналізу запропонував Едвард Бредфорд Тітченер.

Е. Тітченер вважав що елементами свідомості є не лише відчуття та почуття, але ще й уявлення («сліди колишніх відчуттів»). Застосовуючи аналітичну інтроспекцію, випробуваний повинен був навчитися виділяти сенсорну мозаїку свідомості, не роблячи «помилки стимулу», яка дуже характерна для «наївних випробуваних» і не повинна з'являтися у справжніх професійних психологів, які досліджують свідомість як суму станів, що усвідомлюються.

Згідно з Е. Тітченером, помилка стимулу означає, що спостерігач замість опису станів власної свідомості починає, як правило, описувати зовнішній об'єкт (стимул) як такий: «Ми так звикли жити у світі об'єктів, ми так звикли позначати думку популярними висловлюваннями, що нам важко засвоїти суто психологічну точку зору на інтенсивність відчуття і розглядати свідомість такою, якою вона є, незалежно від нашого ставлення до об'єктивного світу. Спостерігач повинен описувати лише відчуття, що виникають у свідомості при сприйнятті зовнішнього

об'єкта — книги чи лампи (світле, темне тощо). Тому випробуваний — якщо він хоче займатися науковими дослідженнями свідомості — має бути натренований на виділення сенсорної мозаїки образу (Е. Тітченер припускав, що таким чином можна досягти більшої об'єктивності у наукових дослідженнях суб'єктивного світу). З відчуттів, як із цеглинок, складається весь зміст нашого душевного життя, у тому числі складніші мисленнєві утворення. Він називав свій варіант інтроспективної психології структуралізмом (розуміючи під структурою фактично суму суб'єктивних елементів у свідомості). Отже, головне правило такої інтроспекції — не варто, неможна позначати предмет, який викликає у нас відчуття («помилка стимулу»). Позначення предметів — це значення. Описувати можна те, що відчуваєш безпосередньо, не користуючись ніякими чужими засобами. Позначення предмету — це засоби, поняття, які вивчаються іншими науками. Психологія ж вивчає не предмети, як такі, а лише ті враження та переживання, що викликаються даними предметами. Яблуко потрібно описувати не як яблуко, а як відчуття, які воно викликає.

Один з експериментів вундтівської лабораторії був присвячений аналізу «липучості». Сутність експерименту: до тильної сторони долоні випробуваного торкаються заточеним олівцем (30 - 40 дотиків), який перед тим був опущеним в липкий розчин. Потрібно описати свій досвід, не користуючись позначеннями предметів, які можуть викликати відчуття, що виникають. Наприклад, «ривок», «тяга», «волочіння» тощо. Немає сумніву, що сучасній людині важко уявити собі те, що відображено в інтроспективному звітові. Так диференційовано свої відчуття людина не відображає.

Те, що отримало назву систематичної інтроспекції, розвивалося у Вюрцбурзі в 1901 - 1905 роках під керівництвом О. Кюльпе. О.Кюльпе зазнав, подібно до Тітченера, впливу позитивізму Е.Маха, переїхав з Лейпцига до Вюрцбурга з переконанням, що експериментальна психологія повинна вивчати також і мислення. Нова експериментальна психологія вмiла поводитися з відчуттям, сприйняттям та реакцією, а Г. Еббінгауз у 1885 р. додав до цього списку пам'ять. В. Вундт зазначав, що думка не може бути вивчена експериментально. Однак позитивіст Кюльпе був упевнений, що йому треба лише знайти досліджуваних, готових мислити в контрольованих умовах, а потім отримати інтроспективний звіт про розумові процеси.

Представники вюрцбурзької школи стверджували, що за допомогою методу інтроспекції вони відкрили новий вид психічних елементів, але поняття свідомості не набуло статусу визнаного щодо відчуття та образу. Натомість говорили про

відкриття вюрцбурзькою школою потворного мислення, і багато хто саме це дорікав: відкриття носить суто негативний характер, нехай думки — це не образи, але що ж вони собою являють? Е. Тітченер, щоправда, вважав, що знає відповідь це питання. За Тітченером, думки, про які говорять вюрцбуржці, є частково свідомими відносинами, які є невиразними, скороминущими патернами відчуттів і образів, частково — значеннями і судженнями, які мають бути виключені з психології, бо завдання їх вивчення не є адекватним опису.

Головний внесок цієї школи — це розуміння важливості неусвідомленого завдання та тенденції, що детермінує. Течія думки детермінується неусвідомлено — ось висновок, підготовлений духом часу під час його відкриття: тоді ж З. Фрейд виявив, що область мотивації зазвичай недоступна інтроспекції. Однак висновок Кюльпе дещо відрізнявся від такого розуміння.

Він вважав, що наявність ледь уловимих свідомостей у свідомості встановлено достовірно, але при цьому називав їх функціями, щоб відрізнити від відчуттів та образів класичної інтроспекції, які називав змістом. Функція і зміст - ось два види даних про свідомість, що становлять разом те, що позначається як двочастинна психологія пізнього Кюльпе. Так, своїм вибором Кюльпе поєднував інтроспекцію Вундта з інтроспекцією Brentano. Він також сприяв прийдешньому протесту проти Вундтової інтроспекції з боку гештальтпсихології.

Феноменологічні самоспостереження здійснювались у гештальтпсихології В. Келером і К. Коффкою під час вивчення вже згаданого нами раніше фі-феномену, який полягав у сприйнятті руху за відсутності такого об'єктивно.

Вчені стверджували, що ціле дано у сприйнятті випробуваного раніше, ніж будь-яка його частина. Тому випробуваними в експериментах гештальтпсихологів повинні були бути «наївні» випробувані, які не будуть «зіпсовані» тітченерівською вимогою «розчленування цілого на елементи», і метод, що використовується в гештальтпсихології, отримав назву «методу феноменологічного самоспостереження». Цей останній дуже схожий на метод «внутрішнього сприйняття» Ф. Brentano, у якому пропонувалося сприймати явища внутрішнього світу неупереджено і цілісно.

Свою конкретну експериментальну розробку ідеї гештальтпсихологів отримують в основному в дослідженнях 20-х років. ХХ ст. у Берлінському університеті. На прикладі сприйняття плоских зображень прямих та кривих ліній, геометричних фігур тощо.

Внесок гештальтпсихологів у розробку цілісного підходу до психічних явищ є безцінним. Критика гештальтпсихологами принципу елементаризму класичної інтроспективної психології спонукає кожного дослідника, у якій би області він не працював, передусім вирішувати проблему одиниці аналізу досліджуваної реальності і думати над тим, як би не втратити властивостей цілого в процесі його аналізу.

Говорячи про можливість інтроспекції, слід зазначити, що в наш час значно зріс інтерес до східних психотехнік, зокрема, медитації: деякий об'єкт зовнішньо розглядається довго задля того, щоб, коли на ньому зосередити увагу, він починає сприйматись по-новому, розділюється на частини, і кожен з них можна спостерігати окремо від інших. Експериментальний метод Е. Тітченера можна вважати ідеальною технікою медитації. Деякі сучасні науковці передбачають, що в інтроспективних технік велике майбутнє.

Звернемося до обмежень інтроспекції (від очевидних до дискусійних). Можна виділити три головних обмеження методу інтроспекції, передусім його класичного варіанту:

1. Спостерігати, вивчати можна лише себе, лише власний досвід. Неможливо спостерігати іншу людину, вивчати психіку дітей, тим більше, тварин. Е. Тітченер зазначав, що метод інтроспекції може бути застосований до вивчення дітей та тварин, але для цього потрібно мати витончені здібності. Якщо людина вивчила себе, вона може «підставити» себе на місце іншого. Вона може уявити, що вона відчула б, будучи на місці дитини? яким може бути внутрішній світ тварини. Е. Тітченер припускав наявність таких можливостей.

2. Інтроспекція може викривляти вихідні психічні враження. Зовнішньо це серйозне зауваження обумовлене наступними обставинами. Відомо, що інтроспекції потрібно навчати. Коли ж людина чомусь навчається, в неї виробляються відповідні навички. Ці навички залежать від тієї школи, в якій людина навчається. Існували різні школи інтроспекції (за Вундтом, Тітченером, Джеймсом). По-перше, навчання викривлює безпосередній досвід. По-друге, досліджуваний, якого навчили інтроспекції у певній школі, повідомляє про те, що відповідає теорії цієї школи. А якщо ця теорія є заздалегідь хибною, то дані самоспостереження ненадійні. Вищезазначене зауваження представники інтроспективної психології не сприймають як серйозне, рівною мірою як і те, що вони вимагають від випробуваного одночасно і щось пережити, і звітувати про щось. Насправді це виглядає не так! Завдання, які пропонуються випробуваному, мають бути не важкими, щоб була можливість спочатку фіксувати досвід, потім –

звітувати. Як правило, ні про що думати не потрібно. Потрібно сказати лише про те, що було в свідомості до того, коли вже точно знаєш, як розв'язати завдання. Інтроекспекціоністи зауважують, що вони саме і навчають не інтерпретувати дані. Говорячи на сучасній мові, вони навчають розпредметнюванню, зняттю предметних значень. Вони навчають, як зробити людину та її досвід безпосереднім. Інтроекспекція – метод лише збору даних. Викривлення даних – наслідок поганого навчання.

3. Методу інтроекспекції відмовлено в об'єктивності. Критиці підлягає надійність даних, отриманих за допомогою інтроекспекції, їх суб'єктивний характер. Наголошується на неможливості використовувати ці дані в практиці. Не спростовуючи суб'єктивного характеру даних (психологія – наука передусім про людину, суб'єкта, тому і досвід суб'єктивний), представники інтроекспективної психології наголошують, що метод інтроекспекції є об'єктивним в тому сенсі, що він повністю відповідає науковим вимогам свого часу та подібним методам в природничих науках. Він дозволяє отримувати вихідні дані та обробляти їх кількісно, виокремлювати закони і т. ін. Але це питання досі є дискусійним.

Проблема об'єктивності в психології - проблема надійності наукових даних - є сьогодні актуальною. Особливо це стосується широкого кола питань, пов'язаних зі свідомістю. Загалом, можна сформулювати два головних питання, важливих в контексті проблеми, що аналізується. Перше - що можна вважати об'єктивним? Друге - що можна прийняти в якості факту?

Існує три відповіді на ці запитання:

1. Об'єктивним є те, що можна спостерігати зовні (суб'єктивне – це внутрішнє, об'єктивне – зовнішнє).
2. Об'єктивним є зміст таких понять, які необхідні для опису поведінки, що спостерігається зовні.
3. В психології об'єктивними слід вважати такі свідомі (психічні) уявлення, які включені до практики, реального життя та необхідні для його реалізації.

Отже, короткий екскурс в проблематику свідомості ілюструє неоднозначне відношення до проблеми свідомості в історії психології – від визнання її в якості одної-єдиної (інтроекспективна психологія) до оголошення свідомості фікцією (біхевіоризм).

Але й сьогодні проблема свідомості – найважливіша проблема психології. Перед сучасною психологією постає складне завдання – зрозуміти, як, за якими законами безпомічна людська істота (немовля), «шматочок живої матерії» перетворюється на свідомо діючого суб'єкта суспільного життя.

1.5. Свідомість як об'єкт міждисциплінарних досліджень

Висвітлюючи актуальні питання психології свідомості, ми прагнули показати, що свідомість людини – одне з найзагадковіших явищ у відомій нам частині Всесвіту. Над вирішенням питання про природу свідомості працювала і продовжує працювати численна кількість науковців. Але виявляється, що це дуже важка проблема. Вже була нагода сказати, що вона так і позначена австралійським філософом Девідом Чалмерсом в сучасній філософії свідомості як «важка проблема свідомості» (Chalmers, 1996). Вчений проголосив про це у своїй статті «Назустріч проблемі свідомості».

Як вже було зазначено, головна проблема полягає в тому, що свідомість є вкрай суб'єктивною річчю. Її зміст, яким би він не був, доступний тільки самій людині. А передати свої внутрішні відчуття будь-кому вона може тільки побічно, через систему умовних позначень, званих «мовою». Тобто все те, що людина сприймає як таке, що належить їй, як самій собі, є лише її суб'єктивною реальністю.

Іншими словами, сутність свідомості та всіх інших пов'язаних з нею понять поки ще вислизає від сучасної науки. Людина не може пояснити, чому у її голові відбуваються найвищі психічні процеси, які, загалом, інтуїтивно зрозумілі всім та кожному. Але це не означає, що треба оголошувати свідомість та пов'язані з нею феномени містичними. Тому сучасна наука продовжує шукати, знаходити закономірності, будувати на їх основі гіпотези, перевіряти та спростовувати їх, виводити суворі теорії. Наука, хоча й повільно, а рухається у напрямі розкриття природи свідомості, механізмів усвідомлення, визначення меж свідомості та пояснення тих складних, але цікавих феноменів, що з нею пов'язані.

Слід відзначити, що існує велика кількість гіпотез про природу свідомості, але всі вони мають істотним недоліком те, що їх складно перевірити. Вся справа в тому розриві, який сьогодні існує між досягненнями таких наук, як біологія, фізика, медицина, зокрема, психоневрологія та ін.

Наприклад, достатньою мірою розкрито біомолекулярні механізми функціонування окремих нейронів та їх мереж. Нові здобутки у цьому напрямі з'являються постійно. Водночас досягнення сучасної психоневрології уможливають пояснення багатьох, раніше не зрозумілих, явищ у поведінці людей на рівні психічної діяльності. Нажаль, пов'язати ці пояснення один з одним практично неможливо. Причиною тому, на думку більшості дослідників свідомості, може бути методологічна складність, яку можна буде подолати лише за допомогою міждисциплінарного підходу, який передбачає об'єднання багатьох вчених з різних наукових областей, які працюватимуть над вирішенням важкої проблеми свідомості.

Звернемося до розгляду існуючих в сучасній науці про свідомість доробок філософії, нейронаук та фізики. Почнемо цей розгляд з найбільш переконливих відомостей, отриманих, передусім, в нейронауках. Незважаючи на те, що ці науки постійно звинувачують у редукаціонізмі, а багато положень, сформульованих в нейронауках, мають дискусійний характер, саме ці науки якнайповніше висвітлюють онтологічний аспект свідомості, який дозволяє розкрити її природу (хоча і деякою мірою).

Розвиток нейрофізіології сприяв виявленню зв'язку між мозком і свідомим досвідом, який сьогодні став очевидним. Повідомлення про особистий досвід корелюють з даними про нейронну активність, і навпаки, активність, зафіксована методами фМРТ і ЕЕГ, може в якійсь мірі свідчити про характер переживання. Це привело до поширеної думки, що мозок не просто пов'язаний зі змістом свідомого досвіду, а є його причиною і сутністю. Обговорення нейронних корелятивів свідомості перетворилося на дискусію про нейронну основу свідомості.

Нейробіологи стверджують, що для кожного стану свідомості існує якийсь мінімальний нейронний субстрат, достатній для його виникнення. Передбачається, що ця відповідність виконується як природний закон. Це називається «тезою мінімально достатнього нейронального субстрату» або «тезою мінімального субстрату». Ідея нейронного субстрату свідомості була сформульована в працях Френсіса Крика та Крістофа Коха (Crick, Koch, 1992; 1998).

Френсіс Крик був одним з перших, хто звернув увагу на зв'язок між нейронами і свідомістю. Він стверджував, що свідомість є результатом діяльності нейронів у мозку. Ф. Крик вважав, що нейрони, які активуються в певний момент, створюють свідомий досвід, а це, в свою чергу, може бути досліджено науковими методами. Ідеї Ф. Крика заклали основи для подальших досліджень у цій сфері,

метою яких є спроба зрозуміти, як біологічні процеси формують суб'єктивний досвід.

Ф. Крік намагався визначити, які саме нейронні структури відповідають за різні свідомі переживання. Іншими словами, як активність певних груп нейронів може приводити до виникнення конкретних відчуттів або думок. Наприклад, вчений вивчає, які ділянки мозку активуються під час сприйняття кольору або відчуття болю, і як ці нейронні патерни пов'язані з суб'єктивними переживаннями. Ф. Крік також підкреслює, що свідомість не є чимось відокремленим від мозку, а є невід'ємною частиною його діяльності. Він заперечує дуалістичні погляди, які вважають, що розум і тіло існують окремо. Замість цього, Ф. Крік стверджує, що всі психічні процеси можна пояснити через біологічні механізми, які відбуваються в нейронній мережі. Це означає, що свідомість, думки та відчуття мають фізичну основу і можуть бути досліджені так само, як і будь-який інший біологічний феномен. Крім того, Ф. Крік зауважує, що свідомість формується завдяки когерентності нейронних патернів. Це означає, що для виникнення цілісного свідомого досвіду активність різних нейронних груп має бути узгодженою. Він вважає, що такі патерни взаємодії між нейронами можуть пояснити, чому ми усвідомлюємо певні події або відчуття, створюючи цілісну картину світу.

Крістоф Кох, відомий дослідник свідомості, створив концепцію “нейронних корелятів свідомості” (NCC) – конкретних нейронних структур і механізмів, які відповідають за свідомі переживання. К. Кох зазначає, що для того, щоб зрозуміти свідомість, потрібно дослідити, які саме нейронні мережі активуються під час свідомого досвіду. За участю та під керівництвом К. Коха проведено експерименти, які досліджують, як зміна активності окремих нейронів впливає на сприйняття та усвідомлення.

У 2005 році була опублікована спільна стаття Ф. Кріка та К. Коха, в якій було висунуто припущення, що певну роль у роботі свідомості може відігравати *Claustrum*. Незадовго до своєї смерті Ф. Крік також дав інтерв'ю директору Дослідницького центру вищої нервової діяльності Рамачандрану Вілейануру: «Рамо, я думаю, що секрет свідомості полягає в *Claustrum*, чи не так? Інакше навіщо ця крихітна структура підключена до багатьох структур мозку».

Окрім того, Крік і Кох розглянули роль «байдужих» нейронів, що не беруть участь у свідомому сприйнятті, але допомагають мозку зосередитись на важливих сигналах. Вони вважали, що ці нейрони можуть відсіяти незначну інформацію, щоб полегшити усвідомлене сприйняття важливих деталей. Їхні дослідження заклали підґрунтя для подальших робіт, що намагаються визначити конкретні мозкові

області, відповідальні за свідомість, зокрема в зоровій корі. Саме на нейронних механізмах, що працюють під час зорового сприйняття, зосередили увагу Крік і Кох. Вони вважали, що вивчення зору може пролити світло на підгрунття свідомого досвіду.

Сучасні нейронауки об'єднують різні методи, включаючи функціональну магнітно-резонансну томографію (фМРТ), електроенцефалографію (ЕЕГ) та нейропсихологічні дослідження. Ці технології дозволяють досліджувати, які ділянки мозку активуються під час різних свідомих станів, а також вивчати вплив травм або захворювань на свідомість. Наприклад, дослідження хворих на епілепсію або людей у коматозному стані можуть дати уявлення про те, як зміни в мозковій активності впливають на свідомість. Саме нейронаука активно досліджує проблему свідомості, об'єднуючи експериментальні дані, теоретичні моделі та філософські дискусії. Це міждисциплінарне дослідження допомагає наблизитися до розуміння свідомості, її механізмів та значення, що є одним із найбільших інтелектуальних викликів сучасності.

Загалом, зміни методики дослідження мозку, що відбулися на початку ХХІ сторіччя, можна назвати революційними. У наш час завдяки досягненням в області фізики, хімії, біології з'являються інструменти, які за активністю мозку дають змогу судити про існування в людини свідомого сприйняття більш ефективно, ніж словесний звіт. Вдосконалюється методика традиційних нейрофізіологічних досліджень – електроенцефалографія, реоенцефалографія, ехоенцефалографія.

Нові методи магнітно-резонансної візуалізації дають змогу спостерігати, як у мозку представлені різні концепції – ідеї, уявлення, образи сприймання. Методи магнітного навчання дають змогу компенсувати, створити те, що машина, яка реєструє діяльність мозку, «не бачила».

Розроблено методи, які дають змогу спостерігати роботу цілого мозку на клітинному рівні: *in-vivo* (при житті) двофотонна мікроскопія, плоскопроменева мікроскопія цілого мозку, методи оптогенетики. Використання двофотонної мікроскопії завдяки використанню генетичних міток, нейронів, що навчаються, дає змогу візуалізувати, яким чином поведуться окремі клітини кори головного мозку тварин під час різних поведінкових актів (Ткаченко, 2021).

Метод мінімікроскопії (клітинний іміджинг активності мозку в поведінці) передбачає монтаж мінімікроскопу на голові тварини і таким чином дає змогу здійснювати реєстрацію за допомогою спеціальних оптичних лінз роботи сотень нейронів у вільній поведінці тварини.

Методи оптогенетики здійснюються шляхом вживляння оптичних волокон у мозок спеціально підготовленої трансгенної тварини, нейрони якої мають спеціально генетично закодовані іонні канали. Ці канали запускають роботу клітин за рахунок входу іонів натрію і дають змогу локально стимулювати ті або інші клітини під час поведінки, таким чином здійснювати її програмовані зміни. Оптогенетика – спрямована і селективна регуляція активності нейронів та нейронних систем мозку.

Стрімкий прогрес переживає нейроінформатика, в рамках якої поширюється впровадження математично моделюючого підходу, що передбачає моделювання властивостей нейронних мереж мозку живих істот.

Велика кількість розрізнених досліджень виводить на перший план проблему відсутності не тільки оптимальної стратегії дослідження мозку, але й будь-якої потужної фундаментальної теорії свідомості та мозкової активності. На одну з таких теорій сьогодні претендує гіпермережева теорія роботи головного мозку.

Це одна із найбільш поширених теорій будови свідомості з позиції теоретичної нейробіології. Головним поняттям в межах цієї теорії є *функціональна система*.

Функціональна система – це така організація активності елементів нервової системи і органів тіла людини, дія якої спрямована на досягнення корисного пристосувального результату і дає змогу продуктивно виконувати задумане. Теорія функціональних систем вводить у вивчення мозку і розуму якийсь проміжний рівень, що володіє, з одного боку, когнітивними операціями, з іншого – досліджує когнітивні явища в термінах фізіологічних процесів, які об'єднують собою мільйони клітин, що працюють на вирішення тієї чи іншої задачі організму.

Одні функціональні системи стимулюють породження нових функціональних систем.

Протягом останніх років в області вивчення нервових мереж самих різних будов мозку спостерігається уніфікація. У помітному вигляді вона почалася, коли для позначення карти синаптичних зв'язків між нейронами в мозку було запропоновано поняття «конектом», причому одночасно та незалежно запропоновано двома американськими неврологами О. Спорнсом і П. Хагманном. У 2005 р. Спорнс із колегами опублікував статтю «Людський конектом, структурний опис людського мозку», в якій наголошував, що для розуміння функціонування мережі необхідно знати її елементи та їх взаємозв'язки. Конектом

дає змогу описувати наявні дані про будову мозку в поняттях теорії мереж (Sporns, 2005).

Отже, мозок проголошується причиною і сутністю свідомості. Тому, щоб пояснити свідомість, необхідно знайти його кореляти в мозку, будь то «нейрони свідомості» або патерни взаємодії між мозковими структурами.

Незважаючи на застосування найвитонченіших технологій, вчені поки що не можуть сказати, як «сірі клітини» перетворюють потоки розрізненої інформації від органів сприйняття на яскравий внутрішній світ. До того ж свідомість і мозок не можуть бути тотожними, тому що властивості цих об'єктів не тотожні. Зміст будь-якого досвіду завжди є суб'єктивним: він опосередкований певною точкою зору, він активний, спрямований увагою. Жодна з цих властивостей не може бути віднесена до нервової системи. Живі суб'єкти відчувають світ, співвідносячі його з собою, і пізнають його за допомогою відповідних рухів тіла, але нейрони таких дій не здійснюють.

Відомий чилійський нейробіолог У. Матурана в 1970 р. зазначав, що *когнітивна система* – це система, організація якої визначає область взаємодій, де вона може діяти значущо для підтримки самої себе, а процес пізнання – це актуальна (індуктивна) поведінка в тій області (Ткаченко, 2021).

Живі системи – це когнітивні системи, а життя як процес являє собою процес пізнання. Це твердження дійсне для всіх організмів, і таких, що мають нервову систему, і таких, які її не мають.

Згідно з позицією енактивізму - концепції, яка розглядає пізнання як активну дію, досвід від першої особи слід розглядати як спосіб функціонування живої системи, а не як стан. До того ж якісні характеристики досвіду, що сприймаються як дискретні психічні стани, не можуть бути описані в фізикалістських термінах. Динамічний досвід, що виникає внаслідок оволодіння закономірностями щодо відповідності між діями і сенсомоторними реакціями, не є дискретною подією або властивістю, як, наприклад, кваліа або уявлення.

Для обґрунтування своєї позиції енактивізм спирається на емпіричні дані. Емпірично встановлені факти, зокрема, ті, що ілюструє класичний експеримент «Невидима горила», феномен перцептивної сліпоти, ефекти контекстуально залежного спотворення зображення і кольору і багато інших подібних даних показують, що сприйняття не є послідовністю детальних знімків реальності. Сприйняття зумовлене «увагою запиту», це діяльність, а не механічне копіювання

дійсності за допомогою органів почуттів. Наприклад, процес зору включає в себе не тільки роботу мозку, але і рух очей, голови, всього тіла. Зір не є чимось, що відбувається всередині мозку. Зір - це те, що робить суб'єкт. Це свого роду майстерна діяльність, спрямована на пізнання світу. За цією діяльністю не потрібно шукати якусь статичну сутність. Оскільки зір - це активне дослідження світу через все тіло, воно не може відбуватися тільки в головному мозку, воно не може бути зведено до подій в мозку. Мозок критичний, але згідно з цією моделлю, він не ідентичний активній людині так само, як двигун не ідентичний цілому автомобілю. Пам'ять можна розглядати як відтворення, повторювану дію, яка може перерости в навичку. У цьому сенсі немає необхідності шукати закодовані спогади на нейронному рівні, оскільки вони активно відтворюються відповідно до поточної задачі. Крім того, спогади не є моментальними знімками минулого, а відтворюються залежно від контексту та включають новий досвід. Навички та звички розглядаються як основа розвитку складної пізнавальної діяльності. Жодна складна дія була б неможлива без уміння набувати звички.

Натуралізоване трактування свідомості, яке пропонують представники нейронаук, вимагає відповідної концепції психічного змісту. Якщо мозок розглядати як систему, що володіє семантичними і репрезентативними властивостями, то повинна існувати фізично зареєстрована одиниця пізнання. У цій якості розглядається поняття інформації. Нейрони «отримують інформацію», «передають інформацію», «обробляють інформацію» – випадки таких виразів дуже часто зустрічаються в нейрофізіологічних публікаціях. Однак при найближчому розгляді застосування поняття «інформація» до нейронних процесів виявляється проблематичним.

Існує дві основні вимоги до сигналів, що передаються всередині цієї системи, які повинні бути дотримані для того, щоб ці сигнали вважалися інформацією. По-перше, одержувач інформації повинен бути компетентним. Здатність сигналу бути інформацією залежить від існування потенційного приймача цієї інформації. Це означає, що на основі отриманої інформації приймач повинен мати можливість взаємодіяти з навколишнім середовищем. За визначенням, сигнал за відсутності сприймача не можна вважати інформаційним. По-друге, приймач повинен володіти деякою гнучкістю в реагуванні на отриманий сигнал. Ця вимога необхідна, щоб розрізнити просту взаємодію і таку, що має смислову складову. Наприклад, в рамках хімічної взаємодії крапля кислотного дощу (сигналу), що падає на крейдянну породу (приймач сигналу), викличе певну реакцію - шипіння. Однак приймач в даному прикладі не має ніякої варіативності у відповіді, тому подія є механічною, а не інформаційною. Навіть досить прості

ссадці в результаті навчання можуть змінювати свою реакцію на вхідний інформаційний сигнал.

Отже, тільки на рівні організму в цілому можна помітити дві відмінні риси: гнучкість і компетентність одержувача інформації. Тобто семантична інформація може бути використана не мозком або його частиною, а організмом в цілому. Якщо розглядати окремі клітини, нейрони або популяції нейронів як можливих споживачів інформації, то можна побачити, що всі такі структури здатні сприймати мізерно малу інформацію. В силу особливостей постсинаптичного ущільнення нейрон в якійсь мірі можна розглядати як реципієнта смислової інформації, але ж ця інформація також виявляється мізерно малою. Загалом, можна зробити висновок, що слід відмовитися від загальноприйнятого уявлення про те, що один нейрон являє собою фрагмент реальності поза організмом, хоча його активність дійсно може бути співвіднесена зі структурою світу, в якому діє суб'єкт.

Розгляд питання про зв'язок свідомості з мозком не буде, на нашу думку, повним, якщо ми не звернемося до аналізу результатів нейропсихологічних досліджень, які висвітлюють важливі аспекти цього зв'язку. Серед вказаних досліджень заслуговують на увагу передусім ті, що дозволяють зрозуміти мозкові механізми усвідомлення.

Значний внесок у вивчення співвідношення свідомості та її нейропсихологічних основ зробила відома когнітивна психологиня Енн Трекссані (Treccani, 2018). Її теорія інтеграції функцій надихнула величезну кількість досліджень про взаємозв'язок між процесами уваги, сприйняттям і свідомістю, як в умовах, коли такі процеси були неушкодженими, так і в умовах, коли вони були порушені на рівні пошкоджень мозку. Основні механізми цієї теорії (тобто просторова увага, просторове кодування об'єкта та зв'язування ознак) є критично залученими до візуального свідомого досвіду.

Згідно з оригінальною версією FIT, окремі (базові) ознаки об'єкта можуть бути оброблені попередньо уважно і незалежно від їх розташування, але вони пов'язані між собою за допомогою просторової уваги, завдяки тому, що вони займають одне й те саме місце. Наприклад, синій колір і орієнтація контурів, що визначають форму трикутної геометричної фігури, представленій в даному просторовому положенні, спочатку обробляються окремо, але, як тільки це просторове положення вибрано увагою, ці окремі особливості інтегруються, щоб утворити єдиний об'єкт (тобто сприймається синій трикутник). Окремі функції об'єкта можна обробляти неусвідомлено, але цілісний образ створює сама свідомість

Це узгоджується із загальноприйнятою ідеєю, що між простором і свідомістю існує особливий зв'язок. Безперечно, хоча ми можемо уявити, наприклад, безбарвні об'єкти, важко уявити собі безпросторові об'єкти. Зміст свідомості був би за своєю суттю «розташований»: було б логічно неможливо свідомо знати об'єкт, не сприймаючи його як місце, в якому він існує.

Така ідея передбачає, що простір є передумовою і попередником свідомого усвідомлення: кодування розташування стимулу було б необхідною умовою для його входження у свідомість. Крім того, що ця ідея є інтуїтивно переконливою, вона також правдоподібна з еволюційної точки зору. Дійсно, просторові ознаки є одними з перших характеристик об'єктів, які підлягають розрізненню як з онтогенетичної, так і з філогенетичної точки зору. Більше того, ця ідея, здається, повністю узгоджується з низкою нейропсихологічних звітів щодо впливу уражень людського мозку на свідому обробку.

Ураження головного мозку людини можуть викликати відносно ізольовані порушення зору, які можуть супроводжуватися або не супроводжуватися порушенням усвідомлення подразників. Дослідження вказують про особливу роль просторового кодування та зв'язування ознак у свідомому сприйнятті стимулу.

Порушення зору, викликане ураженням головного мозку, може включати специфічні класи атрибутів стимулу або навіть бути обмеженим одним атрибутом, що може бути просторовою (наприклад, розташування стимулу) або змістовою ознакою стимулу та стосуються форми стимулу або його властивості поверхні (наприклад, колір стимулу).

Церебральна ахроматопсія (тобто набутий дальтонізм, спричинений локалізованим пошкодженням мозку) є одним із найбільш цитованих прикладів категорії розладів, при якому дефіцит передбачає обробку тільки однієї властивості функції (кольору). Відповідно до FIT, зв'язування функцій, відмінних від кольору, може відбуватися, враховуючи, що всі інші (просторові та змістовні) особливості в об'єкті правильно аналізуються, і просторову увагу можна спрямувати у бік розташування об'єкта. Відповідно, пацієнти не тільки усвідомлюють присутність об'єкта, але вони також усвідомлюють всі його властивості (форму, дрібні деталі, глибину тощо), за винятком кольору.

Інший випадок, коли порушення пов'язане з обробкою просторових ознак стимулу. Згідно з FIT, втрата здатності диференціювати розташування об'єкта буде також передбачати втрату усвідомлення інших властивостей про цей об'єкт і,

можливо, самого об'єкта. Отже, просторове представлення об'єктів середовища є необхідною умовою для прив'язки їх ознак.

Фрідман-Хілл та співавтори описали дані пацієнта з двобічним тім'яно-потиличним ураженням та діагнозом синдрому Балінта, який є одним з найсерйозніших прикладів втрати сприйняття простору в нейропсихології. Такий пацієнт показав симультанагнозію, тобто відсутність поінформованості про візуальні об'єкти, за винятком одного об'єкта за раз. Крім того, пацієнт часто поєднував ознаки різних об'єктів у один (наприклад, коли демонстрували жовтий квадрат і синій трикутник, він повідомляв, що бачить жовтий трикутник). Він не міг повідомити, де знаходяться об'єкти, навіть коли він дивився на них.

Інший нейропсихологічний синдром, який часто з'являється через пошкодження тім'яної ділянки кори правої півкулі – однобічне ігнорування. В цьому випадку також будуть просторові порушення, які, однак, будуть обмежуватись однією стороною простору. Це порушення характеризується нездатністю хворого спрямувати увагу у бік простору, протилежного ураженню.

Просто просторове кодування стимулу, без складової обробки, не призведе до усвідомлення стимулу. Так само важко зобразити предмети без простору, як важко уявити свідомі переживання «місця без вмісту». Відсутність усвідомлення подразника у пацієнтів з пошкодженням первинної зорової кори, які виявляють свою здатність локалізувати візуальні стимули, призводить до феномену кортикальної сліпоти. Можуть пов'язуватись ознаки і цілісно сприйматись лише ті об'єкти, які усвідомлюються.

Сучасні тенденції в науці, зокрема, розвиток технологій нейровізуалізації (фМРТ, ПЕТ), розширюють та поглиблюють наші знання про свідомість, оскільки вони не лише дозволяють виявити процеси і стани, що виникають у мозку людини, але й наближають можливість відповіді на питання про межі свідомості. Останнє є важливим для постановки та вирішення проблем штучного інтелекту (Dehaene, Lau, Kouider, 2021).

Науково-технічний прогрес не лише допоміг зрозуміти співвідношення свідомості й людського мозку, але й сприяв виявленню структури людської діяльності. У зв'язку з цим виникає ще одна проблема, яка потребує принципово іншого підходу, – проблема людини як суб'єкта своїх дій. Проблема штучного інтелекту має вирішуватись не тільки шляхом досліджень свідомості як об'єкта, а й досліджень самого суб'єкта, що здатен бути причиною власних дій.

Д. Серль сформулював одне з фундаментальних питань, вирішення якого може пролити світло не тільки на можливість створення штучного інтелекту, а й на спосіб, завдяки якому функціонує людський мозок: питання свободи людської волі. Відповідь на це питання уможливить дати відповідь на одвічне питання філософії – «Що таке людина?» або «Що означає бути людиною?» (Searle, 1984).

Д. Серль проаналізував тест, який був створений А. Тьюрингом з метою визначити момент появи у машини штучного інтелекту. Сутність цього тесту полягає у наступному.

У тесті беруть участь троє – дві людини та машина. Всі перебувають у різних кімнатах, спілкуються опосередковано (адаптуючи до сьогодення – за допомогою текстових SMS повідомлень) у формі простих питань та однозначних відповідей. Люди не знають «хто є хто». Завдання інтерв'юера (один з двох людей) – відрізнити співрозмовників – машину від людини. Завдання машини – видати себе за людину. Якщо останній це вдасться, то ми маємо отримати відповідь на питання – «чи здатні машини мислити?».

Однак цей тест викликав ще більше питань, ніж мав надати відповідей. Він поновив дискусію навколо термінів «мислення» та «раціональність», які, в свою чергу, є сутнісними проблемами вивчення свідомості. Ці питання поділили дослідників на представників слабого та сильного ШІ. «Відповідно до ШІ, основна цінність комп'ютера у вивченні свідомості полягає в тому, що він дає нам деякий дуже потужний інструмент».

Слабкий інтелект – це удосконалена програма, яка здатна допомогти нам у вирішенні складних раціональних проблем, коли ми обмежені у часі. В даному випадку це не більше, ніж інструмент, який є об'єктом. «Відповідно ж до сильного ШІ, комп'ютер – це не просто інструмент в дослідженні свідомості; комп'ютер, запрограмований належним чином, насправді і є деяка свідомість, в тому розумінні, що можна буквально сказати, що за наявності належних програм комп'ютери розуміють, а також мають інші когнітивні стани». Відповідно, сильний ШІ буде не просто машиною, а свідомістю. І якщо це твердження правильне, то така свідомість цілком здатна бути не тільки інструментальним об'єктом для вирішення завдань, а й суб'єктом дії.

Д. Серль, аналізуючи тест Тьюринга та різновиди машин, побудованих на ідеї проходження тесту, пропонує зіграти в уявну логічну гру «Китайська кімната». Припустимо, що вас помістили у кімнату, де розставлені кошики, повні слів невідомої вам мови (для Серля це китайська). Вам відомі правила поєднання слів

за зовнішнім виглядом, але не за змістом – він залишається вам невідомим. Знавці мови дають вам нові кошики з невідомими словами, немов ставлячи перед вами «питання», а ваше завдання розмістити їх в правильному порядку, так, щоб вийшла «відповідь». Припустимо також, що правила поєднання слів написані так, що ваші відповіді на питання не відрізняються від відповідей людини, яка вільно розмовляє цією мовою. У такому випадку ви витримаєте тест Тьюринга. Та ви все одно нічого не розумітимете в цій мові. Чим в такій ситуації ви відрізняєтесь від комп'ютера? А отже, і комп'ютер в такому розумінні не є свідомістю. Більше того, на тому рівні технологічних можливостей його неможливо навіть запрограмувати так, щоб він володів свідомістю. Ці висновки Д. Серля посилюють інтерес вчених до дослідження інтенціональності, раціональності та свідомості. Вихід вбачався один – варто ще раз дослідити структуру людського мозку та свідомості, структурувати їх, надавши достатні визначення, а потім порівняти з комп'ютером та програмами. Таке порівняння дало б елементи, яких не вистачає комп'ютеру, щоб перетворитися на штучний інтелект.

Порівнюючи характерні риси комп'ютерів та людського мозку, досліджуючи людську свідомість та структуру людської дії, Д. Серль намагається уникнути основної проблеми, яка ставить під сумнів усю теорію сильного штучного інтелекту. Ця проблема криється у свободі волі. Питання сильного штучного інтелекту формується з припущення, що комп'ютер за наявності певного програмного забезпечення здатен розуміти, навіть більше того – перетворитися на самостійну свідомість, а отже, може діяти вільно. Джон Серль вдало використовує тест «Китайської кімнати», щоб висвітлити той факт, що комп'ютер – це не більше, ніж формалізована машина і що вона розуміє не більше, ніж будь-який інший інструмент, який вигадала людина. Комп'ютер імітує людське мислення, проте людським мисленням він не є. Для того, щоб чітко описати відмінності між комп'ютером та людською свідомістю, потрібно їх порівняти та більш ґрунтовно дослідити свідомість і структуру людської дії (Малеєв, 2016).

Цікавою у розглядуваному контексті є позиція вже раніше згаданого нами Д. Деннета. Загалом, Деннет презентує гнучкий, комплексний та інноваційний підхід до свідомості, який базується на наукових дослідженнях нейробіології та когнітивних наук. У своїй праці “Consciousness Explained” Деннет пропонує оригінальне розуміння свідомості, вважаючи її результатом складної обробки інформації в мозку. Для Деннета свідомість — це не статичний об'єкт, а динамічний процес, що складається з численних взаємодій нейронів.

На думку Деннетта, свідомість не є єдиною і незмінною; вона формується в результаті роботи багатьох підсистем мозку, які обробляють інформацію. Цей процес можна уявити як конструювання усвідомленого досвіду з численних «компонентів», таких як відчуття, спогади та думки. Деннет підкреслює, що це обробка інформації має адаптивну функцію, що дозволяє людям краще орієнтуватися у світі навколо них. Деннет також вводить поняття «феномену спостерігача», яке акцентує увагу на тому, що свідомість є змінною залежно від контексту. Це означає, що різні ситуації можуть призводити до різних усвідомлених переживань. Наприклад, одна й та сама подія може сприйматися по-різному в залежності від нашого настрою, досвіду або сприйняття оточення.

Намагаючись зрозуміти діяльність свідомості, вчений звертається до аналогії з комп'ютером, пояснюючи реалізацію дій «віртуальної машини», яка була створена культурою у мозку людини. «Міркування про наш мозок як інформаційно-процесуальні системи може поступово розвіяти туман й допомогти побачити шлях ..., показуючи як же це може бути так, що наш мозок продукує ці феномени» (Dennett, 1991).

Дію мозку по виробництву свідомості Д. Деннет розкриває через метафоричні образи «віртуальної машини», «м'якої програми комп'ютера», «пандемоніуму гомункулів», «моделі множинних нарисів». Так, людський мозок, згідно вченому, отримує потік інформації, що поступає із зовнішнього світу чи від внутрішніх станів організму. Його функція полягає у переробці цієї інформації шляхом диференціації та специфікації, у процесі чого виникають певні нариси (drafts), які генеруються різними частинами мозку й у різних складах. Згідно моделі множинних нарисів, всі варіації сприйняття, думок чи ментальної активності здійснюються у мозку паралельно. Вся інформація, що поступає до мозку, отримує постійну обробку, «редакторську ревізію» (Dennett, 1991).

Будова свідомості, згідно концепції американського філософа, має три рівні. На першому, базовому рівні – «hardware» - знаходиться структура мозку й нейронна активність. Далі йде надбудова «software level» – абстрактна формальна система, чи змістовність, що виявляє себе через функціонування інформаційної програми. Другий рівень, а саме «software level», використовує перший органічний рівень «hardware» мозку для вироблення третього рівня, який виявляє себе у нашій поведінці та мовленнєвих актах, й складається із нарисів.

Отже, різні частини мозку одночасно реагують на декілька видів інформаційних потоків й можуть виробляти нариси, які містять протиріччя. Частина цих нарисів беззворотно зникає, інші отримують пріоритетність та

виявляють себе через вербальну поведінку людини. Д. Деннет змальовує таку картину діяльності людського мозку з метою показати децентралізовану роботу свідомості, де не існує єдиної головної точки, що є ніби центром переплетіння різних потоків, так званих, нарисів. Проте цей «пандемоніум гомункулів», що символізує, згідно точки зору вченого, епідемічний спалах (тобто включення множинної кількості систем по перетворенню інформації, а не існування однієї такої системи) проявляється у кожному акті свідомості. Виконуючи при цьому функції різного спрямування, «пандемоніум гомункулів» абсолютно не заважає цілісному сприйняттю об'єктів (Dennett, 1991; 2018).

Нариси, які безперервно виникають, не створюють жодної дисгармонії, й нормальна людина діє раціонально, згідно обставинам лише тому, що різного типу диспозиції допомагають мозку у їх виробленні. Дані диспозиції, згідно концепції вченого, бувають двох типів: біологічні, які отримуються від природи й проявляють себе на рівні уподобань, нахилів, тілесності, та тих, що набуваються у соціумі під час життєдіяльності. До останніх належить перш за все мова, яка є ключем до великої переваги людини у світі технологій та знань.

Тварини теж можуть передавати інформацію не тільки генетично, наприклад, вчити своє потомство, як здобувати їжу, ховатись від небезпеки..., але без мови не можна передати терпляче зібраних даних у сфері високих технологій та ноу-хау (Dennett, 1995). Крім того, Д. Деннет підкреслює, що на зміст нарисів, а тому і свідомості, великий вплив мають певні шаблони, зразки (patterns), що отримуються людиною під час життєдіяльності у соціумі. Впливаючи на людину, вони виявляють себе через мовленнєві акти під час комунікації. Таким чином, ці різноманітні паттерни, що формуються у семіотичній системі культури, здійснюють суттєвий вплив на «пандемоніум гомункулів» та формування свідомості людини.

Д. Деннет вважає, що зв'язок вербального та невербального здійснюється на основі принципу паралелізму, взаємної корекції й зворотного зв'язку. Нариси першого рівня впливають на вибір слів, але і слова, у свою чергу, впливають на зміст, який вони несуть. Як видно, між нарисами вербальними та невербальними не існує різкої диференціації.

Отже, мова та мовленнєві акти виступають домінуючим чинником формування свідомості. Слова виступають каталізаторами й прискорюють передачу змістовної інформації, під час комунікації різних частин мозку. Останнім часом вчений стверджує, що «природна мова є самим важливим й оригінальним артефактом з усіх, які створені людиною, й разом з людським мозком це у

сукупності можна розглядати як, перший винахід універсального комп'ютера». Вчений стверджує, що свідомість у такому ракурсі можливо трактувати як віртуальну машину, яка була імплантована на першому рівні свідомості («hardware») еволюцією (Dennet, 1991; 1995).

Структури правил мовлення, граматики грають роль дисциплінарного плану по відношенню до мислення людини, формуючи диспозиції, за допомогою яких від-бувається випробовування «бази даних» власної свідомості. Крім того, системи інформацій, які людина засвоює під час навчання, також керують нею, спонукаючи до різних запитань.

Як і іншим тваринам, індивіду не обов'язково проводити через свідомість слова чи дії, які він бере із свого мозку, індивід просто робить це. Д. Деннет говорить, що як павутиння у павука, так і павутиння дискурсу, слів зберігає та забезпечує людині життєдіяльність, «й є таким же біологічним продуктом, як і будь-які інші, що ми знаходимо у світі тварин» (Dennet, 1995).

Самозбереження, самовизначення, самоконтроль людини, на відміну від поведінки тварин, складається, як вважає науковець, у творенні наративів, сюжетів, здійсненні контролю над історіями, які ми розповідаємо і собі й іншим про те, чим ми є. Мовленнєві акти породжують інтуїцію, про те, що всередині нас знаходиться певний єдиний центр, а також, що у нашому досвіді присутні кваліа, а свідомість є прихованою внутрішньою структурою, яка допомагає у дослідженні функціонування мозку, поведінки, мовлення.

Але активна роль мови цим не обмежується. Останнім часом вчений стверджує, що «природна мова є самим важливим й оригінальним артефактом з усіх, які створені людиною, й разом з людським мозком це у сукупності можна розглядати як, перший винахід універсального комп'ютера». Вчений стверджує, що свідомість у такому ракурсі можливо трактувати як віртуальну машину, яка була імплантована на першому рівні свідомості («hardware») еволюцією (Dennet, 1995).

Одним із способів наукового вирішення складної проблеми свідомості, що конкурує з нейробіологічним підходом, є використання фізики. Більшість теорій, які намагаються використати фізику з цією метою, зосереджені на квантовій механіці. Девід Чалмерс пов'язує це з тим, що квантова механіка, на загальну думку, є найнезвичайнішою частиною сучасної фізики. Вона надає вченим формули, що дозволяють дуже точно прогнозувати результати емпіричних спостережень, проте малювану квантовою механікою картину світу дуже важко

осмислити. Оскільки проблема свідомості не менш загадкова, багато дослідників припускають наявність глибокого зв'язку між цими двома таємницями.

Фізики вважають, що використання квантової механіки для пояснення свідомості має переваги перед частковими нейрофізіологічними відкриттями та умоглядними філософськими конструкціями, оскільки, з одного боку, свідомість пов'язана з діяльністю матеріального мозку, а з іншого боку, квантова механіка є найбільш фундаментальною теорією матерії з усіх існуючих нині теорій.

За останні десятиліття вченими (не тільки фізиками) було створено безліч квантових теорій свідомості. Серед них найбільшу популярність здобули теорії, які створили фізик Роджер Пенроуз (Hameroff, Penrose, 2016), анестезіолог Стюарт Хамерофф (Hameroff, 1998; 2012; Wool, 2001; Penrose, 2016), фізик Генрі Стапп (Stapp, 2007; 2011), фізик Джузеппе Вітієлло (Freeman, Vitiello, 2006). Деякі з квантових теорій свідомості (у тому числі теорія Генрі Стаппа) визнають свідомість фундаментальною властивістю реальності (як і Девід Чалмерс) .

Коротко та на доступному для розуміння рівні розглянемо те загадкове явище, яке вивчає фізика, та в якому вчені вбачають схожість з таємницею свідомості. Одним з таких явищ є явище з області квантової механіки - так званий колапс хвильової функції квантової системи. Спробуємо пояснити це наступним чином: на мікрорівні, де працюють квантові ефекти, всі об'єкти ніби розмиті. Тобто будь-яка квантова система може одночасно знаходитися у всіх точках Всесвіту. Електрон усередині будь-якого тіла (у тому разі і людського) одночасно знаходиться десь поза ним. Фотон, що летить від далекої зірки, одночасно летить і на Землю, і в протилежний бік. Виходить, що квантові системи - це не об'єкти, не тіла, а щось розпливчате, невизначене, хвилі та поля.

Але в момент виміру відбувається так звана декогеренція: квантові системи перестають бути хвилями і стають цілком тілами. Якщо ми вимірюємо фотон, який прямує від далекої зірки до нас, то в момент виміру його хвильова функція колапсує, і цей фотон виявляється тільки у нас на Землі, у вимірювальному приладі, куди він потрапив і віддав значення своїх характеристик, а з усієї решти місць у Всесвіті він відразу ж пропадає. І відразу ж після цього його хвильова функція знову починає «розповзатися» простором. Але в момент виміру вона завжди схлопується (колапсує). І природа цього явища також незрозуміла. Науковці досі не знають, чому так відбувається. До того ж виникає кілька питань: який сенс поняття «вимірювання»? Що саме вимірює характеристики фотона? Чи може як вимірювальний прилад виступати фоторецептор в сітківці людського ока? Відомо, що фотон, який прилітає в око, реагує з певними білками всередині клітини-

рецептора. В результаті цього реагування тривимірна конфігурація білка змінюється: клітина запускає деяку подобу електричного імпульсу, що доходить до кори головного мозку, де й бере участь у формуванні картинки, яка сприймається свідомістю людини. Можливо, свідомість і є «вимірювальним приладом»?

Одним із ключових понять квантової фізики є суперпозиція – можливість частинки перебувати одночасно в декількох станах, доки не здійсниться спостереження або вимірювання, яке «фіксує» один із цих станів. Ця ідея дозволяє припустити, що мозкові процеси можуть функціонувати не лінійно, а паралельно, надаючи свідомості можливість здійснювати складні обчислення або приймати рішення на основі різних можливих станів.

Квантова заплутаність – ще один фундаментальний аспект. Вона полягає в тому, що дві частинки можуть залишатися взаємопов'язаними незалежно від відстані між ними, і зміна стану однієї миттєво впливає на іншу. Це може пояснити, як різні частини мозку можуть працювати в унісон без потреби в безпосередньому фізичному контакті, забезпечуючи миттєву передачу інформації.

Подібні роздуми наштовхнули окремих учених на ідею сформулювати гіпотези, загальний набір яких отримав назву «Квантова природа свідомості». Квантова природа свідомості - це як би мета-гіпотеза, тобто гіпотеза про вірність деяких гіпотез про те, що свідомість має квантову природу і може бути пояснена в термінах квантової механіки або якоїсь іншої, ще не розробленої теорії, що ґрунтується на квантовій механіці.

Одним із найвідоміших вчених, які підтримують цю мета-гіпотезу, є англійський фізик Роджер Пенроуз. Його книга «Новий розум короля», де вчений описує причини, з яких звичайне механістичне розуміння процесів, що відбуваються всередині нервової системи, не може дати нам пояснення феномена свідомості та розуму. Основна ідея полягає в тому, що свідомість і розум людини, найімовірніше, є сутностями, не обчислюваними на звичайному «тьюрінгівському» комп'ютері, а тому їх неможливо уявити у вигляді будь-якого алгоритму, що виконується на будь-якому із сучасних комп'ютерів. З іншого боку, такі ж властивості має аналогічна операція виміру в квантовій механіці, а тому за принципом аналогії робиться припущення, що через свою незчисленність свідомість і розум можуть мати квантову природу. Незважаючи на очевидну слабкість такого припущення, багато вчених і науковців працюють у цьому напрямі і навіть отримують певні результати та мають досягнення.

Існує досить велика кількість підходів до визначення механізмів роботи квантової свідомості. У науковій літературі можна знайти щонайменше шість різних напрямів, у яких причинами появи свідомості у біологічній нейронній мережі називаються різні квантові ефекти в різних частинах нейронів або навіть інших клітин та органів.

Розглянемо ті з них, які, на наш погляд, є найцікавішими.

Вже згадуваний нами вище Роджер Пенроуз та Стюарт Хамерофф були одними з перших, які внесли пропозиції щодо розглядуваної проблеми. Вони почали працювати порізно, але потім об'єднали свої теоретичні дослідження та висунули теорію оркестрованої об'єктивної редукції (Orch-OR). Поняття «об'єктивної редукції» стало центральним для опису колапсу хвильової функції (Hameroff, Penrose, 2016).

Вчені припустили, що свідомість виникає в результаті квантових обчислень, що відбуваються в нейронних мікротрубочках, які є циліндричними білковими структурами, поширеними в нейронах, та за допомогою яких транспортні білки переносять усередині клітин різні об'єкти. Стінки цих мікротрубочок складаються з подвійного білка тубуліна, в якому Стюарт та Хамерофф знайшли електрон, що знаходиться у суперпозиції (Hameroff, 1998). Основна ідея вчених полягає в тому, що мікротрубочки можуть виконувати роль кубітів, тобто квантових бітів, які знаходяться в суперпозиції своїх базових станів і тим самим реалізують модель квантових обчислень.

Пенроуз і Хамерофф припустили, що мікротрубочки мають характеристики, придатні для квантових процесів, такі як їх упорядкована ґратчаста структура та здатність підтримувати квантові стани. Зменшення квантового стану в мікротрубочках призводить до організованої когерентної («цілісність свідомості») діяльності, що має вирішальне значення для появи моментів свідомості та когнітивних процесів.

Центральним аспектом Orch-OR є концепція об'єктивної редукції, яка передбачає, що квантові суперпозиції в мікротрубочках досягають порогу, коли вони руйнуються або зменшуються до певних станів завдяки ще не ідентифікованому механізму, керованому квантовою гравітацією. Передбачається, що цей колапс квантового стану в мікротрубочках сприяє моментам свідомого усвідомлення або вибору шаблонів активації нейронів, пов'язаних з пізнанням і свідомістю.

Згідно з Orch-OR, мікротрубочки відіграють вирішальну роль не лише у підтримці квантових обчислень, але й у регуляції синаптичної активності та обробки інформації в нейронах. Згідно з теорією вважається, що квантові процеси в мікротрубочках сприяють відбору та інтеграції нейронних моделей збудження, необхідних для когнітивних функцій і свідомості.

Проте критики цієї гіпотези вказують на кілька проблем. Основна з них – декогеренція, яка вказує на те, що квантові стани швидко руйнуються через взаємодію з навколишнім середовищем. У теплих і вологих умовах мозку квантові ефекти повинні зникати занадто швидко, щоб вони могли брати участь у процесах свідомості.

Інший аргумент проти квантової свідомості – це складність її експериментального підтвердження. На відміну від класичних нейробіологічних моделей, квантові ефекти важко спостерігати в реальних умовах, і більшість припущень залишаються на рівні теорії.

Незважаючи на ці критичні зауваження, теорія Пенроуза і Хамероффа відкриває нові можливості для вивчення свідомості. Деякі дослідження вже показали, що мікротрубочки мають квантові властивості, що підтримує Orch-OR. Наука все ще дискутує про роль квантових процесів у мозку, проте це питання може призвести до революційних відкриттів у майбутньому.

Девід Пірс запропонував модель, в якій свідомість є функцією від квантової суперпозиції нейронів. Ця модель виявилася як така, що є повністю верифікованою. Її автор запропонував ряд експериментів щодо її перевірки. Але ці експерименти поки що провести не вдалося через їх технологічну складність.

Дуже цікаву модель пропонує Генрі Стапп, який розглядає свідомість в якості того самого «суб'єкта», спостереження якого змушує колапсувати хвильову функцію (Sprengel, 2005; Stapp, 2011). Розглянемо основні положення теорії Г.Стаппа.

1. Свідомість є активним учасником процесу вимірювання

У традиційній квантовій механіці процес вимірювання призводить до раптового переходу квантової системи з суперпозиції можливих станів до одного конкретного стану — це явище відоме як колапс хвильової функції. Однак механізм цього колапсу та його зв'язок зі свідомістю спостерігача залишаються предметом дискусій. Саме свідомість спостерігача є тим фактором, який викликає колапс хвильової функції. Стапп вважав, що свідомий акт спостереження є необхідним для

переходу квантової системи з потенційного стану в актуальний. Таким чином, без свідомого спостерігача квантова система залишалася б у стані суперпозиції.

Прикладом, який ілюструє дане положення, є експеримент з двома щілинами, в якому електрони або фотони можуть проходити через дві щілини і потрапляти на екран за ними. Коли частинки проходять через щілини без спостереження їхнього шляху, на екрані формується інтерференційна картина. Це свідчить про хвильову природу частинок і про те, що вони перебувають у суперпозиції станів — проходять одночасно через обидві щілини. Якщо спостерігач вирішує виміряти, через яку щілину проходить частинка, інтерференційна картина зникає, і на екрані спостерігається патерн, характерний для частинок. Це означає, що акт спостереження змушує систему обрати один з можливих шляхів, колапсуючи хвильову функцію в конкретний стан.

Отже, згідно з теорією Стаппа, свідомий вибір спостерігача виміряти певну властивість системи (в даному випадку — шлях частинки) безпосередньо впливає на результат експерименту. Свідомість не просто фіксує реальність, а формує її, визначаючи, який з потенційних станів стає актуальним. Спостерігач є невід'ємною частиною фізичної реальності, а не зовнішнім спостерігачем.

2. Свідомість безпосередньо взаємодіє з матерією та впливає на неї

Розкриваючи сутність даного положення, вчений постулює наступне:

- свідомість має причинну силу і може впливати на фізичні процеси. Це означає, що ментальні наміри, бажання та рішення можуть безпосередньо змінювати стан квантових систем, впливаючи на фізичну реальність. Свідомість, таким чином, виступає як активний учасник у фізичному світі;

- мозок функціонує як квантова система, в якій квантові процеси відіграють ключову роль у нейронній активності. Квантові стани в мозку можуть бути чутливими до впливу свідомості, що дозволяє ментальним процесам впливати на фізичні дії та поведінку. Вчений розрізняє два процеси, які можна розглядати як етапи:

- процес 1: свідомий вибір або намір, який не детермінований фізичними законами. Це ментальний акт, який впливає на квантову систему;
- процес 2: детермінований фізичний розвиток системи згідно з рівнянням Шредінгера.

Свідомість через процес 1 впливає на квантову систему, після чого система розвивається детерміновано за процесом 2.

Під час взаємодії свідомості з матерією відбуваються:

- Колапс хвильової функції
Свідомість викликає колапс хвильової функції квантової системи, вибираючи один з можливих станів. Це означає, що ментальний вибір впливає на фізичний результат, переводячи систему з суперпозиції в конкретний стан.
- Вибір вимірюваної обсервбельної величини
Свідомість визначає, яку саме фізичну величину виміряти. Цей вибір впливає на те, які можливі стани системи будуть розглянуті, і, відповідно, на кінцевий результат.

Прикладом впливу свідомого рішення на фізичну дію може бути ситуація, коли людина вирішує підняти руку. Згідно з теорією Стаппа, свідоме рішення підняти руку є ментальним актом (процес 1), який впливає на квантові процеси в мозку. Це призводить до колапсу хвильової функції нейронних квантових станів, ініціюючи відповідну нейронну активність (процес 2), що призводить до фізичного руху руки.

Таким чином, свідомість безпосередньо взаємодіє з матерією, перетворюючи ментальні наміри в фізичні дії через квантові механізми.

Отже, свідомість спостерігача є ключовим фактором, який визначає результат квантових процесів, зокрема, колапс хвильової функції. Це означає, що свідомий акт спостереження не просто фіксує стан системи, а безпосередньо впливає на те, який саме стан реалізується з множини можливих. Свідомий акт спостереження є необхідним для переходу квантової системи з потенційного стану в актуальний. Без свідомого спостерігача квантова система залишалася б у стані суперпозиції.

Стапп базується на інтерпретації квантової механіки, розробленій Джоном фон Нейманом та Юджином Вігнером, яка надає ключову роль свідомості в процесі вимірювання. Згідно з цією інтерпретацією, межа між квантовою та класичною системами не є чітко визначеною і може бути переміщена аж до свідомості спостерігача. Це означає, що весь експериментальний апарат, включаючи детектори та вимірювальні прилади, може розглядатися як частина квантової системи. Лише свідомість спостерігача виводить систему з квантової суперпозиції в конкретний стан.

Свідомість спостерігача впливає на результат вимірювання не лише шляхом фіксації стану, але й через вибір того, яку саме обсервбельну (фізичну величину)

виміряти. Цей вибір визначає, які можливі стани системи будуть розглядатися, і, відповідно, впливає на кінцевий результат.

Італійський теоретичний фізик Джузеппе Вітіелло розробив концепцію двійникової системи, яка спрямована на поглиблене розуміння взаємодії квантової механіки з нейробіологічними процесами (Freeman, Vitiello, 2006). Ця концепція передбачає, що кожна квантова система може бути описана двома взаємопов'язаними, але відмінними, формальними структурами — квантовою, яка фокусується на квантових властивостях, та класичною, яка враховує взаємодію зі середовищем і макроскопічні аспекти системи. Розглядуваний підхід дозволяє врахувати як квантові явища, такі як суперпозиція та заплутаність, так і вплив середовища та теплових ефектів на поведінку системи.

Концепція Дж. Вітелло констатує, що квантова та класична системи взаємодіють між собою через процеси декогеренції та дисипації, що дозволяє стабілізувати квантові стани та забезпечує узгодженість поведінки системи.

До того ж у контексті нейронаук, двійникова система дозволяє моделювати, як квантові обчислення в мікротрубочках нейронів взаємодіють з класичними нейронними процесами, сприяючи виникненню свідомості.

За моделлю двійникової системи, кожен нейрон у мозку має дві взаємопов'язані системи: квантову та класичну.

За квантовою системою, нейрон виконує квантові обчислення, перебуваючи у станах суперпозиції, розглядаючи різні варіанти розв'язання задачі (в якості приклада може бути розглянутий наведений раніше: людина вирішує підняти руку). Ці квантові процеси підтримують заплутаність між різними частинами мозку, забезпечуючи інтеграцію інформації.

За класичною системою, нейрон одночасно взаємодіє з класичними сигналами через електрохімічні процеси, які впливають на навколишнє середовище та інші нейрони.

Ці дві системи взаємодіють через процеси декогеренції та дисипації, стабілізуючи квантові стани та забезпечуючи узгоджене вирішення задачі. Таким чином, модель двійникової системи пояснює, як квантові процеси можуть інтегруватися з класичними нейронними функціями, сприяючи виникненню свідомого досвіду.

Дисипативна квантова модель мозку, розроблена Джузеппе Вітіелло, пропонує розглядати природу свідомості та когнітивних процесів через інтеграцію принципів квантової механіки з нейробіологічними структурами мозку. Основна ідея полягає в тому, що мозок функціонує як квантова система, яка постійно взаємодіє зі своїм середовищем, що призводить до дисипації енергії та інформації. Відповідно до цієї моделі, нейрони та їхні зв'язки можна розглядати як квантові осцилятори, які перебувають у стані квантової суперпозиції. Дисипація виникає через постійну взаємодію мозку з навколишнім середовищем, що забезпечує втрату когерентності квантових станів. Проте, завдяки особливій структурі мозку та його здатності до самоорганізації, певні квантові властивості зберігаються та використовуються для обробки інформації.

Прикладом, який ілюструє, як працює дисипативна квантова модель мозку, може бути квантове зберігання пам'яті. Уявімо ситуацію, коли людина навчається новій навичці, наприклад, грі на музичному інструменті. За дисипативною квантовою моделлю мозку, цей процес включає квантові обчислення в нейронних структурах, які зберігають інформацію про мелодії та ритми. Квантова суперпозиція дозволяє мозку одночасно обробляти різні варіанти виконання мелодії, а дисипація допомагає фільтрувати та зберігати найбільш ефективні патерни. Таким чином, квантові процеси сприяють швидкому та гнучкому навчанню, дозволяючи мозку адаптуватися до нових умов та вдосконалювати навички.

Отже, запропонована Джузеппе Вітелло та Уолтером Фріманом гіпотеза вводить деяку взаємодію («діалог» у термінах авторів) між класичною та квантовою частинами мозку. Цей діалог і визначає свідомість, а квантова частина мозку є полем, що визначає динаміку зміни властивостей мозку. Однак ця гіпотеза навряд чи може бути піддана верифікації, тому сама по собі нічого не пояснює, а просто виводить необхідність пояснення нового рівня.

Девід Бом, один із батьків квантової механіки припустив, що свідомість і матерія - це два різні прояви якоїсь високорівневої субстанції, безпосереднього доступу до якої у людства на сучасному етапі розвитку ще немає (Bohm, Hiley, Kaloyerou, 1987). Це поки що припущення, що складно верифікується, але багато вчених висловлюють надію, що саме воно і може лежати в основі всіх подальших досліджень у галузі філософії свідомості.

Однак на будь-яку гіпотезу про квантові ефекти, які визначають свідомість, є велика кількість різноманітної критики як з наукових позицій, так зі загальнофілософських. А це, у свою чергу, означає, що поки що гіпотези

залишаються гіпотезами і нічого не пояснюють. Перевірити кожен з таких гіпотез досить непросто, тому всі вони залишаються досить спекулятивними і поки що не верифікуються. А тому сьогодні напрямок квантової природи свідомості, як такий, залишається маргінальним у науці. Разом з тим, усі ці питання не є відірваними від реальності та практики.

Як вже було зазначено, свідомість і квантову механіку пов'язують тому, що деякі інтерпретації квантової механіки постулюють необхідність наявності спостерігача, що здійснює вимірювання. Саме його свідомість виробляє колапс хвильової функції. Девід Чалмерс вважає, що при редуктивному поясненні свідомості теорії, що базуються на фізиці, не мають жодної переваги перед нейробіологічними і когнітивними теоріями. Квантовим теоріям свідомості властивий той самий розрив у поясненні, як і іншим теоріям. При цьому Чалмерс не виключає те, що з часом квантова механіка гратиме найважливішу роль в теорії свідомості, і навіть те, що теорія свідомості допоможе вирішити проблеми квантової механіки.

Водночас Д.Чалмерс вказує на неоднорідність свідомості як психологічного феномену. Він стверджує, що за терміном «свідомість» приховано безліч різнорівневих феноменів відмінної природи: «qualia» (суб'єктивний досвід), «awareness» (обізнаність), «conscious experience» (усвідомлені стани, свідомий досвід) і «consciousness» (свідомість як така) (Chalmers, 1996; 1997).

Таким чином, у постнекласичній інтерпретації, яку ілюструють викладені вище підходи до свідомості, вона являє собою суб'єктивну, багатовимірну і гетерогенну реальність. Тому окремі підходи висвітлюють лише певні грані цієї реальності, не будучи здатними «обійняти неосяжне, охопити феномен свідомості цілком і повністю» (Гусельцева, 2018).

1.6. Онтологічний підхід до аналізу свідомості

Отже, можна констатувати, що сьогодні свідомість є об'єктом досліджень та предметом дискусій не лише в психології. До її вивчення вдається багато наук про природу, суспільство та людину. Тривають такі дослідження та не згасають суперечки в філософії; відносно нові аспекти свідомості розкриваються в біології та фізиці. Проблематика свідомості посідає важливе місце в медицині та лінгвістиці. Зазначимо, що всі проаналізовані вище підходи до свідомості прагнуть в решті-решт до пильного пошуку її специфічної «матерії» та властивостей. Але

пошуки свідомості у мозку, в його нейрофізіологічних механізмах, що пов'язані з прагненням локалізувати свідомість або причинно-наслідковим способом встановити її сутність у структурних утвореннях матеріального походження виявляються недостатніми задля розкриття її природи та психологічної сутності, рівною мірою як і пошуки матерії свідомості у мові розцінюються сучасною наукою як непродуктивні.

Іншими словами, завданням будь-якої науки, яка претендує на вивчення свідомості, є наповнення її конкретним онтологічним змістом та сенсом. Першість у розкритті та тлумаченні найважливішого аспекту свідомості – онтологічного, який стосується зв'язку свідомості та буття, належить філософії. Опозиція свідомості та буття, яка, доречі, не є тотожною опозиції матерії та свідомості, постала головною перешкодою на шляху трансдисциплінарних досліджень свідомості. « У філософській традиції Свідомості протистоїть Світ, причому тій же свідомості, котра і відображає, і породжує» (Швалб, 2004).

Філософська теза про те, що «буття визначає свідомість» (das Sein bestimmt das Bewusstsein), слугувала основою того, що в класичній і некласичній психології свідомість поставала передусім як відображення буття. Водночас психологи уточнюють, що свідомість не лише народжується в бутті, не лише відображає його, а тому – містить його у собі в адекватному чи викривленому вигляді, але й створює його. (Нажаль, не завжди знаючи, що створює). Саме питання спотворення і перетворення (конструювання) дійсності завдяки функціонуванню свідомості висувуються на перший план в когнітивній психології та нейронауці. Зокрема, ці проблеми обговорюються в контексті так званих когнітивних спотворень. Дискутуються, наприклад, наступні питання: «як окремій людині або цілим співтовариствам вдається підтримувати ілюзорні картини світу, настирно слідувати забобони?; чому в контексті певної культури чи історичної епохи деякі групи людей готові жити «у самопідтримувальній колективній галюцінації», тоді як інші, навпаки, прагнуть розвінчувати ці ілюзії?» (Гусельцева, 2018).

Використання онтологічного підходу в психології, піонером якого можна вважати С. Рубінштейна, дозволило включити людину до структури її буття не як рядоположний з іншими рівнями буття елемент, а як активний, перетворюючий буття суб'єкт. Наголос зроблено на тому, що людина знаходиться всередині її буття. Буття не є зовнішнім по відношенню до її свідомості. Первинним відношенням є відношення до світу не свідомості, а людини (Rubinstein, Niebsch, 1968).

Ідеї С. Рубінштейна про світ як сукупність людей, речей і явищ, співвіднесених із людьми, про безпосередню присутність психічного у світі, про людину як «дзеркало Всесвіту» були оцінені як «принципово правильні» та розвинені В. Роменцем (Роменець, Маноха, 1998). Він вбачав у них спосіб онтологізації психічного, бачення його реальним феноменом людського буття. «Все слід розуміти через спосіб існування людини, тобто через людський зріз як дзеркало Всесвіту» (Роменець, Маноха, 1998). Перехід від одного зрізу до іншого – перехід гносеологічного в онтологічне і навпаки. Своєрідність психічного не у відображенні, а в «упредметненні» світу, безперервному наближенні до об'єктивності (Попович, 2022).

Свідомість – спосіб людського буття «у самому Всесвіті» й бачення світу «зсередини». «Психічне постає образом буття, його зрізом, що уможливорює самопізнання світу через живу істоту.... У цілому вся психіка становить своєрідний спосіб самовідображення світу» (Роменець, Маноха, 1998). Світ в людині бачить себе. Людина намагається злитися із безконечним змістом Всесвіту й утилити у ньому свою індивідуальність. Постають суперечності між макро- і мікросвітом. У філософії це проблеми відношення матерії і свідомості. Суперечності не знаходять вирішення, філософія не бере до уваги, що немає окремих сутностей, а є вчинок – взаємоперехід людини і світу, намагання людини подолати невідповідність ідеального матеріальному, суб'єктивного об'єктивному. Світ – неосвоєне, до якого, переступаючи власні межі, спрямовується свідомість. «Це можна розглядати як духовне становлення самої людини, як саморозкриття «великого світу», як всезагальний вчинок, відносно якого і людина, і сам «великий світ» виявляються... залежними феноменами» (Роменець, Маноха, 1998).

На відміну від більшості гносеологічно орієнтованих концепцій свідомості, які зводять її до відображення, онтологічний підхід постулює (Колісник, 2012):

1. Свідомість – це прояв відношення людини до світу, можливість її самовизначення.
2. Свідомість потрібно розглядати як єдність знання та переживання, відображення та відношення. Останнє не лише підтверджено, але й реалізоване в моделі свідомості Ю. М. Швалба, який зазначає, що свідомість – це завжди відношення, «котрому притаманна власна процесуальність» (Швалб, 2004).
3. Психіка, свідомість не є самодостатніми, не існують всередині самих себе, а належать особистості.
4. Особистісно опосередкованим є зв'язок свідомості та діяльності. Через принцип єдності свідомості та діяльності розкривається приналежність свідомості

діючому суб'єктові, який відноситься до світу завдяки наявності у нього свідомості.

5. У світі свідомості, як особливому вимірі, особистість здатна виходити за свої межі.

6. Особистість, яка володіє свідомістю, по-особливому будує свої відношення зі світом.

7. Як вища психічна функція свідомість є способом особистісної регуляції відношень, що створюються в діяльності.

8. Свідомість є не просто найвищим особистісним утворенням, вона реалізує три взаємопов'язаних функції: регуляція психічних процесів; регуляцію відношень; регуляцію діяльності та всього життя суб'єкта.

9. Свідомість є найвищою здібністю діючого суб'єкта.

Спроби онтологізації (об'єктивації, розкриття предметного змісту) свідомості, які сьогодні існують в психології, є недостатньо вдалим через редукацію свідомості до таких феноменів, як чітко усвідомлюваний образ, поле ясної уваги, зміст короткочасної пам'яті, очевидний результат мисленнєвого акту, усвідомлення власного «Я» тощо. У всіх цих випадках процес, яким є свідомість, підмінюється його результатом, тобто тим чи іншим феноменом, який емпірично відомий та доступний спостереженню. Усі перераховані феномени суб'єктивні, а тому не мають відношення до онтологізації свідомості.

Загалом, в психології спроби онтологізації феноменів свідомості через її ідентифікацію з тими чи іншими психічними актами є незадовільними, оскільки об'єкти, до яких вона редукується, не можуть навіть частково виконати реальні функції свідомості – відображальну, породжуючу (творчу або креативну), регуляційно-оцінну та рефлексивну. Разом з відображальною функцією, рефлексивна функція є основною. Саме вона характеризує сутність свідомості.

Поняття рефлексії, як вже говорилося раніше, ввів Дж. Локк. Він розглядав її як особливе оперування власною свідомістю, яке в результаті породжує ідеї про цю свідомість. Рефлексія – це спрямованість людської душі на саму себе, «повернення назад».

У розглядуваному контексті можна виокремити два способи існування людини. Перший – життя, яке виглядає майже як природний процес, в умовах якого людина не виходить за межі безпосередніх зв'язків, в яких вона живе. У даному випадку людина нібито повністю знаходиться всередині життя. Всіляке її відношення – це відношення до окремих явищ, але не до життя загалом. Останнє зв'язане з тим, що людина не може зайняти позицію поза життям з метою рефлексії

над нею. Другий спосіб існування зв'язаний з появою рефлексії. Вона нібито призупиняє, перериває цей безперервний процес життя та виводить людину мисленнєво поза його межі. Завдяки цьому людина посідає позицію поза життям.

М. Чіксентміхайї зазначав: «Випадок та необхідність – єдине, що управляє істотами, нездатними до рефлексії... Еволюція створила буфер між детермінуючими силами та людською дією. Подібно до автомобільного зчеплення, Свідомість дозволяє тим із нас, хто нею користується, іноді відключатись від тиску невмолимих потягів та приймати власні рішення...Рефлексивна свідомість на нашій планеті є надбанням лише людини. Вона лежить в основі не лише самовідданої відваги Ганді та Мартіна Лютера Кінга, але й «неприродних» бажань маркіза де Сада або ненаситних амбіцій Сталіна» (Csikszentmihalyi, 1993). З формуванням рефлексивної свідомості автор зв'язує стрибкоподібну зміну режиму роботи мозку. На його думку, рефлексивна свідомість являє собою новий орган, своєрідний «мета мозок», який звільнює людину від влади генетичних програм. «За її допомогою ми можемо будувати плани, відкладати дію, уявляти те, чого немає. Наука і література, філософія і релігія були б без неї неможливі» (Csikszentmihalyi, 2006). Рефлексивна свідомість дозволяє нам «писати» власні програми на додаток до генетичних та соціальних програм, які закладаються в нас біологією та культурою. Це дає людині додатковий ступінь свободи.

Говорячи про значення рефлексивної свідомості в житті людини, слід зауважити, що життя людини може бути двох видів: несвідоме і свідоме. Перший вид - життя, яке регулюється причинами, другий - життя, яке регулюється метою.

На відміну від свідомого життя, яке кероване метою, життя, кероване причинами, справедливо назвати несвідомим. Свідомість у даному випадку хоча і бере участь у діяльності людини, але лише як посібник: не вона визначає, куди ця діяльність може бути спрямована, і так само - якою вона має бути за своїми якостями. Причинам, зовнішнім для людини і незалежним від неї, належить визначення всього цього. У межах, вже встановлених цими причинами, свідомість виконує свою службову роль: вказує способи тієї чи іншої діяльності, її найлегші шляхи, можливе і неможливе для виконання з того, до чого в людини є або були причини.

Здатність до рефлексії, що притаманна розвиненій людській свідомості, створює передумови для іншого способу існування, який відрізняється від безпосереднього та бездумного нерефлексивного існування. Йдеться, звичайно, про таку здатність, яка не залишається латентною, а виявляється в реальних процесах регуляції життєдіяльності. Рефлексивна свідомість є однією з ключових

передумов переходу від режиму детермінованості до режиму само детермінації. *Буття визначає нерозвинену свідомість; розвинена свідомість може почати зі свого боку визначати буття.*

Завдяки рефлексії свідомість прагне до пошуків сенсу буття, життя, діяльності: знаходить, загублює, помиляється, знов шукає, створює новий сенс тощо. Об'єктами рефлексії є - відображення світу, мислення про нього, підстави та способи регуляції людиною власної поведінки, дій, вчинків; самі процеси рефлексії; власна або особиста свідомість. При різкому зниженні здібностей людини до рефлексії та деформованій самооцінці, включаючи втрату усвідомлення себе людиною або визнання себе зверх людиною, створюється трагічна ситуація. Трагедія полягає в тому, що свідомість думає, що вона є повністю вільною та претендує на роль деміурга. Мудра свідомість знає, що головною причиною її невдач є її свобода від буття. Водночас слушним є твердження про те, що відмовитись від свободи означає відмовитись від самої себе. Тому при аналізі свідомості потрібно знайти «золоту середину», за умов якої свідомість, розглядаючись як відображення буття, не буде розглядатись як його прямий, пасивний відбиток. Сьогодення потребує на розвиток уявлень про свідомість, як таку, у всьому багатстві її рефлексивних властивостей та якостей, про свідомість як утворюючу, дійову та діючу. При такому підході до свідомості вона перестає бути граничною абстракцією, а постає перед дослідником як динамічне утворення, яке змінюється в певних культурно-історичних та соціокультурних контекстах.

У зв'язку з визнанням рефлексивної функції одною з головних функцій свідомості виникає питання про доступність цієї могутньої рефлексії науковому пізнанню, її упередметнення або операціоналізацію. Відомо, що для того, щоб зрозуміти предметну ситуацію, корисно піднятися над нею, іноді навіть відсторонитися від неї, перетворити «видимий світ» у «видиме поле». Останнє більш підкоряється оперуванню та маніпулюванню елементами (речами), що входять у нього. Рефлексія – це не видимий світ і тим більше не предметний.

Перший, хто поставив проблему рефлексії не в філософському, а в технологічному плані, був деякий вчений-філософ, який намалював душу крейдою на дошці, стверджуючи, що обманув душу, коли зобразив її як структуроньку, яка знаходиться не всередині нього, а на дошці. Душа стала об'єктом, про який можна щось сказати.

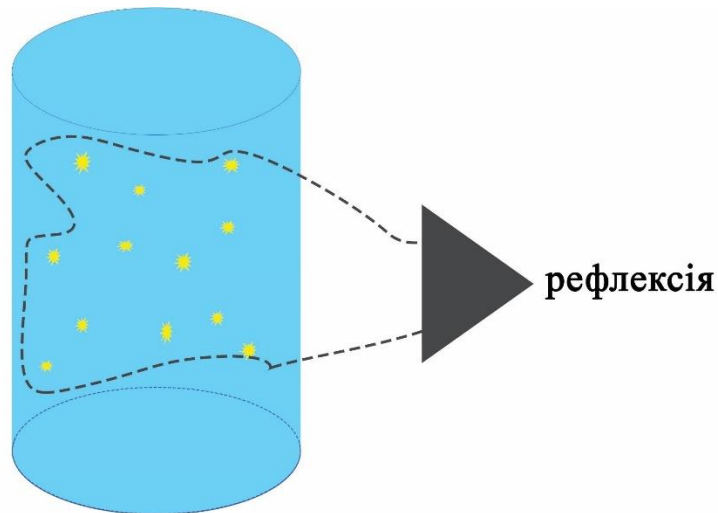


Рис. 6. Метафорична модель рефлексії (за А. Білим)

Свідомість – це не лише рефлексія. Вона – ядро свідомості, але вона живе не в вакуумі, який має складну структуру. Одною із спроб упредметнення рефлексії є створення її метафоричної моделі у вигляді такого образу: шматки спогадів, які ще знаходяться в розчині свідомості і не осіли осадом. Лише останні бачаться безпристрасно, об'єктивно, як такі, що відокремились від мене.

Останнім часом все частіше говорять про наявність в людській свідомості «рефлексивного комп'ютера». Ми неодноразово вже озвучували питання про те, що незрозуміло, хто дивиться на його екран. Завдання – знайти місце «рефлексивному комп'ютеру» в житті індивіда, його діяльності та свідомості – це важливе завдання психологічної науки.

Можна виокремити чотири можливих фокуси спрямованості свідомості й, відповідно, чотири форми рефлексії: на зовнішній інтенційний об'єкт діяльності (арефлексія), на самого суб'єкта (інтроспекція), на себе та на об'єкт одночасно, що передбачає само дистанціювання, здатність подивитись на себе збоку (системна рефлексія) та на сторонні об'єкти за межами актуальної ситуації (квазірефлексія).

Отже, рефлексія – здатність довільного звернення людиною свідомості на саму себе. Це поняття містить у собі два принципові моменти: механізм довільного маніпулювання ідеальними змістами в розумовому плані, заснований на переживанні дистанції між своєю свідомістю та її інтенційним об'єктом та спрямованість цього процесу на самого себе як на об'єкт рефлексії. Саме єдність цих двох аспектів утворює повноцінне рефлексивне відношення у вузькому значенні слова, з яким пов'язаний перехід до рівня самодетермінації. Різні можливі варіанти їх співвідношення представлені у таблиці 1.

Таблиця 1. Структура рефлексивного відношення

Спрямованість свідомості	На себе	Зовні
Механізми свідомості		
Дистанція між Я і об'єктом	Рефлексія	Пізнавальне ставлення
Недиференціація Я та світу	Самовідчуття	Нерефлексивне відображення

Сформульовані вище положення розкривають сутність онтологічного підходу до свідомості, започаткованого працями С. Рубінштейна та розвиненого в працях видатного українського психолога В. Роменця.

Сучасний онтологічний підхід до свідомості реалізовано у презентованих нами вище філософських працях, дослідженнях нейронаук та квантової фізики, доробках, отриманих у сфері штучного інтелекту. Сьогодні створено велику кількість моделей свідомості, серед яких нейрофізіологічні, квантово-механічні, загальносистемні, динамічні й власне психологічні моделі. Останні пропонують обґрунтовані пояснення функціонування, властивостей, структури та змісту свідомості. Сучасні наукові досягнення створили міцну базу знань, яка дозволяє психології 21-го століття перейти на новий етап розвитку. Цей етап, за словами Ю. Швалба, вказує на «потребу та можливість побудови свідомісно-центрованої психології» (Швалб, 2004). Подібні ідеї висловлюють такі вчені, як М. Папуча (Папуча, 2018) та А. Фурман (Фурман, 2017), які вважають, що свідомість повинна бути самостійною темою психологічного дослідження.

1.7. Сучасні уявлення про свідомість в зарубіжній та вітчизняній психології

Свідомість - ключовий феномен психологічної науки. На справедливу думку Макса Велмана, психологія, яка вивчає лише поведінку і досвід без вивчення свідомості, є неповною наукою (Velmans, 2004).

Як вже було зазначено вище, свідомість є об'єктом міждисциплінарних досліджень, які спрямовані передусім на розкриття її природи. Водночас цей феномен постає в центрі багатьох дискусій, які точаться, передусім, в самій психології. Останнє підтверджується існуванням великої кількості (більше як сотні) суперечливих значень поняття «свідомість»:

- як ідеальне воно опозиціонує матеріальному;
- як усвідомлене - несвідомому;

- як вияв винятково людської психіки – психіці тварин;
- як стан неспання – стану сну;
- як механізм, як процес або стан – один одному;
- як те, що виражається у словах(вербальне) - словесно не вимовному;
- як усвідомлення власних переживань і себе як особистості (самосвідомість) – усвідомленню зовнішніх явищ и предметів;
- як щось якісне, наприклад, як спосіб маркування наявної інформації, як деякий «промінь», що висвітлює психічні процеси, як «суб'єктивне фарбування», яким супроводжується більшість з цих процесів;
- як щось кількісне, предмет виміру, наприклад, обсяг свідомості, час свідомої реакції тощо.

Цей перелік є далеко не завершеним, адже говорять ще про рівні свідомості, про змінені стани свідомості.

Етимологічний зміст терміна «свідомість» та його семантичне значення розкривають деякі аспекти самого поняття. На думку В.П. Москальця, «термін *«свідомість»* вказує на першу й головну істотну складову цього психічного феномена – знання: «с–відомо» – з тим, що відомо, тобто, зі знаннями» (Москалець, 2020). В.П. Москалець вивів дефінітивну характеристику функціонального психологічного змісту свідомості : «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» (Москалець, 2020).

«Свідомість» – знання себе, збагачення знань про себе, виділення себе з довкілля. «Свідомість» – співвіднесення знань у межах просторових зв'язків (знання себе через те, що оточує; відносини всередині себе, в оточенні, відносини між собою й оточенням) і в межах послідовних тимчасових зв'язків. Останні включають зв'язок знань, одержуваних у момент відображення, аферентації нового з надбаними, накопиченими раніше, можливість зберігати й відтворювати пізніше співвіднесені, накопичені знання.

Розглянемо деякі підходи до тлумачення терміну «свідомість», які часто фігурують у працях вітчизняних вчених. Згідно однієї з точок зору, термін «свідомість» має три значення. Він передбачає, по-перше, усвідомлення (інтеріоризацію) власних переживань – на противагу втраті свідомості і всьому тому, що перебуває за межами свідомості; по-друге, усвідомлення об'єкта, знання про щось предметне і зовнішнє – на противагу неусвідомленим суб'єктивним переживанням, у межах яких «Я» і об'єкт перебувають в усе ще недиференційованому стані; по-третє, усвідомлення особистістю власного «Я» - на

протипагу несвідомому, у межах якого суб'єкт і об'єкт переживаються як окремі сутності. Але особистість чітко не усвідомлює розбіжностей між ними.

Іншими словами, термін свідомість позначає, по-перше, дійсний досвід внутрішнього психічного життя (на протипагу чисто зовнішньому характеру подій, що є предметом біологічного дослідження); по-друге, цей термін указує на дихотомію суб'єкта й об'єкта (суб'єкт навмисно «направляє себе», свою увагу на об'єкт свого сприйняття, уяви або мислення); по-третє, він позначає знання власного свідомого «Я» (Я – свідомість).

Широкорозповсюдженим (нажаль, поверховим та спрощеним) є визначення свідомості як способу відношення до об'єктивної дійсності, який властивий людині та опосередкований всезагальними формами суспільно-історичної діяльності людей. Не розкривають психологічної сутності свідомості і вказівки на те, що «свідомість - вища форма психіки; це відношення до світу зі знанням його об'єктивних закономірностей; людське буття – свідоме буття».

Свідомість – найвищий рівень розвитку психіки і відображення об'єктивної дійсності, властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються в ньому. Свідомість властива лише людині». Я. Коркос вважає таке визначення свідомості анахронічним, тому що воно «не відображає сучасні наукові погляди, котрі визнають наявність елементів свідомості серед тварин» (Коркос, 2022).

Більш змістовним, на нашу думку, є визначення свідомості, яка розглядається як вища форма психіки та є особливою формою психічної діяльності, завдяки якій формується суб'єктивна (тобто вироблена людиною як носієм предметно-практичної діяльності і пізнання) модель зовнішнього та внутрішнього світу.

На думку А.В. Фурмана, ключовою ознакою свідомості є породження порядку із хаосу. Останнє виступає як своєрідний рух, метою якого постає підвищення рівня самоконструювання і самотворення людиною своєї екзистенції (Фурман, 2017). До проявів свідомості, її індикаторів та «своєрідних підсилювальних лінз» автор відносить: думку як діяльний стан; поле ясної уваги; пізнавальне відношення до об'єктів, предметів, ситуацій, подій зовнішнього світу; пізнання дійсності за допомогою системи актуалізованих знань; усвідомлюваний образ себе й світу; усвідомлення власного «Я»; відображення і творення як взаємодоповнюючі потоки; самотутній спосіб існування людини; рефлексію як осереддя свідомості та механізм пошуку смислів; багатомірну саморефлексію (Фурман, 2017).

В працях М. Папучі (Папуча, 2018) свідомість розглянуто як міжфункціональну динамічну психологічну систему смислів, яка безперервно змінюється та забезпечує «протиставлення (усвідомлення) самого собі» життя людини – її реальності. Важливим при аналізі свідомості М. Папуча вважає врахування такого її параметру, як час. При цьому дія часу суб'єктивно нерівноважна, а тому він може прискорюватися або гальмуватися. Саме тому є підстави вважати, що міжфункціональна психологічна система смислів виступає одночасно і процесом, і структурою, зберігаючи свій багатомірний склад. Важливим показником ефективного співвідношення людини й об'єктивної реальності та передумовою психічного здоров'я людини є, за автором, послідовна безперервна зміна «процес-структура». Питання перебігу часу, його прискорення та гальмування визначається під-періодами свідомості, тобто, тим, чи процесом, чи структурою в певний час життя є свідомість (там само).

В теорії свідомості Ю. Швалба (Швалб, 2004) вона виступає як історично змінна форма психологічного забезпечення життя та життєдіяльності. Свідомість розглядається автором як цілісна та водночас композиційно диференційована структура. Основними функціями свідомості (основними відносинами) є: відображення сукупності життєвих ситуацій і породження продукту трансляції культури. Реалізація цих функцій забезпечує інтеграцію людини з її світом, її суб'єктивну дійсність. Універсальним способом виразу змістів свідомості у формах культури і механізмом перетворення форм культури в змісти свідомості є діяльність.

Свідомість, що організована як процес, є іманентно інтенційною.

Таким чином, теоретична модель свідомості Ю. М. Швалба має двоформатну будову, вона «складається з двох самоцінних моделей: а) моделі свідомості, яка породжує і б) моделі свідомості, яка відображає» (Швалб, 2004). Розвиток свідомості, як справедливо підкреслює автор, відбувається в процесуальному ході послідовного накопичення диференціальних ознак і ускладнення параметрів оцінки ступеня прояву ознак Світу, відкриваючи, а саме, породжуючи нові його грані і підсилюючи здатність його психічного відображення і пізнання.

Перед тим, як звернутися до аналізу моделей свідомості, які наявні сьогодні в зарубіжній психології, коротко розглянемо ті, які традиційно існували в рамках її основних напрямів, що історично сформувались.

Отже, у зарубіжній психології, яка тривалий час знаходилась під впливом біхевіористичних та прагматичних парадигм, свідомість розумілася переважно як індивідуальний феномен, що пов'язаний з накопиченням, трансформацією та організацією досвіду індивіда або як вияв духовного зв'язку між людьми. В одній з широко розповсюджених трактовок свідомості вона визначалася як *спільне знання*.

В психоаналізі свідомість розглядалася як результат перетворення несвідомого в процедурах психотерапії (коли «аналізанд» приходять до такого ж розуміння свого стану, яке розкривається «аналістом»). Інші концепції трактували свідомість як співвіднесення індивідом свого суб'єктивного досвіду з соціально виробленими зразками.

У радикальному біхевіоризмі свідомість виступала як «оперантне обумовлення вербальної поведінки». Б. Скіннер вважав, що свідомість виникає тоді, коли індивід оволодіває мовою, яка властива будь-якій вербальній спільноті людей, та починає виражати свої особистісні стани на рівні знань, якими володіє дана спільнота (саме тоді він і стає свідомим членом цієї спільноти).

На думку S. Duval, R.A. Wicklund, свідомість – це внутрішнє знання чи переконання, яке виявляється передусім у розумінні та оцінці своїх власних станів. Людина – «рефлексивна тварина», яка здатна створювати саму себе за рахунок інтеріоризації спостережень та дій, які реалізуються стосовно неї іншими людьми (Wicklund, Duval, 1971; Wicklund, Prey, 1980). У даному випадку свідомість підмінювалася самосвідомістю.

В працях Н. Fingarette свідомість ототожнювалася з тотальністю вражень, думок та почуттів, що створюють особистість. Іншими словами, це деяка цілісна установка, яка об'єднує епізоди розумового життя індивіда. Єдність свідомості виражає міру «чутливості» особистості по відношенню до її власних досягнень. Всі епізоди розумового життя об'єднуються тому, що вони, здійснюючись в одному і тому ж самому організмі, створюють частину свідомості особистості, яка відтворює їх нібито зсередини (тут досліджуються питання роздвоєння свідомості в стані гіпнотичної дисоціації, «самобрехні», при комісуротомії - розділення мітрального клапана) (Fingarette, 1969). Як видно, свідомість інтерпретувалася як дещо, що витікає з досвіду індивіда, як інтегратор його внутрішнього життя – вражень, переживань, думок.

Сучасні експериментальні і клінічні дослідження намагаються визначити різні аспекти зв'язку мозку та свідомості. М. Велман (Velmans, 2004) вважає, що

проблеми, які створює свідомість, зосереджені навколо чотирьох центральних питань:

- Що таке свідомість?
- Чи є свідомість причинно дієвою? (Is consciousness causally efficacious?)
- Яку функцію виконує свідомість?
- Яке відношення свідомості до мозку?

В інших роботах «свідомість» є синонімом «самосвідомості». Оскільки людина може усвідомлювати багато інших речей, крім себе (інших людей, зовнішнього світу тощо), це визначення є занадто вузьким. Тут під самосвідомістю розуміється особлива форма рефлексивної свідомості, в якій об'єктом свідомості є сама людина або якийсь аспект себе.

Аналізуючі стан розробки проблеми свідомості в зарубіжній психології, Я. Коркос (Коркос, 2022) дійшов висновку, що зарубіжні вчені досі не досягли консенсусу у концептуалізації змісту категорії «свідомість». Підтверджують ці висновки наведені в статті Я. Коркоса дані Баруса про те, що сьогодні нараховано 29 визначень свідомості та виділено 5 спільних дефініцій свідомості: а) властивість організму у робочому стані, яка передбачає реєстрацію, обробку інформації та дії на основі інформації; б) характеристика чіткого знання актуальної ситуації психічних станів чи дій, що виражена у поведінці людини; в) суб'єктивне усвідомлення, яке характеризується інтенціональністю; г) відчуття існування суб'єкта ментальних дій; г) взаєморозуміння або спільне знання декількох суб'єктів у соціальному сенсі.

До того ж Вімал нарахував 40 різних трактувань цього терміна, які можна розділити на визначення, що розглядають свідомість як функцію або як досвід.

З плином часу кількість дефініцій терміна «свідомість» не зменшується, а, навпаки, зростає. Але у даному випадку кількість не означає якість. Передусім йдеться про чіткість визначень свідомості. Останнє можливе лише тоді, коли дослідження цього складного, неоднозначного, феномену будуть досконалішими та якіснішими. Як зазначали Ф. Крік та К. Кош: «Доки проблема не буде зрозуміла набагато краще, будь-яка спроба формального визначення, швидше за все, буде або вводити в оману, або бути надмірно обмежувальною, або і те, і інше» (Crick, 1998).

Розглянемо існуючі в зарубіжній психології визначення свідомості, які також докладно проаналізовані Я. Коркосом (Коркос, 2022). За визначенням словника з

психології Американської психологічної асоціації (АПА), під терміном «свідомість» розуміють: а) стан свідомості; б) усвідомлення організму будь-чого зовнішнього чи внутрішнього відносно себе; в) стан бадьорості; г) у медицині та науці про мозок, характерна електрична активність мозку у стані бадьорості.

М. Велман зазначає, що в літературі є плутанина у визначенні свідомості: «свідомість» є синонімом «усвідомлення» або «свідомого усвідомлення» (іноді «феноменальна обізнаність»). «Зміст свідомості» охоплює все те, що ми усвідомлюємо або переживаємо. До спектра свідомості відносяться не тільки переживання, які ми зазвичай асоціюємо з собою, такі як думки, почуття, образи, сні, тілесні переживання тощо, а також світ (феноменальний світ) за межами поверхні тіла (Velmans, 2004).

Термін «свідомість» також зазвичай використовується для позначення стану неспання. Неспання, сон чи будь-який інший стан, наприклад кома, явно впливає на те, що людина може усвідомлювати, але це не те саме, що свідомість у сенсі «усвідомлення». Під час сну, наприклад, людина все ще може відчувати зоровий і слуховий досвід у формі сновидінь. І навпаки, під час неспання у будь-який момент є багато речей, які людина не відчуває. Отже, у різноманітних контекстах необхідно відрізняти «свідомість» у сенсі «усвідомлення» від неспання та інших станів збудження, таких як сон уві сні, глибокий сон, кома тощо.

Аналогічну точку зору ілюструє Оксфордський словник з психології. У ньому свідомість є типовим психічним станом пробудженої людини. Цей стан характеризується переживанням відчуттів, сприймань, думок, усвідомленням зовнішнього світу, самосвідомості та часто спостерігається у людей і тварин. Але на думку деяких вчених, теза про те, що це психічний стан пробудженої людини, потребує спеціального дослідження, оскільки розвиток технологій з нейровізуалізації уможливив виявлення свідомості й дозволив спілкуватись з пацієнтами у вегетативному стані. До того ж у даному визначенні сутність свідомості розкривається шляхом відділення свідомості від несвідомих феноменів. Водночас таке розуміння уможлиблює припустити наявність свідомості у тварин.

Повертаючись до дефініцій, які пропонує АПА, можна помітити тенденцію зводити свідомість до досить простих та загальних феноменів: стан, усвідомлення або електрична активність мозку. Подібний підхід є яскравим прикладом редукціонізму, про що вже йшлося раніше. Іншим типовим прикладом прояву редукціонізму є визначення свідомості через процеси уваги. Означена тенденція прослідковується в сучасній когнітивній психології, однією з головних цілей якої є надання функціонального опису людського розуму в термінах обробки інформації.

Питання, на які намагаються відповісти представники вказаного напрямку: як усвідомлення пов'язане з обробкою інформації людиною? Чи є свідомість причинно активною у певних формах обробки інформації? Якщо так, то яка його функція?

Зазначимо, що в центрі багатьох психологічних досліджень когнітивної психології все ще знаходяться ідеї, розроблені близько 100 років тому В. Джемсом.

Як відомо, Вільям Джеймс вважав, що поточний зміст свідомості визначає «психологічне теперішнє» і міститься в «первинній пам'яті» (формі короткочасного робочого сховища). Вміст «вторинної пам'яті» (сховища довгострокової пам'яті) визначає «психологічне минуле», і поки він залишається у вторинній пам'яті, він несвідомий. Джеймс також припустив, що стимули, які потрапляють у свідомість, перебувають у центрі уваги, вибрані з конкуруючих стимулів, щоб забезпечити ефективну взаємодію зі світом. Також даються стимули у фокусі уваги значущість і цінність через їхнє контекстне оточення — «потік» свідомості.

Погляди Джеймса на зв'язок свідомості із первинною пам'яттю знову були уточнені Во та Норманом (1965), і були зроблені різні спроби більш точно визначити, як свідомість пов'язана з короткочасною пам'яттю.

Зазвичай вважається, що лише інформація, яка знаходиться в центрі уваги, потрапляє в первинну пам'ять (і свідомість), і в цьому випадку вона може бути пізніше свідомо розпізнана або викликана. Однак існує також багато доказів неявної пам'яті — здатності здобувати та використовувати довгострокову інформацію до або за відсутності будь-якої здатності свідомо запам'ятовувати цю інформацію.

Процеси, які керують тим, як стимули вибираються для фокусної уваги та свідомості, були широко досліджені Черрі (1953) через дослідження «проблеми коктейльної вечірки». У ситуації коктейльної вечірки розмова, на яку ви звертаєте увагу, потрапляє у свідомість, тоді як конкуруючі розмови, здається, утворюють відносно недиференційований фоновий шум. Однак усі мовні хвилі надходять до барабанної перетинки одночасно. Отже, як мозок вибирає необхідне повідомлення з таких складних звукових подразників? У той же час, якщо хтось згадав ім'я в іншій частині кімнати, увага може переключитися. Останнє свідчить про те, що певною мірою аналізуються навіть повідомлення, надіслані без уваги.

Як видно, в працях психологів не лише нівелюється самотійність процесів уваги, а й не враховуються дані, отримані в сучасних нейропсихологічних дослідженнях, які надають значні докази, що увага та свідомість реалізуються через два окремих, розділених нейронних кореляти.

Незважаючи на те, що існують складні філософські конструкти та множинність точок зору щодо свідомості, в словнику АПА виділено дві основні течії: матеріалістичну й іматеріалістичну. Відповідно до першої з них свідомість досліджується ззовні на основі її функцій та поведінки, що включає у себе аналіз фізичних, нейробіологічних та когнітивних процесів (здатність відрізнити стимули, контролювати внутрішні стани, поведінку та реагувати на навколишнє середовище). Друга течія розглядає свідомість зсередини через внутрішній досвід та суб'єктивність, що досліджується за допомогою інтроспекції (Tulving, 1984).

Кембриджський словник із психології тлумачить свідомість як «феномен особистісного, суб'єктивного досвіду. Цей досвід пов'язаний із пам'яттю, уявою чи сенсорною системою та взаємодіє з навколишнім середовищем і фізіологічними станами, що викликає зміни у стані або особливостях суб'єктивного досвіду». На думку Я. Коркоса, це визначення тотожне дефініції психіки як суб'єктивного відображення об'єктивного світу. «Якщо свідомість еквівалентна суб'єктивному досвіду, то сон є свідомим станом, оскільки він містить суб'єктивний досвід переживання і пов'язаний з уявою. Це породжує парадокси» (Коркос, 2022).

Стенфордська енциклопедія з філософії підкреслює, що є декілька дефініцій (сенсів), що використовуються для позначення поняття «свідомість»: а) чутливість як здатність відчувати та реагувати на зовнішній світ; б) бадьорість, тобто стан, в якому організм проявляє активність і протиставляється комі та сну; в) самосвідомість – здатність відображати себе окремо від зовнішнього світу; г) «щось подібне» – критерій філософа Т. Нагеля, що визначає наявність свідомості у істот, що мають дещо подібну до людської систему репрезентації суб'єктивного відображення світу; г) суб'єкт свідомих станів, що припускає виділення критеріїв істоти зі свідомістю; д) перехідна свідомість як свідомість, що спрямована на об'єкт.

Не можна обійти увагою точку зору, яка вважає поняття «свідомість» та «самосвідомість» синонімічними. Відомо, що людина може усвідомлювати багато інших речей, крім себе (інших людей, зовнішній світ тощо), це визначення є занадто вузьким. Про це вже йшлося, коли ми розкривали сенс повноцінного рефлексивного відношення як єдності двох аспектів рефлексії: механізму довільного маніпулювання ідеальними змістами в розумовому плані, заснованому

на переживанні дистанції між своєю свідомістю та її інтенційним об'єктом та спрямованості цього процесу на самого себе як на об'єкт рефлексії. В подальшому, під самосвідомістю ми будемо розуміти особливу форму рефлексивної свідомості, в якій об'єктом свідомості є сама людина або якийсь аспект себе.

В філософських працях Д. Розенталя виділено три найбільш уживані контекстуальні значення терміна «свідомість»: а) опис людини або істоти, що перебуває у стані бадьорості; б) опис людини або істоти, що усвідомлює щось; в) опис властивостей ментальних процесів, що протиставляються несвідомим. Загалом, у філософії найбільш часто вживані лише два значення. У широкому сенсі свідомість припускає рефлексію, самоусвідомлення та набір інтелектуальних здібностей, характерний тільки для людей, у вузькому - вона є здатністю до чуттєвого досвіду.

Деякі науковці визначають поняття «свідомість» досить широко як результат процесів, що відбуваються у головному мозку або як загальний об'єднуючий термін щодо суб'єктивного характеру психічних станів. У даному випадку всі психічні феномени до єдиного – свідомості, а саме поняття «свідомість» редукує до акумуляції психічних процесів.

Згідно теорії ілюзійнізму, суб'єктивний досвід розглядається як ілюзорний феномен, що викликаний фізичними або функціональними станами мозку. Прихильники цієї теорії (Dennet, Frankish, 1996) вважають свідомість квазіфеноменом, який пов'язаний з неправильним трактуванням внутрішніх репрезентацій.

D. Sattin, F. Magnani, L Bartesaghi з колегами виявили 29 різних теоретичних моделей свідомості. За даними цих авторів, свідомість визначають через поняття: «активність», «усвідомлення», «мозок», «збірний», «компонент», «зміст», «події», «зовнішній», «відчуття», «поле», «форма», «функція», «інформація», «інтегрований», «рівень», «психічний», «розум», «нейронний», «об'єкт», «організм», «минулий», «сприйняття», «перцептивний», «фізичний», «можливий», «сила», «процеси», «властивість», «дійсність», «репрезентація», «щось», «простір», «стан», «суб'єктивний», «система», «таламокортикальна», «світ». Найпоширенішими термінами є «інформація», «досвід» та «стан».

Завершуючи огляд стану розробки проблеми свідомості в зарубіжній психології, звернемося до висновку, сформульованого Я. Коркосом, який певною мірою відповідає нашій позиції щодо природи та психологічної сутності свідомості. «...виникнення свідомості може мати різні субстрати для

функціонування, це положення називають «множинною реалізацією». І далі «... свідомість є психічним станом, який характеризується переживанням суб'єктивного досвіду й цілеспрямованою, усвідомленою поведінкою, що забезпечує її підвищену гнучкість та складність. Свідомість уможлиблює свободу вибору, ускладнює соціальну координацію й покращує регуляцію внутрішньо-мотиваційних станів».

Припущення про можливість застосування при аналізі свідомості положення про «множинну реалізацію» дозволяє розглядати її не лише як складний та неоднозначний, але й як багатоаспектний феномен. Дослідження свідомості тривають в різних науках. Тому сьогодні глибокий всеохоплюючий аналіз свідомості, який розкриватиме її з різних боків, із врахуванням позицій багатьох, дотичних до проблематики свідомості, наук навряд чи можливий. Вважаємо за доцільне охарактеризувати свідомість передусім як предмет психологічного дослідження, керуючись переважно ідеями онтологічного підходу. Його головним завданням, як вже зазначалося раніше, є упередметнення свідомості, її структури з метою розв'язання сформульованих нами практичних завдань.

Висловимо нашу позицію щодо можливості існування свідомості у тварин, а точніше, у деяких тварин. У вітчизняній психології загальноприйнята думка про те, що у тварин є психіка, а в людини – свідомість та самосвідомість. На відміну від такої позиції, у світовій психології термін «свідомість» вживається й при аналізі поведінки тварин. Так, W. Banks, спираючись на нейробіологічні дані, поведінкові показники та адаптивну конвергенцію, наводить докази, які підтверджують існування свідомості у тварин (Коркос, 2022). Як демонструє M. Gross, існують вагомі докази присутності елементів свідомості у тварин, з чого науковці припускають існування спектра свідомості з індивідуальними особливостями у різних видів (Gross, 2013). Останнє, на нашу думку, не є порушенням наукових парадигм. Задля підтвердження цього, по-перше, уточнимо, що таке свідомість в широкому сенсі слова, що є її природнім, філогенетичним критерієм, в чому полягає її філогенетична функція.

Філогенетичний критерій свідомості - можливість модифікувати, змінювати впливи середовища; філогенетична функція свідомості відповідно є такою: зміна суб'єктом зовнішнього впливу. Іншими словами, можна стверджувати: якщо суб'єкт модифікував зовнішній вплив, він володіє свідомістю. Зазначений критерій визнано як найширший і у вітчизняній психології. Виходячи з цього, можна припустити існування свідомості у деяких тварин.

По-друге, звернемось до функцій, які виконує свідомість так би мовити «прижиттєво». Якщо в якості одної із перших назвати відображальну функцію, то її виконує будь-яка психіка, незалежно від стадії її розвитку. Пізнавальна функція, забезпечує живій істоті формування у неї уявлення світу. *Уявлення світу* – це первинний рівень свідомості. У нього є заздалегідь філогенетичні передумови: задля того, щоб жити в світі, його необхідно уявляти не обов'язково на рівні знання, знаку. Первинний рівень свідомості можливий тоді, коли у суб'єкта немає мовлення, понять. До того ж у нього відсутня можливість отримувати, формувати та продукувати знання.

Уявлення про світ – це вже знакове уявлення, знання про ту реальність, в якій людина живе та діє. Такий рівневий аналіз свідомості – наявність первинного рівня та вторинного (поняттєвого, знакового) є доцільним для відповіді на запитання, чи є свідомість у тварин.

Водночас слід зауважити, що головною характеристикою свідомості, про яку говорили ще Дж. Локк та В. Вундт, є рефлексивна – здатність до самовідображення. Дозволимо собі ще раз повторити думку М. Чиксентмихайї про те, що «...рефлексивна свідомість на нашій планеті є надбанням лише людини... рефлексивна свідомість являє собою новий орган, своєрідний «мета мозок», який звільнює людину від влади генетичних програм. Рефлексивна свідомість дозволяє нам «писати» власні програми на додаток до генетичних та соціальних програм, які закладаються в нас біологією та культурою. Це дає людині додатковий ступінь свободи».

Отже, багатоаспектність та складність феномену свідомості дають підстави стверджувати, що для виділення свідомості як предмета психологічного дослідження необхідний аналіз її як специфічно людського відображення буття.

1.8. Свідомість як форма відображення дійсності

В чому полягає специфіка свідомості як відображення буття?

1. Свідомість – це *ідеальне* відображення, яке формується та розвивається в процесі історичного розвитку людини.

2. Як ідеальне відображення, свідомість – надбання виключно *суспільної* людини. Розкрити джерела, підґрунтя та рушійні сили розвитку свідомості в межах індивіда неможливо. Щоб зрозуміти природу та сутність свідомості як ідеального відображення буття, необхідно звернутись до аналізу суспільства, об'єктивних

законів його розвитку. Як відомо, всі психічні функції, у тому разі свідомість, народжуються у спільній, сукупній дії індивідів. Важко переоцінити роль спілкування у виникненні та формуванні свідомості. Свідомість, звичайно, це – властивість індивіда, але більшою мірою вона є характеристикою між - та над-індивідних або транс персональних відносин. Інтеріоризації свідомості, проростанню її в індивіді завжди сприяє виникнення та розвиток опозиції: Я – друге Я. Це означає, що свідомість окремого індивіда зберігає свою діалогічну природу й, відповідно, *соціальну детермінацію*. Свідомість є поліфонічною; вона має *діалогічну природу*.

Іншими словами, наша свідомість існує у внутрішньому діалозі: ми усвідомлюємо себе особистістю, виробляємо ставлення до себе опосередковано, формуємо та відстоюємо власні позиції, але це відбувається тоді, коли ми спостерігаємо за собою, спостерігаємо за іншими та уявляємо себе, свій образ в «очах інших». Саме діалогічність свідомості має велике значення у створенні нашого «образу Я» як ядра індивідуальної свідомості особистості.

3. Індивідуальна свідомість формується та розвивається у невід’ємному зв’язку з суспільною свідомістю. Свідомість народжується та формується як психологічний механізм включення індивідуального буття до життя суспільства і, разом з тим, суспільного буття до життя індивіда. Розвиток індивіда як члена суспільства обов’язково передбачає і розвиток його свідомості, тобто ідеальної форми відображення буття. Не оволодівши цією формою, він не може розвиватись як людина, як член суспільства, як особистість.

4. Ідеальне, як таке, народжується лише в процесі *предметно-практичної діяльності* суспільної людини, яка змінює природу. *Перетворювальна* діяльність суспільства зумовила виникнення особливої форми відображення, яке забезпечувало *передбачення* майбутнього її результату, і ця форма виникла та розвивалась саме як ідеальне відображення. Трудова діяльність задалегідь спрямована на результат. Для того, щоб досягнути його, він має бути задалегідь уявним («презентованим») суб’єкту. Ця презентованість і є тим таємним суб’єктивним відчуттям, яке ми називаємо свідомістю. Саме в цьому полягає таємниця свідомості.

5. Усвідомлені образи, якими оперує людина, виступають в функції *ідеальної міри*, що упредметнюється в подальшому в практичній діяльності не лише самої людини, а й інших людей. Ідеальне відображення нібито отримує самостійне існування: людина може «відокремити від себе» ідеальний образ,

упредметнити його (наприклад, у кресленні) та діяти з ним, не торкаючись деякий час до самого об'єкта, що відображений у цьому образі.

Ідея про *самостійність ідеального відображення* є важливою для розуміння законів розвитку людської психіки: кожне нове покоління (та кожен індивід, що належить до нього) застає не лише існуючий до нього спосіб виробництва, а й певну систему суспільних поглядів, норм, ідей тощо. Включаючись до життя суспільства, людина оволодіває продуктами не лише матеріального, але й духовного виробництва. Вирішальну роль в цьому відіграє *мова*.

6. На підставі мови розвиваються й інші способи упредметнювання ідеального – *знакові системи*.

7. Ідеальне матеріалізується в будь-яких продуктах людської праці: у створених людьми предметах, у застиглих властивостях яких (*ruhende Eigenschaften*) зафіксована свідомо діяльність. Саме як продукти праці, вони володіють «ідеальною стороною», яка розкривається через акти їх усвідомленого сприйняття, розуміння та дії з ними.

Свідомість формується, розвивається та виявляється у соціальній за своєю сутністю діяльності. Через діяльність та в процесі діяльності індивід оволодіває тим, що створено суспільством.

8. Як ідеальна форма відображення буття, свідомість має реальний сенс в суспільстві та для суспільства. Саме в суспільстві свідомість виявляється як системна властивість.

9. Свідомість – продукт та результат діяльності органічних систем. До них належать не лише мозок, але й індивід та суспільство. Найважливіша їх властивість – можливість створення функціональних органів, яких їм не вистачає, своєрідних новоутворень, які в принципі неможливо редукувати до тих чи інших компонентів вихідної системи. До числа *функціональних органів* (а не анатомо-морфологічних!) свідомості належать: живий рух, предметна дія, інтегральний образ світу, установка, емоція і т.п., що в сукупності складає *духовний організм*. Саме такий підхід до аналізу механізмів свідомості дозволяє подолати так звану «мозкову метафору» при спробі онтологізації свідомості.

10. Свідомість виступає як *суперпозиція функціональних органів*. Вона, як і будь-який функціональний орган, має властивості, які подібні анатомо-морфологічним органам: вона еволюціонує, інволюціонує, є реактивною та

чутливою. Але вона має і свої власні властивості: *діалогічність, поліфонічність, спонтанність розвитку, рефлексивність*.

Ідея діалогічності та поліфонічності свідомості є дуже важливою для розуміння природи свідомості. «У природному житті свідомості ми утримуємо в мисленнєвому плані одночасно декілька різних позицій, переміщаємо фокус свідомості з однієї на іншу, граємо ними, і ці різні позиції ведуть між собою діалог, а то й полілог» (Гусельцева, 2028) «Свідомість за своєю сутністю множинна. *Pluralia tantum...* Свідомість знаходиться на межі, де зустрічається переживання Я зі Світом, Я із Іншим, Я із іншою неспівпадаючою Свідомістю. Саме така зустріч і є свідомістю, яка культурно-історично зумовлена діалогізмом сутності буття людини, її життям. Простір «Між», межа, зустріч на міжіндивідуальній території є простором культури, а також простором вчинків та подій (ситуацій, явищ) життя. Цей простір детермінує діалогічність всіх проявів життя: питань, розуміння, відповідальності, які мають форму образу, слова, жесту. Саме так формується «діалогічна тканина» життя. Свідомість, що залучена до ситуації стає «розумним почуттям» і «розумною волею» (Каліщук, Сергеєнкова, 2021).

11. Усі функції психіки (когнітивна, регулятивна та комунікативна) набувають нових якісних властивостей з виникненням та розвитком свідомості. Розгляд свідомості як ідеального відображення дозволяє інтерпретувати головні її ознаки не окремо від психічного як такого, а у зв'язку з ним: яких нових ознак набуває психічне відображення у зв'язку з виникненням свідомості? Яких головних характеристик набувають психічні процеси? Якою стає поведінка? В чому полягає специфіка людської комунікації?

Отже, звернемося до характеристики *головних ознак свідомості*.

Перша психологічна характеристика свідомості людини включає *відчуття себе суб'єктом, який пізнає*. При цьому людина усвідомлює себе як істоту, що відокремлена від зовнішнього світу та водночас готова до вивчення і пізнання цього світу, тобто до отримання більш-менш достовірних знань про нього. Людина усвідомлює ці знання як феномени, що відрізняються від об'єктів, до яких вони належать. Людина до того ж може сформулювати ці знання, виразивши їх в словах, поняттях, різноманітній іншій символіці, передати ці знання іншій людині та майбутнім поколінням, зберігати, відтворювати, працювати зі знаннями як з особливим об'єктом.

Як вже було зазначено, свідомість завжди припускає пізнавальне ставлення до предмета, що лежить поза нею. Свідомість – це передусім знання суб'єкта про

оточуючий світ та про себе. Знання повідомляє дещо про предмет, який є зовнішнім по відношенню до того, хто володіє цим знанням. Інакше кажучи, за знанням прихований нерозлучний зв'язок суб'єкта з об'єктом.

Когнітивна функція на рівні свідомості – пізнання в повному сенсі слова, тобто активне, цілеспрямоване набуття знань та створення нових. Знання фіксуються та передаються від людини до людини переважно за допомогою мови, хоча можуть використовуватись й інші засоби. Мова - матеріальний носій знання, форма його існування.

Неправильно обмежувати когнітивну функцію свідомості лише мисленням. Таку тенденцію можна прослідкувати в деяких підручниках. Зокрема, вказується, що, на відміну від відчуттів і сприймань, уявлень і пам'яті, свідоме відображення є осмисленим, словесно-поняттєво означеним. І надалі. У свідомості відображаються не усі й не випадкові, а лише головні, істотні характеристики предметів, подій, явищ, тобто те, що притаманне саме їм та відрізняє їх від інших, зовнішньо схожих на них предметів та явищ. Слова-поняття, які використовуються для позначення того, що усвідомлюється, містять в собі вказівки на загальні та особливі властивості того класу предметів, який відображається в свідомості. Отже, свідомість у даному випадку розглядається як «інтелектуальна психіка». Дійсно, в системі психічних процесів, що реалізуються на рівні свідомості, мисленню належить провідна роль. Але когнітивна функція свідомості реалізується й в процесах чуттєвого пізнання («чуттєва тканина свідомості», про яку писав ще В. Вундт). На рівні свідомості відчуття, сприймання, уявлення набувають категорійності та осмисленості.

Друга важлива психологічна характеристика свідомості – *уявлення про дійсність, яка відсутня у дану мить часу або зовсім не існує* (уява, марення, мрії, фантазії). У даному випадку людина довільно, тобто свідомо, відволікається від сприйняття оточуючого, від сторонніх думок, і зосереджує свою увагу на будь-якій ідеї, образі, спогаді й т. ін., малюючи та розвиваючи в своїй уяві те, що у дану мить вона безпосередньо не бачить або взагалі немає можливості побачити. Про свідоме керування уявленнями та уявою говорять зазвичай тоді, коли вони породжуються та змінюються зусиллям волі людини. За певних умов людина отримує можливість цілеспрямовано управляти психічними процесами (перцептивними, мнемічними тощо). Довільність психіки є головною характеристикою її регулятивної функції на рівні свідомості. Поведінка індивіда реалізується як прояв його волі.

Вже йшлося про те, що свідомість, як і психічне взагалі, служить для регуляції поведінки, для приведення її у відповідність до потреб людей і об'єктивних умов,

в яких вона відбувається. Будь-яка психічна діяльність відбиває об'єктивну реальність, буття й поведінку людини. Свідомість, як специфічна форма їх відображення за допомогою об'єктивованого у слові, суспільно виробленого знання – це, разом з тим, і специфічний спосіб регулювання поведінки, діяльності, вчинків людей, який виявляється в цілеспрямованому характері людських дій – у можливості передбачити результат своєї дії у вигляді усвідомленої мети й спланувати ці дії відповідно до неї.

Згідно культурно-історичної теорії, натуральні процеси перетворюються на вищі, довільно регульовані, завдяки включенню у поведінку спеціально створених стимулів (знарядь, засобів) - знакових систем, серед яких головне місце посідає мова. В результаті цього людина оволодіває власними психічними процесами та своєю поведінкою й отримує можливість саморегуляції. Основною умовою оволодіння своєю поведінкою є спілкування індивіда з іншими людьми.

Знак може стати засобом саморегуляції, коли індивід оволодіває його значенням. Необхідність довільної регуляції власної поведінки зумовлена соціальним буттям індивіда. Включаючись до суспільних відносин, він має регулювати свою поведінку, інакше його життя в суспільстві буде неможливим (або утрудненим).

Рівень розвитку саморегуляції визначається врешті-решт суспільно організованим способом життя індивіда. Про деяку людину говорять, що вона само скерована. Зазначена риса виступає як домінуюча в структурі її характеру.

Третя характеристика людської свідомості – *здатність її до комунікації*, тобто передачі іншим особам того, що усвідомлює дана людина, за допомогою мови та інших знакових систем. «Чим повніше свідомість задіяна в комунікативний процес, тим яскравіше розкривається її суб'єктивність та індивідуальність. Тому розвитково змінна свідомість усе більш індивідуалізується завдяки соціалізації. Розум, як такий, спочатку комунікативний та інтерсуб'єктивний, а всіляка соціальна взаємодія припускає мовне взаєморозуміння» (Гусельцева, 2018).

Без комунікативної функції свідомість не могла б існувати як ідеальна форма відображення буття. Саме ідеальне відображення створює можливість якісно своєрідних форм людського спілкування, разом з тим в процесі спілкування розвивається саме ідеальне відображення.

Комунікативна функція свідомості формується та розвивається в процесі спілкування між людьми. Вона забезпечує обмін ідеями, задумами, діяльностями тощо. Завдяки їй:

- 1) в досвід індивіда включається досвід інших людей;
- 2) відбувається нібито відтворення, відображення властивостей одної людини в іншій;
- 3) здійснюється взаємна регуляція поведінки людей;
- 4) формується ідеальний план діяльності як індивідуальної, так і сумісної;
- 5) суттєво підвищується «потужність» і адекватність випереджаючого відображення;
- 6) індивід звільняється від необхідності повторювати у своєму розвитку шлях, який пройшло суспільство;
- 7) розвивається самосвідомість особистості.

На додаток можна виокремити ще одну особливість людської свідомості – *наявність у ній інтелектуальних схем*. Схемою позначено певну розумову структуру, відповідно з якою людина сприймає, переробляє та зберігає інформацію про оточуючий світ та про саму себе. До складу схем входять правила, поняття, логічні операції, які використовуються людьми для упорядкування інформації, що є в них, у тому разі, відбір, класифікацію інформації, віднесенню її до тієї чи іншої категорії.

Отже, можна зробити такі *висновки*:

1. Свідомість – це особливий рівень відображення. Одночасно вона не є деяким додатковим поверхом, який надбудовується над сенсорно-перцептивним, словесно-логічним рівнями психічного відображення та рівнем уявлення. Свідомість – це не дещо, що стоїть понад відчуттям та мисленням, це осмислене відображення зовнішнього світу, яке здійснюється через них. Свідомість характеризує якість різних рівнів психічного відображення, їх ідеальну форму, яка засвоюється індивідом в процесі його розвитку в суспільстві.

2. Свідомість – відображення буття, але вона не є його прямим «відбитком». Це не тінь, яка прямо повторює буття. Свідомість співпадає з буттям лише у глобальному масштабі. Свідомість орієнтована і на перетворення дійсності тощо.

3. В процесі розвитку індивіда формується внутрішня зв'язність свідомості, своєрідна «власна логіка». Ідеальна форма відображення дає суб'єкту відносну незалежність від безпосереднього моменту. Його поведінка в кожному мить визначається не лише цим моментом, але також і попередньою історією та уявленнями про майбутнє, задумами, цілями, спогадами, світоглядом, тобто «внутрішнім світом» особистості, її інтегральним образом світу.

4. Основними характеристиками свідомості є: активність, ідеальна форма відображення, внутрішня зв'язність; рефлексивність, діалогічність, поліфонічність, спонтанність розвитку; реактивність, чутливість.

Аналіз свідомості як ідеального відображення дійсності, надає можливість чіткіше окреслити ту предметну область, яка є свідомістю у власному сенсі слова. З цією ж метою досліджуються процеси формування образу світу, походження та розвитку довільних рухів та дій, запам'ятовування та відтворення, мисленнєвої діяльності, різних форм спілкування, особистісно-мотиваційної сфери, переживань, афектів, емоцій, але результати цих досліджень є побічними результатами знань про свідомість. Виникає нагальна потреба скласти їх у цілісну свідомість, оскільки в кожному конкретному випадку вона виникає та зникає. Іншими словами, необхідно побудувати структуру свідомості, в якій виявляються її найважливіші функції та властивості.

Зазначимо, що пошук відповідей від третьої особи на запитання на кшталт: що робить свідомість, яка її структура, як вона змінюється з часом? вчені відносять до «легких» проблем.

1.9. Структура свідомості

Складність та неоднозначність феномену свідомості обумовлює складність її структури, відносно якої серед науковців немає одностайної думки. Дискутуються питання не лише природи та психологічної сутності свідомості, а й питання її механізмів, властивостей та структури.

Зокрема, в психологічній літературі можна знайти такі рівні свідомості та їх елементи.

1. Базовий і найбільш давній рівень свідомості утворює чуттєво-афективний пласт, до якого належать: відчуття, сприйняття, уявлення, афекти.
2. Ціннісно-вольовий рівень, до складу якого входять: воля, емоції, мотиви, інтереси, потреби, цінності

3. Абстрактно-логічне мислення. Це найважливіший пласт свідомості, який виступає в таких формах, як поняття, судження, умовиводи та різні логічні операції.
4. Самосвідомість і рефлексія.

На нашу думку, вищенаведена структура свідомості лише частково висвітлює специфічні властивості свідомості як самостійного психологічного явища. Погляд на свідомість, відображений у сформульованих нами вище висновках, дозволяє розглядати її не як «без'якісну» сутність, а як особливе психологічне утворення, що має своєрідну структуру та виконує специфічні функції в житті людини. Пропонуємо розглянути структуру свідомості, яка є більш релевантною нашому уявленню про цей складний та неоднозначний феномен.

Отже, структура свідомості складається з трьох шарів та вміщує буттєвий (екзистенційний), рефлексивний та духовний шари. Буттєвий шар акумулює «біодинамічна тканина» дії та «чуттєва тканина» образу. Рефлексивний шар створюють взаємодіючі між собою «значення» та «смисли». Духовний шар складають взаємодіючі «Я» і «Ти (інший)».

Теоретичним обґрунтуванням цієї структури свідомості є:

1. Думка Л. Фейєрбаха щодо існування свідомості нібито в двох іпостасях: для самої себе («свідомість для свідомості») и для буття («свідомість для буття») дозволяє припустити, що наявні не дві свідомості, а єдина свідомість, в якій існують два основних шари : буттєвий та рефлексивний. Їх конституують три основних складових: чуттєва тканина образу, значення та смисл.

2. Наявна в психології ідея про виникнення свідомості в історії людства у сумісній діяльності людей. Експериментально встановлені факти: про сприйняття та мислення як сенсорні та розумові дії ; про запам'ятовування як мнестичну дію; про дію як вихідну клітинку, з якої розвивається усе психічне життя людини. Все зазначене створює підстави для включення до структури свідомості важливої складової – біодинамічної тканини руху та дії.

З погляду автора вказаної структури, вона складається з трьох шарів та «вміщує буттєвий (екзистенційний), рефлексивний та духовний шари. Буттєвий шар акумулює «біодинамічна тканина» дії та «чуттєва тканина» образу. Рефлексивний шар створюють взаємодіючі між собою «значення» та «смисли». Духовний шар складають взаємодіючі «Я» і «Ти (інший)» (Каліщук, Сергеєнкова, 2021).

Усі ці компоненти взаємопов'язані та обумовлюють існування цілісної свідомості. Розглянемо кожну зі складових свідомості окремо. Почнемо цей розгляд із значення.

Термін «значення» у повсякденній мові вживається як значення слова або як змісти суспільної свідомості, що засвоюються індивідом. Значенням слова позначають той зміст, який вкладається в них носіями мови. Значення включають до себе різноманітні відтінки у вживанні слів і найкраще вони виражені у різних тлумачних загальноновживаних та спеціальних словниках. Система словесних значень існує незалежно від свідомості кожної окремої людини.

Поняття *значення* фіксує, що свідомість людини розвивається не в умовах робінзонади, а всередині культурного цілого, в якому кристалізований досвід діяльності, спілкування та світосприйняття, який індивіду потрібно не лише засвоїти, але й побудувати на його основі власний досвід.

Можна виділити кілька точок зору на значення. Їх розглядають як: форму свідомості, тобто усвідомлення людиною свого людського буття; реальну психологічну одиницю свідомості; факт індивідуальної свідомості; шабель суспільної свідомості. Різними є і класифікації видів значень. Найважливішою серед них є поділ значень на операційні, предметні та вербальні. Дана класифікація відображає послідовність виникнення значень в онтогенезі тощо. Операційні значення зв'язують їх з біодинамічною тканиною, предметні – з чуттєвою, вербальні – переважно зі смислом.

Значення, як утворююча рефлексивного шару свідомості, виявляють себе в *ідеях, поняттях, буденних та наукових знаннях*.

Поняття *смысл* відноситься як до сфери свідомості, а також і до сфери буття. Воно вказує на те, що індивідуальна свідомість не зводиться до безособового знання, що вона належить живому суб'єкту та є реально включеною о системи його діяльності, а тому вона завжди є пристрасною, коротшою. Свідомість – це не лише знання, а й відношення. Іншими словами, поняття *смыслу* означає, що індивідуальна свідомість укорінюється у бутті людини, поняття *значення* - підключення цієї свідомості до суспільної свідомості, до культури.

Смисли вивчають двома шляхами: 1) через аналіз процесів витягування смислів із ситуації; 2) через «вчитування» їх в ситуацію. Приклад: вечерея при свічках, яку організувала для чоловіка жінка. Чоловік намагається зрозуміти, що б це означало? який сенс вкладає жінка у цей «захід»? Жінка ж створює цю ситуацію

з певною метою, намагаючись або щось почути від чоловіка, або щось продемонструвати йому... Чоловік, таким чином витягує смисл із ситуації, а жінка наповнює ситуацію смислом.

Смисли і значення зв'язані з усіма компонентами структури свідомості. Але найбільш очевидними є відношення між значеннями та смислами, які існують в рефлексивному шаблі свідомості. Вони характеризуються за ступенем адекватності. Прикладами можуть бути: повна дисоціація смислів та значень у клініці; запам'ятовування великих масивів інформації, позбавленої смислу, мнемоністами, які, водночас, відчувають труднощі вичерпування смислу з організованої інформації, де смисл є очевидним; застосування у деяких техніках комічного прийому семантичного зсуву.

На особливу увагу заслуговують процеси взаємної трансформації значень та смислів (*означення смислів та осмислення значень*). Вони складають сутність діалогу та є засобом, який забезпечує взаєморозуміння. У місці зустрічі процесів означення смислів та осмислення значень породжуються спів-значення. Подібні зустрічі відбуваються автоматично. Насправді завжди має місце полісемія значень та полі значність смислів, надлишкове поле значень та надлишкове поле смислів. Подолання цього на полюсах зовнішнього або внутрішнього діалогу є важким завданням.

Смисл, як структурний елемент рефлексивного шару свідомості, виявляється в *цінностях, переживаннях, емоціях та афектах*.

Як відомо, рух та дія мають зовнішню та внутрішню форму. *Біодинамічна тканина* – це зовнішня форма живого руху, яка спостерігається та реєструється. Традиційно вона розглядалась як функціональний орган індивіда. Використання для його характеристики терміну «тканина» означає, що це – матеріал, з якого будуються цілеспрямовані, довільні рухи та дії. Міра їх побудови та сформованості зумовлює міру складності внутрішньої форми, внутрішньої картини таких рухів та дій. Вона заповнюється когнітивними, емоційно-оцінними, смисловими утвореннями.

Справжня доцільність та довільність рухів і дій можлива тоді, коли слово входить в якості складової до внутрішньої форми чи картини живого руху. Чисту, позбавлену внутрішньої форми, біодинамічну тканину можна спостерігати при моторних персевераціях, у квазіміміці, у хаотичних рухах немовляти й т.п. Біодинамічна тканина є надлишковою стосовно засвоєних скупих, економних рухів, дій, жестів.

Біодинамічна тканина руху та дії, як складова буттєвого щаблю свідомості презентує себе через *виробничу, предметно - практичну діяльність*.

Чуттєва тканина є будівельним матеріалом образу. Експерименти, які доказують її наявність: при стабілізації зображень стосовно сітківки, яка (стабілізація) забезпечує незмінність стимуляції, спостерігач по черзі може бачити зовсім різні зорові картини (то пласке, то об'ємне зображення; то нерухоме, то таке, що рухається). У функціональних моделях зорової короткочасної пам'яті чуттєва тканина локалізується в сенсорному регістрі та іконічній (грец. «eikon» - зображення) пам'яті. У цих блоках міститься надлишкова кількість чуттєвої тканини. Для побудови образу використовується, швидше за все, лише її мала частина.

Як біодинамічній, а також і чуттєвій тканині, з яких складається «матерія» руху та образу, властиві реактивність, чутливість, пластичність, керованість. Обидві ці тканини тісно пов'язані із значенням та смислом. Складні та цікаві відношення існують між двома видами тканини. Їм властива зворотність, вони трансформуються одна в одну. Розгорнутий у часі рух, який відбувається у реальному просторі, трансформується у симультанний просторовий образ, який нібито позбавлений координати часу. Зупинка, як накопичений рух, сприяє тому, що образ отримує свого роду енергетичний заряд, стає напруженим, готовим до реалізації.

У свою чергу, просторовий образ може розгорнутись у часовий малюнок руху. Суттєва характеристика взаємовідносин біодинамічної та чуттєвої тканин: їх взаємна трансформація є засобом подолання простору та часу, обміну часу на простір і навпаки.

Чуттєва тканина – друга складова буттєвого шару – маніфестує себе в *уявленнях, уяві, культурних символах та знаках*.

Які завдання розв'язуються на буттєвому рівні свідомості? Відомо, що суб'єкт володіє простором сформованих образів, більшість яких є полі значними, тобто містять в собі не одне-єдине предметне значення. За аналогією, простір засвоєних рухів та предметних дій є полі функціональним: кожне з них містить в собі не одне операційне значення. Отже, для ефективної у тій чи іншій ситуації поведінки необхідна актуалізація потрібного у дану мить образу та потрібної моторної програми. Як першій, а також і друга мають бути адекватними ситуації. Але навіть правильно обраний образ має надлишкове число ступенів свободи стосовно оригіналу, яке має бути подоланим. За аналогією, при реалізації моторної програми

має бути подоланим надлишкове число ступенів свободи кінематичних ланцюгів людського тіла. Іншими словами, дві вільних системи під час своєї взаємодії при здійсненні сенсомоторних координацій стають жорсткими, однозначними: лише у цьому випадку поведінка буде адекватною ситуації, стане вписаною до неї, розв'яже смислове завдання. Але для цього образ дії має бути вписаним до образу світу або до частини образу, яка потрібна для здійснення поведінки.

Таким чином, завдання, що розв'язуються на буттєвому рівні, завжди мають сенс. На рефлексивному вони можуть бути позбавленими сенсу. Координація діяльності обох рівнів свідомості є важливою в організації поведінки людини.

Виникає закономірне питання: чи можна вивчати вищеописані компоненти структури свідомості?

Сторонньому спостерігачеві та різним формам реєстрації й аналізу доступні біодинамічна тканина та значення. Частково доступні – чуттєва тканина та смисл. Висновки про останні можна робити на основі непрямих даних: поведінки, продуктів діяльності, вчинків, звітів про самоспостереження, витончених експериментальних процедур, психоаналітичної та психотерапевтичної практики тощо. Чуттєва тканина частково маніфестує себе у біодинамічній, смисли – у значеннях. Як біодинамічна тканина, а також і значення виявляються перед стороннім спостерігачем лише у своїй зовнішній формі. Внутрішню форму руху, дії доводиться розшифровувати, реконструювати. Найскладнішим є дослідження смислу, хоча він присутній не лише у всіх компонентах структури, але й у продуктах діяльності людини.

Важливо пам'ятати про те, що образ світу і смисл не можуть існувати поза біодинамічною тканиною рухів та дій, у тому разі перцептивних та розумових, поза значеннями та матерією мови. За своєю природою смисл є *компліментарним*: він завжди є смислом будь-чого (образу, дії, значення, нарешті життя). З них він витягується, у них він вкладається.

Буттєвий щабель свідомості несе на собі відбитки розвиненої рефлексії, містить в собі її виток та початок. Смилова оцінка включена до біодинамічної та чуттєвої тканини. Вона часто відбувається не лише під час, а й до формування образу або здійснення дії. Дослідження свідчать про те, що біодинамічна тканина руху не лише пов'язана з чуттєвою тканиною, але має і власну чутливість. Остання є неоднорідною: має місце чутливість до ситуації та чутливість до здійснюваного або потенційного руху. Ці дві форми чутливості реєструються зі зсувом по фазі. Їх чергування у часі здійснення руху відбувається 3-4 рази за секунду. Таке

чергування забезпечує основу елементарних рефлексивних актів, мета яких - співставлення ситуації з проміжними результатами дії та можливостями її продовження.

Таким чином, рефлексивний шар свідомості одночасно є спів буттєвим. У свою чергу, буттєвий шар не лише відчуває на собі вплив рефлексивного, але й сам має зародки або вихідні форми рефлексії. Тому буттєвий шар свідомості можна позначити як спів рефлексивний. Кожен з шарів несе відбиток іншого. У протилежному випадку вони б не могли взаємодіяти і навіть впізнавати один одного.

Вищевказані взаємозв'язки забезпечують існування *цілісної свідомості* як деякого вихідного феномену, аналіз якого дозволяє охарактеризувати *розірвану свідомість*. Остання формується при гіпертрофії у розвитку різних утворень, з яких складається цілісна свідомість, послабленні або, навіть, розриві зв'язку як між шарами (буттєвим та рефлексивним), а також між їх утвореннями (значеннями та смислами, рухами та образами).

Можливість цілісної свідомості, яка виникає як результат споріднення її буттєвого та рефлексивного шарів, обумовлена спільним культурно-історичним генетичним кодом. Він закладений у соціальній (сукупній) дії, якій властиво породжувати.

Водночас образи, смисли, значення народжуються в дії, але вони не зводяться до неї. Іншими словами, образи, смисли та значення виводяться з дії, але не зводяться до неї. Набуваючи нових властивостей, вони уособлюються від дії та починають розвиватись за своїми законами. Остання обставина дає підстави розглядати їх як відносно самостійні складові свідомості.

Але спільність генетичного коду для всіх утворюючих свідомості створює потенційну можливість цілісної свідомості. Ця ж спільність лежить в основі взаємних трансформацій компонентів свідомості не лише в межах кожного щаблю, але й між щаблями: образ осмислюється, смисл втілюється в образі, слові, вчинку, дія та образ означаються тощо.

Прикладом таких трансформацій є щоденник, в якому дружина зображує свого чоловіка як чудовисько: вербалізація чуттєвої тканини – у автора щоденника; трансформація тексту у хмару спостережень – у читача; нарешті, ця хмара трансформується в афективно-смісловий згусток.

Іноді такі трансформації відбуваються повільно, болісно, іноді – миттєво та переживаються як інсайт. Динаміка утворюючих, їх взаємодія та взаємні трансформації під час знаходження або втілення сенсу нагадують «вихровий рух» Декарта. Частіш за все цей рух не даний у самоспостереженні або даний дуже фрагментарно. Деяке уявлення про нього дають кошмарні сновидіння, штучно викликані змінені стани свідомості тощо.

Таким чином, суб'єктивність є системотвірним вектором розвитку свідомості. Її «репрезентують «чуттєва тканина», «смысл» та «Я» («Я – концепція»). Зазначимо, що «проблема суб'єктивності людського досвіду виходить в сучасній психології на передній план» (Гусельцева, 2018). Об'єктивний вектор складається з біодинамічної тканини, значення та «Ти – Інший» як відображення «Я». А смысл є центром системи свідомості в силу її поліфонії, полісемії, а головне, поліцентрованої її конструкції» (Каліщук, Сергєєнкова, 2021).

1.10. Функції свідомості

Структурні елементи свідомості перебувають у взаємозв'язку та взаємодії і забезпечують свідомості ряд життєво важливих для людини функцій. Головними функціями свідомості є *рефлексивна* та *пізнавальна*, або відображувальна, функція, тобто здатність індивідуума отримувати знання про навколишній світ і про себе. Аналізу рефлексивної функції ми вже приділили достатньо уваги раніше. Розглянемо пізнавальну функцію докладніше.

Як пізнавальна діяльність свідомість починається з чуттєво-образного пізнання і сягає аж до абстрактного мислення. На етапі чуттєвого (емпіричного) пізнання накопичується різноманітний фактичний матеріал, який пізніше узагальнюється за допомогою абстрактного мислення, проникаючи таким чином у суть найскладніших явищ і встановлюючи об'єктивні закономірності, яким вони підлягають. Ця функція є всеохоплюючою, і з неї впливають всі інші.

Пізнавальна функція має не пасивний, а активний, евристичний характер, тобто у свідомості є властивість випереджального відображення дійсності. Пізнавальна функція свідомості обумовлює акумулятивну (накопичувальну) функцію. Вона полягає в тому, що в пам'яті людини накопичуються знання, отримані нею не тільки з безпосереднього, особистого досвіду, а й такі, що здобуті її сучасниками або попередніми поколіннями людей. Ці знання в міру необхідності актуалізуються, відтворюються і слугують засобом реалізації інших функцій

свідомості. Що багатша пам'ять людини, то легше їй прийняти оптимальне рішення.

Ще однією функцією свідомості є *функція аксіологічна (оціночна)*. Людина не тільки дістає дані про зовнішній світ, а й оцінює їх з точки зору своїх потреб і інтересів. Свідомість, з одного боку, є формою об'єктивного відображення, формою пізнання дійсності як незалежної від людських прагнень та інтересів. Результатом і метою її як пізнавальної діяльності є отримання знань, об'єктивної істини. З другого боку, свідомість вбирає в себе прояв суб'єктивного до дійсності як до світу свого життя, його оцінку, усвідомлення свого знання і себе. Результатом і метою ціннісного ставлення до світу є осягнення сенсу існуючого, міри відповідності світу та його проявів людським інтересам. Якщо мислення, пізнавальна діяльність потребує здебільшого ясного вираження знання, дотримання логічних схем оперування ними, то ціннісне ставлення до світу і його усвідомлення вимагає особистих зусиль, власних роздумів і переживання істини.

Оціночна функція безпосередньо переходить у функцію цілепокладання (формування мети). Здатність до цілепокладання - це специфічно людська здатність, що становить кардинальну характеристику свідомості. Ціль - це ідеалізована потреба людини, яка знайшла свій предмет; це такий суб'єктивний образ предмета діяльності, в ідеальній формі якого передбачається результат діяльності людини. Цілі формуються на базі всього сукупного досвіду людства і сягають вищих форм прояву у вигляді соціальних, етичних, естетичних та інших ідеалів. Цілеспрямована діяльність людини обґрунтована невдоволеністю людини світом і потребою змінити його, надати йому такої форми, яка необхідна людині, суспільству.

Вищі можливості свідомості виявляються у *творчій (конструктивній) функції*. Цілепокладання, тобто усвідомлення того, «для чого» і «заради чого» людина здійснює свої дії, - необхідна умова будь-якого свідомого вчинку. Проте, як зазначав ще Гегель, суть справи вичерпується не своєю ціллю, а своїм здійсненням. Реалізація цілі передбачає застосування певних засобів, тобто того, що створюється і існує заради досягнення цілі. Людина створює те, що природа до неї не породжувала. Вона створює принципово нове, будує новий світ.

Дуже важливою є *функція комунікативна (зв'язку)*. Вона зумовлена тим, що люди беруть участь у спільній праці і потребують постійного спілкування. Цей зв'язок думок здійснюється через мову (звукову), технічні засоби (тексти, закодовану інформацію). Слід мати на увазі, що в письмових текстах (книгах, журналах, газетах тощо) викладені не знання, а лише інформація. Щоб інформація

стала знаннями, вона повинна бути суб'єктивованою. Ось чому поширення газет, журналів є лише умовою, але не гарантією того, що викладена в них інформація стане знаннями. Необхідні додаткові зусилля, спрямовані на перетворення інформації на знання, - суб'єктивне надбання.

Завершує логічний цикл *регулятивна (управлінська) функція*. На підставі оцінки факторів і відповідно до поставленої мети свідомість регулює, упорядковує дії людини, а потім і дії людських колективів. Регулятивна функція свідомості вплетена у взаємодію людини з навколишнім середовищем і виступає у двох формах: спонукальної та виконавчої регуляції. Ідейний зміст спонукальних мотивів поведінки та діяльності людей має дуже важливе значення. У міру того, як ідеї набувають спонукальної сили, людина здійснює вчинки свідомо, цілеспрямовано, за своїми переконаннями. Виконавча регуляція приводить діяльність людей у відповідність з їх потребами, забезпечує розміреність мети і реальних засобів її регуляції.

Отже, виконання свідомістю вищезазначених функцій надає їй важливу роль у психічному житті людини та забезпечує її вплив на сприйняття людиною світу, пізнання, спілкування та діяльність. Зазначені функції роблять свідомість складною та багатогранною і сприяють вирішенню різних завдань у щоденному житті та науковій діяльності. Усі ці функції спільно створюють багатогранну інтелектуальну систему, яка допомагає людині адаптуватися до навколишнього світу, розуміти себе та інших, творити нове і досягати поставлених цілей. Свідомість є ключовим аспектом психічної діяльності та важливим інструментом для розвитку та досягнення успіху в різних сферах життя.

Яке місце посідає свідомість в категоріальному складі психологічної науки: належить вона до базисних чи до мета психологічних категорій?

Ми погоджуємось з тим, що мета психологічна категорія «свідомість» є розвитком базисної психологічної категорії «образ».

Питання про те, що «свідомість» - мета психологічний еквівалент базисної категорії «образ» - є об'єктом дискусій. Точка зору, яку ми виклали раніше та згідно якої свідомість - це картина світу, яка безпосередньо відкривається суб'єкту, до якої включений він сам, його дії та його стани; свідомість – це відношення до дійсності, підлягає критиці. Прихильники іншої (по відношенню до вищевказаної) позиції стверджують, що свідомість не є «відношенням до дійсності. Вона є «сукупністю відношень в системі інших відношень», «не має індивідуального існування або надіндивідуального представництва». Іншими словами, свідомість

не є образом. Таке розуміння, на думку деяких вчених, зумовлено обмеженим уявленням про категорію «образ», що пов'язане із втратою зв'язку між поняттям «образ» та «ідея». Ідея – це образ (думка) в дії, продуктивна уява, яка формує свій об'єкт. В ідеї долається опозиція суб'єктивного та об'єктивного. Тому є підстави вважати, що «ідеї створюють світ». Відкриваючи в образі те, що характеризує його з боку дійовості (мотивів, відношень, переживань індивіда), ми визначаємо його як свідомість.

Отже, *свідомість* – це цілісний *образ* дійсності (що, у свою чергу, означає область людської дії який реалізує *мотиви* та пов'язаний з *переживанням* поза знаходження світу, в якому існує суб'єкт. Як видно, ядром визначення категорії свідомості у даному випадку є базисна категорія «образ». Категорії «дія», «мотив», «відношення», «переживання», «індивід» - ті, що оформлюють. Іншими словами, оскільки в ідеї імпліцитно презентований поштовх до дії, категорія свідомості фіксує та розкриває *дійовий аспект образу*.

1.11. Свідоме та несвідоме. Класифікація видів несвідомих психічних явищ.

Свідомість не є єдиним рівнем, на якому представлені психічні явища. Далеко не все, що сприймається та управляє поведінкою людини, актуально усвідомлюється нею. Крім свідомості, у людини є і несвідоме. До нього належать ті психічні явища, які за своїм впливом на поведінку схожі на усвідомлені, але актуально людиною не рефлексуються, тобто не усвідомлюються.

Загалом, свідомі психічна активність відрізняється від несвідомої чотирма головними ознаками:

1. На першому рівні людина усвідомлює час, місце та обставини, в яких вона знаходиться, на другому – ні.
2. На першому рівні людина звітує перед собою про виконувані дії, на другому – не здатна до такого самозвіту.
3. На першому рівні людина управляє своєю психічною активністю, на другому вона є імпульсивною.
4. На першому рівні домінуючою формою регуляції психічної активності є мовленнєва (другосигнальна), на другому – образна (першосигнальна).

Несвідомий початок презентовано практично у всіх психічних процесах, властивостях і станах людини. Існують несвідомі відчуття, до яких належать

відчуття рівноваги, пропріоцептивні (м'язові) відчуття. До того ж можна говорити про несвідомі зорові та слухові відчуття, які викликають мимовільні рефлексивні реакції у зоровій та слуховій центральних системах.

Неусвідомлені образи сприймання існують і виявляються в феноменах, пов'язаних з впізнанням раніше побаченого, з почуттям знайомості, яке виникає у людини при сприйманні будь-якого об'єкта, предмета, ситуації.

Несвідома пам'ять – це та пам'ять, яка зв'язана з довготривалою та генетичною пам'яттю. Йдеться про пам'ять, яка управляє мисленням, увагою, увагою, визначаючи зміст думок людини у даний момент часу, її образи, об'єкти, на які спрямовано увагу. Несвідоме мислення найяскравіше виявляється в процесі розв'язання людиною творчих задач, а несвідоме мовлення – це внутрішнє мовлення. Висунуто припущення, що несвідома (підсвідома) мисленнєва діяльність відрізняється від свідомої швидкоплинним перебігом та нагадує внутрішнє мовлення. Людина думає нібито скорочено, фрагментами, пропускаючи деякі деталі. При цьому загальмованими є ті ділянки мозку, які зв'язані з критичною оцінкою інформації. Саме в свідомості на нас тисне вантаж звичних уявлень, знань. В несвідомому мисленні такий тиск відсутній, завдяки чому мозок творить легко та вільно.

Несвідоме в особистості людини – це ті властивості, інтереси та потреби, наявність яких в себе людина не усвідомлює, але які їй при цьому притаманні та виявляються у різноманітних мимовільних реакціях, діях, психічних явищах. Вагомий внесок у розробку проблематики особистісного несвідомого зробив З. Фрейд. Якось Фрейд помітив, що перед дверима певних своїх клієнтів він дістає свій власний ключ. Проаналізувавши це, він зрозумів, що у гостях цих клієнтів він відчуває себе як вдома. Такі викривлення, особливо їх змістовий характер, не є випадковими. На думку З. Фрейда, в них виявляються мотиви, думки, переживання, які приховані від свідомості особистості.

Одною з груп таких явищ є помилкові дії: обмовки, описки, помилки при написанні та слуханні слів. В основі другої групи несвідомих явищ лежить мимовільне забування імен, обіцянок, намірів, предметів, подій та усього того, що прямо чи непрямо пов'язане з неприємними переживаннями людини. Третя група несвідомих явищ особистісного характеру належить до класу уявлень і зв'язана і сприйманням, пам'яттю та увагою: сновидіння, марення, мрії.

Обмовки – несвідомо детерміновані артикуляційні мовленнєві дії, що зв'язані з викривленням звукової основи та сенсу слів, які вимовляються людиною.

Наприклад, якщо хтось не бажає приймати участь та вести засідання то замість того, щоб сказати: «Дозвольте вважати наше засідання розпочатим» може сказати: «Дозвольте вважати наше засідання закінченим». Або, якщо людина пише, що дуже радіє чомусь але це кривда, вона може помилково написати «не радію». Зокрема, обмовки виникають через зіткнення неусвідомлених намірів людини, інших її спонукань з метою поведінки, яка є свідомо поставленою та одночасно протилежною прихованому мотиву. Якщо ж підсвідоме перемагає над свідомим, виникає обмовка. Такий психологічний механізм лежить в основі всіх помилкових дій: вони «виникають завдяки взаємодії, а краще сказати, протидії двох різних намірів» (Фройд, 2021).

Забування імен зв'язане з неприємними почуттями людини, яка забуває, відносно людини, яка має це ім'я, або подій, що асоціюються з цим ім'ям. Таке забування зазвичай відбувається проти волі людини, яка говорить. Дана ситуація є характерною для більшості випадків забування імен. Друга група це мимовільне забування: імен, обіцянок, намірів, предметів, подій та іншого, що прямо або побічно пов'язане для людини з неприємними переживаннями

Ще сам Фрейд якось поспорив з другом про кількість ресторанів у знайомій їм місцевості. Фрейд стверджував, що їх два, а знайомий – три. Потім виявилось, що дійсно три, але Фрейд зовсім забув, бо ресторан називався так само, як й ім'я колеги Фрейда, з яким він був у поганих відносинах.

Інший випадок, коли на екзамені друг Фрейда на питання, чи знає він послідовників певного філософа, відповів, що звісно, та назвав його учня, ім'я якого він якось випадково почув в кафе. На питання ж, звідки знає, відповів, що навмисно цікавився. У подальшому він постійно забував ім'я цього учня через несвідоме почуття провини.

Сновидіння – особлива категорія несвідомого. Зміст сновидінь, за Фрейдом, пов'язаний з несвідомими бажаннями, почуттями, намірами людини, її незадоволеними або не повністю задоволеними важливими життєвими потребами.

Справжній, усвідомлений зміст сновидіння не завжди, за виключенням двох випадків, відповідає прихованим, несвідомим намірам та цілям тієї людини, якій це сновидіння належить. Ці два випадки – дитячі сновидіння дошкільнят та інфантильні сновидіння дорослих людей, що виникли під впливом емоціогенних подій минулого дня, які безпосередньо передували сну.

За своїм сюжетно-тематичним змістом сновидіння майже завжди пов'язані з незадоволеними бажаннями та є символічним засобом усунення імпульсів, які породжені цими бажаннями та які порушують нормальний сон. У сні незадоволені бажання отримують реалізацію у вигляді галюцинацій. Якщо ж відповідні мотиви поведінки неприйнятні для людини, то їхній справжній прояв навіть у сні блокуваний засвоєними нормами моралі, так званою цензурою. Дія цензури викривлює, заплутує зміст сновидінь, роблячи їх алогічними, незрозумілими та чудними. Завдяки несвідомому зміщенню акцентів, заміні та перегрупуванню елементів справжній зміст сновидіння під впливом цензури стає зовсім несхожим на приховані у сновидінні думки. Задля їхнього розшифрування потрібна спеціальна інтерпретація, що має назву психоаналіз.

Власне цензура є несвідомим психічним механізмом і виявляється в пропущеннях, модифікаціях, перегрупуванні матеріалу пам'яті, сновидінь, уявлень. Підсвідомі думки, за Фрейдом, перетворюються в сновидіннях на зорові образи, що може бути прикладом несвідомого образного мислення.

Несвідомі явища разом з перед свідомими управляють поведінкою, при цьому їхня функціональна роль є різною. Свідомість управляє найскладнішими формами поведінки, які потребують на постійну увагу та свідомий контроль. Свідомість вдається до дії в наступних випадках: (а) коли перед людиною постають неочікувані, інтелектуально складні проблеми, які не мають очевидного вирішення, (б) коли людині потрібно подолати фізичний або психологічний опір на шляху руху думки чи тілесного органу, (в) коли потрібно усвідомити та знайти вихід з будь-якої конфліктної ситуації, яка сама собою розв'язатись поза вольовим рішенням не може, (г) коли людина неочікувано опиняється в ситуації, яка містить в собі потенційну загрозу для неї, якщо вона не буде раптово діяти.

Несвідоме регулює:

1. Автоматичні рефлекторні дії, які здійснюються швидше, ніж їх причина встигає потрапити у свідомість, а коли часу на обмірковування та прийняття рішення бракує, це може зберегти здоров'я чи життя. (наприклад реакції захисту, коли відхиляються від удару, відсмикування руки від гарячого чи закривання рота при чханні тощо).

2. Звільняє простір у свідомості для вирішення більш складних задач, при цьому свідомість управляє найскладнішими формами поведінки. (наприклад коли ходьба стає автоматичною, чи на почерк не треба більш звертати увагу).

Підсвідоме – це психічний акт, котрий на певному етапі людської діяльності знаходиться за межами її свідомості (процеси запам'ятовування, визрівання творчого задуму тощо). За Фрейдом, підсвідоме – активний психічний процес, котрий має прямий зв'язок з свідомістю. Що ж стосується несвідомого, то між ним і свідомістю існує неперехідний бар'єр.

Вищевказані ситуації виникають перед людьми практично безперервно, тому свідомість як вищий рівень психічної регуляції поведінки постійно наявна та функціонує. Водночас з нею багато поведінкових актів здійснюється на рівні перед-та несвідомої регуляції. Таким чином, реально в управлінні поведінкою одночасно беруть участь багато різних рівнів її психічної регуляції.

Класифікація видів несвідомих психічних явищ.

Різні групи несвідомих психічних явищ займають різне місце в структурі діяльності. Як вже говорилося раніше, свідомість людини має безліч різних властивостей і ознак, проте однією з головних ознак, що відрізняють свідоме явище від несвідомого, є те, що суб'єкт звітує перед собою про його наявність у внутрішньому світі. Отже, несвідоме може бути визначене негативно, як той зміст людської психіки, який суб'єкт не усвідомлює, з приводу існування якого суб'єкт не звітує перед собою, але який впливає на його поведінку.

Світ несвідомого є різноманітним. До того ж різні види неусвідомлених процесів виконують різні функції. Але в безлічі несвідомих психічних явищ є загальні риси, які дозволяють виокремити їх від свідомих. По-перше, у несвідомих психічних явищах, на відміну від свідомих, відсутнє протиставлення суб'єкта і відображуваного ним світу. Навпаки, відбувається злиття суб'єкта і об'єкта, тоді як у свідомості суб'єкт розрізняє світ, як такий, і свій суб'єктивний образ цього світу.

Конкретизацією цієї загальної характеристики несвідомого є такі його риси, як нечутливість до суперечностей, відсутність критичності, злиття минулого, сьогодення та майбутнього в одному психічному акті, ірраціональність, дивність смислових зв'язків, можливість будь-якого, найфантастичнішого й оригінальнішого (що іноді здається божевільним свідомості) вирішення проблеми. Загалом, для несвідомого характерна не відсутність логіки, як іноді здається, а, навпаки, наявність особливої логіки (точніше – особливих «логік», оскільки несвідоме різнолике). Саме тому, що несвідоме не знає логіки свідомості, воно «відкрите» нескінченній кількості «інших логік» дійсності, які поки що не стали надбанням цивілізації».

Звернемося до розгляду класифікації несвідомих (неусвідомлюваних) процесів за їх місцем в структурі діяльності.

До першої групи належать *надіндивідуальні підсвідомі явища*, які описувались різними авторами як «природжені ідеї» (Р. Декарт), «архетипи колективного несвідомого» (К.-Г. Юнг), «колективні уявлення» (Е. Дюркгейм) тощо. Ці явища являють собою при життєво засвоєнні індивідом (як членом тієї або іншої спільноти) зразки поведінки і способи пізнання, характерні для цієї спільноти. Надіндивідуальні підсвідомі явища, які присутні в психіці суб'єкта, мають соціокультурне походження. Незважаючи на те, що їх вплив на діяльність суб'єкта не усвідомлюється і не контролюється ним, вони відіграють величезну роль у впорядкуванні свідомих явищ і організації досвіду суб'єкта. Формою, в якій ці зразки існують об'єктивно, виступає система значень. Останні можуть бути словесними, наочними, операційними, рольовими.

Засвоюючи в онтогенезі ці «зразки», дитина створює свою індивідуальну систему значень, яка характеризує її як члена даного суспільства. Зразки поведінки виявляються не лише у формі значень, що об'єктивувалися, як узагальненого досвіду людства, але й об'єктивно представленої системи смислів, які також виступають як задані культурою «програми розвитку».

Ідеї про «заданість» в культурі «афективно-сміслових» зразків поведінки (у вигляді витворів мистецтва або інших продуктів матеріальної та духовної культури) неодноразово висловлювалися в психології. Використовував Для позначення подібного роду зразків використовувалось словосполучення «ідеальні форми». Ці об'єктивно задані «ідеальні форми», які кожна людина застосовує при народженні, можуть бути засвоєні нею в дитинстві у спільній діяльності з дорослими людьми. В подальшому вони стають «реальними формами» даної людини і вона, увійшовши до культури, може створювати вже нові «ідеальні форми».

Подібні «зразки», що існують як смислові моделі, смислові перспективи світосприймання особи (їх носієм може виступати не тільки жива людина, але і витвори мистецтва), можуть вступати в конфлікт із смисловою перспективою, яка наявна у людини. У разі оцінки нею чужої смислової системи як адекватнішої можлива якісна перебудова системи її смислових утворень. Засвоєні зразки, стаючи надбанням психіки суб'єкта, актуально не усвідомлюються ним, але вони виступають могутнім регулятором його поведінки та усвідомленого відображення світу.

Другу групу презентують *неусвідомлювані спонукачі діяльності (неусвідомлені мотиви і смислові установки особистості)*. Дані несвідомі явища спонукають людину до діяльності, надають їй сенс, а за відсутності умов для негайного здійснення діяльності забезпечують постійну готовність до здійснення відповідних дій. До того ж вони додають особливого сенсу важливим подіям в житті людини, змінюють просторові і часові характеристики образів того або іншого об'єкту, ситуації та ін.

До третьої групи входять *неусвідомлювані регулятори способів виконання діяльності (операційні установки і стереотипи)*. Вони виникають, розвиваються та стабілізуються в процесі розв'язання різних (перцептивних, мнестичних та ін.) задач і виконують функції забезпечення успішного досягнення мети за умов дій, що повторюються, акумулюють досвід минулої поведінки суб'єкта в подібних ситуаціях, переробку інформації на різних рівнях і одночасне виконання безлічі дрібних дій і рухів поза обов'язковим контролем свідомості. Ці несвідомі регулятори, які забезпечують автоматичне виконання здійснюваних дій (операцій), часто називаються автоматизмами.

Прийнято виділяти два класи автоматизмів – первинні та вторинні. Первинні автоматизми не усвідомлюються з самого початку їх виникнення. До них відноситься, наприклад, ходьба, що формується у дітей, як правило, близько першого року. Вторинні автоматизми походять з цілком свідомих дій, які для своєї побудови і здійснення вимагають спочатку свідомого контролю, проте за мірою «відпрацювання» даної дії вона перетвориться на навичку, контроль за якою здійснюється вже на свідомому рівні. При утрудненні в процесі виконання навички може відбутися усвідомлення здійснюваної дії.

В дослідженнях виявлено, що при формуванні складної рухової навички «повторення відбувається без повторювання», тобто насправді кожного разу відпрацьований рух має свій «малюнок» (він «живий»), і рано чи пізно досягається оптимальна для вирішення того або іншого завдання «рухова формула».

Четверту групу утворюють *неусвідомлені резерви органів відчуття*. Йдеться про сприйняття людиною не усвідомлюваних нею в звичайних умовах підпорогових (слабких) подразників, які проте впливають на його орієнтування в світі, забезпечуючи «перед налаштування» на краще сприйняття ситуації. Те, що суб'єкт, не усвідомлюючи подібний подразник, реагує на нього, можна встановити по об'єктивно спостережуваній реакції (наприклад, по розширенню або звуженню зіниці). Якщо ж даний подразник набуває сигнального значення (див.

експерименти з формування світової чутливості шкіри), він може стати усвідомленим.

Подібні несвідомі процеси, до яких можна віднести й екстрасенсорне сприйняття), досі мало вивчені. До цього класу процесів можна включити і ті фізіологічні на вигляд процеси, сенс яких визначається психологічними завданнями, які вирішує суб'єкт (наприклад, ідеомоторні рухи – мимовільне виконання суб'єктом руху, про який він лише подумав). Існують й інші форми неусвідомлених психофізіологічних процесів, які є індикаторами тих або інших значущих для людини переживань (вегетативні реакції організму, мімічні рухи та ін.). Тому даний клас несвідомих процесів, які мають психофізіологічний характер, слід назвати неусвідомленими психофізіологічними механізмами реалізації рухів і дій.

Згідно другої класифікації, виокремлено три групи несвідомих процесів:

1. *Неусвідомлені механізми свідомих дій:* а) неусвідомлені автоматизми; б) явище неусвідомленої установки; в) неусвідомлені супроводження свідомих дій.

2. *Неусвідомлені збудники свідомих дій.*

3. *Надсвідомі процеси.*

Третя класифікація передбачає розрізнення чотирьох категорій несвідомого, до яких належать:

- ті властивості (якості), які людина не помічає в собі, оскільки вони не є для неї значущими (наприклад, вона може не помічати властивої їй грубості при спілкуванні з людьми, доки на це не звернули її увагу);

- людина може усвідомлювати наявність в себе будь-якої якості, але не усвідомлювати її внутрішніх та зовнішніх причин;

- неусвідомленими є психічні автоматизми, звичні дії;

- явища та властивості, що не усвідомлюються тому, що вони принципово неприйнятні для особистості, оскільки є протилежними тим, що презентовані в існуючому в неї образі «Я». Усвідомлення їх загрожує знизити її самоповагу.

Звернемось до розгляду над свідомих психічних явищ. Як відомо, поняття несвідомого (підсвідомого) використовується в більшості сучасних теорій, які пояснюють психологічні механізми творчості. Зроблено припущення про те, що нова ідея – ефект інкубації процесу, який іде своїм ходом та недоступний для

«внутрішнього сприйняття» суб'єкта, або ця нова ідея розглядається як символ переживань, травм, комплексів, нереалізованих потягів та є ефектом дії сексуальних, агресивних, захисних механізмів. Згадувані теорії, як правило, апелюють до теорій З. Фрейда, К.-Г. Юнга та ін.. Деякі дослідники творчості вважають таке пояснення цього феномену антиісторичним, оскільки воно перетворює світ культури в породження психічних сил, які не пов'язані з особистістю. Саме поняття над свідомого є перспективнішим для пояснення психологічних механізмів творчості, передусім наукової.

Отже, у розумінні несвідомого як океану чи величезної глиби (на відміну від розуміння свідомого як «крапки, що світиться», «вершини айсбергу») прихована ідея про наступне: все, що виникає в «полі» свідомості, жорстко детерміноване попереднім ходом психічних процесів, слідами пережитого, запасом та характером енграм, що зберігаються мозком. Детермінація минулим – основний сенс звернення до поняття несвідоме (підсвідоме). Зазначений принцип недостатній для розуміння процесів наукової творчості.

Надсвідоме – форма активності суб'єкта, завдяки якій він у відповідь на потреби історичної логіки щодо розробки предмету знання створює різні, не існуючі у минулому, проекти відтворення цього предмету.

Надсвідоме спонукає розглядати задуми вченого, напрями його пошуків, його незавершені проекти, варіанти праць, динаміку мотивів, помилки та неочікувані знахідки як відгук на запити логіки розвитку науки, як її символіку та симптоматику. Ця логіка (відтворена з об'єктивних історичних джерел) дає ключ до декодування слідів роботи індивідуальної думки.

Згадуючи забуте ім'я, ми перераховуємо різні варіанти, відчуваючи почуття схожості або несхожості з розшукуваним. Своєрідність цього почуття полягає в тому, що хоча ми й не можемо відтворити (тобто відобразити в свідомості) потрібне слово, воно одразу ж визнається. Воно приховане та регулює пошук. Говорять, що воно існує за порогами свідомості. Дійсно, розшукуване слово вже записане в нервових клітинах мозку. А що ж відбувається під час створення нової ідеї, якщо вона ще не була записана в мозку? Думка знаходить нове вирішення, яке відчувається, «визнається» (проявляючись вже на рівні свідомості) як єдино вірне (хоча, може статися, що інші та й сама людина в подальшому будуть вважати його помилковим). Очевидно, що регуляція пошуку у даному випадку йде іншим шляхом, ніж при відтворенні забутого в пам'яті. Наведений приклад ілюструє різницю між підсвідомим та надсвідомим. І в одному, і в другому випадку це сигнали, що надходять у свідомість, але їх детермінація є різною.

Але водночас повністю спростовувати значення підсвідомого у науковій творчості не можна. Підсвідомий щабель наукової творчості створює накопичений вченим індивідуальний досвід, що слугує обов'язковою передумовою стрибка його думки, переходу у нову якість. Цей досвід, записаний в нервових клітинах, актуалізується відповідно до вимог проблемної ситуації, що потребує творчого вирішення. Природно, що таке вирішення не може бути отримане з наявних неусвідомлюваних (підсвідомих) масивів інформації. Його ще потрібно будувати. Тому підсвідоме є необхідною, але недостатньою умовою одержання нового наукового результату.

На надсвідомому рівні відбувається робота творчої думки у новому режимі, яка не підкоряється свідомо вольовому контролю. Ця думка, являючись детермінованою запитами логіки розвитку науки, залежить не лише від минулого (що знаходиться в підсвідомому), але й від майбутнього. Вона нібито схоплює «заклики майбутнього науки» та будує інтелектуальні продукти, які є відгуками різного ступеню адекватності цьому заклику

Надсвідоме – один з рівнів психіки. Воно теж має активний відображувальний характер. Надсвідоме вказує не на «глибини», а на «вершини» діяльності думки, на той її киплячий щабель, на якому особистість створює те, що до цієї діяльності не існувало.

Надсвідоме не є чимось зовнішнім по відношенню до свідомості. Навпаки, воно включене до його внутрішньої тканини, його неможливо відторгнути від неї. Надсвідоме не є над особистісним. В ньому особистість реалізує себе з максимальною повнотою.

1.12. Змінені стани свідомості

За психологічним словником Американської психологічної асоціації (АПА) *змінений стан свідомості* - це стан психологічного функціонування, який, як правило, характеризується змінами самосвідомості, афектом, перевіркою реальності, орієнтацією в часі і місці, неспанням, реакцією на зовнішні стимули, а також відчуттям екстазу, безмежності або єдності з всесвітом. ASC можуть бути наслідком змін у нейробіологічному функціонуванні через кисневе виснаження або вживання психоактивних наркотиків, гіпнозу, медитації та сенсорної депривації (часткове або повне позбавлення зовнішнього впливу на одне або більше органів чуття), а також релігійного досвіду.

Змінені стани свідомості використовуються у психологічній практиці та показали свою ефективність у розв'язанні таких проблем, як подолання стресу та психічного напруження; покращення навчальної діяльності студентів закладів вищої освіти; сприяння цілісному розвитку особистості. Поняття «змінені стани свідомості» широко використовувалось засновником транс персональної психології С. Грофом для позначення феноменів людської свідомості, що виникають в сеансах психоделічної психотерапії під впливом психоделічних препаратів (ЛСД та інші).

Першим, хто створив теорію змінених станів свідомості, був Чарльз Тарт. У своїй теорії дискретних станів він розумів кожен змінений стан свідомості як унікальну динамічну структуру системно впорядкованих визначених підсистем – психических функцій. Їх набір та сполучення унікальні щодо кожного «дискретного» стану свідомості. З-посеред них він виокремлював базисний (основний стан пильнування) та дискретні (сон, гіпноз, сп'яніння). При переході від одного стану до іншого діють дві різнопланові сили, після припинення дії одної сили, починає діяти друга і утворюється нова система. Кожен ЗСС відкриває перед людиною нові визначені можливості, характеризується власною логикою та стилем мислення. При кожній зміні стану свідомість переходить до іншого набору установок і правил мислення.

Психіатр Арнольд Людвиг розумів під зміненими станами свідомості (ЗСС) якісні зміни в суб'єктивних переживаннях або психологічному функціонуванні, від певних генералізованих для даного суб'єкта норм, що рефлексуються самою людиною до тих, які відзначаються спостерігачем.

Змінений стан свідомості відрізняється від ясної свідомості тим, що в ньому неможлива чітка саморефлексія. В ясній свідомості людина може "повернутися назад" у своїй саморефлексії і знову пройти раніше вже пройдене, а в ЗСС це неможливо. В ЗСС рефлексія і саморефлексія незворотні, тобто людина не може «повернутися в минуле», з тим, щоб пройти шлях заново.

В ЗСС людина відчуває себе «зовсім іншою»: іноді це може бути для неї корисним, як можливість самовідновлення, іноді - шкідливим (страх втратити себе). Втрачається відчуття часу, порушується звичайне понятійне мислення, частіше людина живе образами і відчуттями.

Короткочасні переживання ЗСС є характерною властивістю свідомості і психіки здорових людей. Змінені стани можуть бути абсолютно різними тригерами і можуть мати, а можуть і не мати відношення до патології.

Виокремлено наступні типи (види) змінених станів свідомості:

- штучно викликані: індуковані психоактивними речовинами (наприклад, психоделіками — галюциногенні гриби, дурман, марихуана, кактуси пейотль, алкоголь, хімічні препарати) або процедурами (наприклад, сенсорною депривацією, холотропним диханням);

- психотехнічно обумовлені: релігійні обряди, аутогенне тренування, усвідомлені сновидіння, гіпнотичний транс, медитативні стани;

- спонтанні, які виникають в звичайних для людини умовах (при значній напрузі, прослуховуванні музики, спортивній грі, оргазмі) або в незвичайних і екстремальних умовах (наприклад, пікові переживання в спорті, близько смертні враження різної етіології).

Щодо окремої людини, яка переживає ЗСС, Арнольд Людвіг виділив, за критерієм їх корисності для людини і суспільства, в якому вона живе, дві основних групи функцій ЗСС – адаптивну та дезадаптивну.

В адаптивній функції виокремлено три види: отримання нового досвіду, психотерапевтична і соціальна функції .

У психотерапевтичному виді ЗСС використовуються для покращення здоров'я та самопочуття людини, лікування психічних і психосоматичних захворювань (лікування за допомогою сну, стану релігійного екстазу, медитацій та визначеної культури вживання синтезованих і рослинних наркотичних речовин), а також для того, щоб справлятися з болем.

Наступним видом є набуття нового знання, тобто отримання духовного досвіду шляхом медитацій та мистичних переживань. У даному випадку ЗСС сприяють отриманню нового досвіду та нових знань задля розуміння себе і своїх відносин зі світом та іншими людьми, виступають як джерело натхнення і посилення естетичного сприйняття та залучення особистості до культури спільнот і суспільства, в яких вона живе.

Крім того, ЗСС виконують соціальні функції, оскільки в деяких культурах соціалізація відбувається лише після групового або індивідуального духовного переживання. Виконання даної дії індивідом є виконанням своєї культової ролі. В деяких випадках задоволення потреб групи здійснюється через їх непряму ідентифікацію з людиною, яка перебуває в стані транс. Цей стан у дану мить не лише надає особистого задоволення від божественного захоплення, але й згуртовує

суспільство, транслює важливі духовні теми в процесі ритуального дійства. Отже, на соціальному рівні ЗСС забезпечують групову згуртованість, включаються до ритуалів ініціації, допомагають вирішувати конфлікти між вимогами суспільства і бажаннями конкретної людини.

Найчастіше для досягнення ЗСС використовують хімію: етиловий спирт, марихуану та інші наркотики. Часті і повторювані ЗСС без вживання наркотиків зазвичай відносять вже до області психіатрії, однак багатогодинні колективні танці дикунів під керівництвом шамана, групові сексуальні оргії, втрата відчуття болю під час запеклого бою - приклади ЗСС, де немає наркотиків і люди в принципі психічно здорові.

Також одним з найпоширеніших способів досягнення зміненого стану свідомості є гіпноз.

Цікаво, що при багаторазовій участі в сеансах, гіпнотичний досвід «підсумовується»: входячи в черговий транс, людина згадує минулі експерименти, і утворюється як би єдина лінія «життя в гіпнозі» (гіпнотична свідомість), що не перетинається із звичайною свідомістю. Цей же механізм роздільного функціонування окремих частин свідомості (зі своєю чуттєвою тканиною, системою значень і смислів) проявляється іноді уві сні (повторення снів та їх «друга серія» в наступну ніч), а також при прийомі психоактивних засобів (наркотиків, алкоголю).

Але є і здорові приклади досягнення ЗСС, через медитації, йогу, усвідомлений сон, усвідомлений транс. За допомогою цих методів людина може вилікувати психосматику, розслабитись, «оновити нервову систему» та пізнати себе.

Наприклад, відомий вчений Ніколо Тесла не тільки навчився володіти зміненим станом свідомості, а й застосовувати його в процесі творення. Він казав: «Я відключаю свій мозок від зовнішнього світу, в цьому стані мені приходять внутрішні бачення». У такому стані він доводив свої винаходи до досконалості. Він не використав математичного апарату і формул для розрахунків так, як це узвичаєно в науковому світі. Тесла осягав суть речей. Він говорив, що його мозок тільки приймальний пристрій. «І мені тільки потрібно налаштуватися на правильну частоту. У космічному просторі є якесь ядро, звідки ми черпаємо знання, сили, натхнення. Я не проник у його таємниці, але знаю, що воно існує! Інформаційний світ, у якому є все!». Багато сучасників Тесли відзначали його незвичайний дар передбачення. Вони розповідали, що в нього були очі провидця і ясновидця. Це природно для людини, яка щодня виконує духовні практики, пов'язані із зміненим станом свідомості.

Чотири основних шкали незалежних одна від одної змін, що відбуваються в психіці людини під час ЗСС:

- зміна емоційних станів;
- зміна сприйняття світу;
- зміна вольового самоконтролю;

- зміна самосвідомості та самостійності особистості. Саме останні найбільш вивчені С. Гроффом (Гроф, 2019). Він виділяє 5 типів переживань:

1. Переживання ембріону та плоду.
2. Архаїчне розмивання складних міфологічних епізодів.
3. Соматичні ефекти.
4. Усвідомлення універсального розуму.
5. Надкосмічна і метакосмічна порожнеча.

Останнім часом С. Гроф вважає, що термін «змінені стани свідомості» в англійській мові набуває виключно негативного змісту, проте вони можуть мати цілющий, трансформаційний та евристичний потенціал. Тому, на думку вченого, поняття «змінені стани свідомості» краще застосовувати для тварин. Для аналізу ж психіки людини більш пасує термін «незвичні стани свідомості».

Спектр таких станів є доволі широким. До них можна віднести й ті зміни у свідомості людини, які виникають у результаті різних патологічних процесів: через травми головного мозку, інтоксикацію отруйними речовинами, інфекції, дегенеративні та циркуляторні порушення. Перелічені чинники здатні викликати глибокі ментальні зміни. Люди, що їх зазнають, є здебільшого дезорієнтованими, не знають, хто вони і де перебувають. Їхня розумова діяльність значно сповільнена. До того ж вони страждають на часткову амнезію щодо власних гострих станів.

Головну ж увагу С. Гроф приділяє великій і важливій підгрупі незвичних станів свідомості, що суттєво відрізняються щойно згаданих і являють собою безцінне джерело нової інформації про природу здорової людської психіки та її можливих відхилень. Саме вони криють у собі значний терапевтичний і трансформаційний потенціал.

Такі особливі стани С. Гроф виокремлює з-посеред решти та оформлює їх у спеціальну категорію, позначивши їх спеціальним терміном: «голотропні».

Буквально це слово означає «зорієнтований на цілісність» або «той, що прямує до цілісності» (з грецької *holos* – цілий і *trepein* – прямувати до). Термін («голотропні стани») натякає, що у нашому звичному стані ми ідентифікуємо себе тільки з малим фрагментом того, ким ми є насправді. У голотропних же станах ми маємо змогу вийти за межі цих вузьких рамок нашого тілесного еґо і заявити свої права на повну версію нашої ідентичності.

У голотропних станах свідомість змінюється якісно, істотно і докорінно. Втім, мисленнєвий процес не сповільнюється так, як при органічних ураженнях. У людини зазвичай зберігається відчуття часу і простору, вона не втрачає зв'язку зі щоденною реальністю. Водночас у її поле свідомості можуть увірватись образи з іншого виміру існування, і такі переживання можуть мати дуже інтенсивний і всеохопний характер. Тож людина одночасно перебуває у двох реальностях, «стоїть однією ногою в іншому світі».

Для голотропних станів характерні виразні перцептивні зміни у всіх сенсорних зонах. Коли людина заплющує очі, в її візуальний простір можуть потрапити образи з її особистої історії, а також образи індивідуального і колективного несвідомого. Людина може бачити видіння і переживати певні аспекти тваринного чи рослинного царства, природи та цілого Всесвіту. Її переживання можуть перенести її у світ архетипових та міфологічних створінь. Коли ж вона відкриває очі, то сприйняття навколишнього середовища може оманливо змінитися через живу ретрансляцію матеріалу її підсвідомого на буденну реальність. Усе це часом супроводжується викривленими реакціями органів чуттів людини – вона може відчувати різні звуки, запахи, смаки чи мати дивні фізичні відчуття.

Емоції, що асоціюються з голотропними станами, становлять широкий спектр переживань, який виходить за межі того, що людина звикла переживати у повсякденному житті як за своєю природою, так і за інтенсивністю. Це можуть бути різні переживання: від екстатичного захоплення, райського блаженства, відчуття безмежної незбагненої благодаті й аж до бездонного жаху, вбивчої люті, цілковитого відчаю, всепоглинаючої провини та інших невимовних емоційних страждань. Крайні форми таких емоційних станів перегукуються з описами раю чи пекла у священних текстах усіх релігій світу.

Особливо цікавим є вплив голотропних станів на процес мислення. Інтелектуальні функції в таких станах не гальмуються, а працюють у режимі, що суттєво відрізняється від щоденного. Часто людина нічого не знає про речі, які оточують її у повсякденному житті. У голотропному ж стані її просто затоплює неймовірна і достовірна інформація про безліч феноменів з невідомих їй досі сфер.

У людини з'являється шанс пережити глибокі психологічні інсайти, що стосуються її особистої історії, потоку підсвідомості, емоційних перипетій, міжособистісних проблем, а також здійснити екстраординарні відкриття щодо різноманітних аспектів природи й космосу, які виходять далеко за межі того, чому нас навчали у школі. Здебільшого найцікавіші інсайти, отримані в голотропних станах свідомості, стосуються філософських, метафізичних та духовних питань.

Людина може пережити серію циклів психологічної смерті-переродження, широкий спектр транс персональних феноменів – таких, як єдність з усім людством, природою, Всесвітом, Богом. Вона може зазирнути в базу даних пам'яті про попередні інкарнації, натрапити на могутні архетипні фігури, поспілкуватися з безтілесними створіннями, відвідати різні міфологічні території. Голотропні переживання такого ґатунку є основним джерелом інформації для космології, міфології, філософії і релігійних систем, що описують духовну природу космосу та самого людського існування. Вони є ключем до розуміння ритуального і духовного життя людства – від шаманізму і сакральних аборигенів до великих світових релігій (Гроф, 2019).

На початку 1980-х років науковим колективом під керівництвом Адольфа Діттриха було проведено крос-культурне дослідження змінених станів свідомості, для чого був спеціально сконструйований психодіагностичний опитувальник вираженості ЗСС, спочатку — німецькою мовою, але з англійською назвою: Standardized Psychometric Assessment of Altered States of Consciousness (1981), який був перекладений на основні європейські мови. Факторизація шкал опитувальника дозволила виділити три самостійних фактори, що описують ЗСС: перший пов'язаний зі зміною зорового сприйняття, другий отримав назву «страх розпаду особистості», а третій — пов'язаний з переживанням розчинення в оточуючому світі та єднання з природою, і був названий «океанічне почуття».

Питання до самоконтролю

1. Яке теоретичне та практичне значення має проблема свідомості?
2. Які головні парадигми свідомості можна виокремити в історії психології?
3. У чому полягає сутність «важкої проблеми свідомості»? Які основні підходи до її вирішення?
4. Що означає «прозорість» та суб'єктивність свідомості?

5. Розкриття механізмів якого феномену дозволить пояснити природу та сутність свідомості?
6. Назвіть головні характеристики вищих психічних функцій.
7. Як співвідносяться між собою поняття «свідомість» та «вищі психічні функції»?
8. Які властивості свідомості було встановлено в школі В.Вундта?
9. Властивості «потоків свідомості» за У. Джемсом.
10. Які особливості свідомості зумовили надання переваги під час її дослідження методу інтроспекції? Які види інтроспекції можна виділити?
11. У чому полягають позитивні сторони інтроспекції? Якими є обмеження цього методу?
12. Охарактеризуйте досягнення нейронаук у вивченні свідомості? Які головні поняття використовуються в межах цих наук для аналізу будови свідомості? Якими є сучасні методи дослідження свідомості нейронауками?
13. Які аспекти свідомості висвітлює проблематика штучного інтелекту?
14. У чому полягає головна ідея квантових теорій свідомості? В якому явищі вчені вбачають схожість з таємницею свідомості?
15. Розкрийте сутність онтологічного аспекту свідомості та охарактеризуйте основні принципи онтологічного підходу до її аналізу.
16. Чому у сучасній психології спроби онтологізації свідомості є непродуктивними? Який важливий феномен свідомості є важкодоступним для упредметнення (об'єктивування)?
17. У чому полягає сутність здатності людини до рефлексії? Яке значення має вона для психіки та свідомості людини?
18. Що передбачає повноцінне рефлексивне відношення? Які форми рефлексії можна виокремити?
19. Які значення поняття «свідомість» існують у сучасній зарубіжній та вітчизняній психології?
20. Наведіть переконливі докази існування/відсутності свідомості у тварин.
21. Охарактеризуйте свідомість як відображення дійсності.
22. В чому полягає сутність ідеї діалогічності та поліфонічності свідомості?
23. Назвіть функціональні органи свідомості.

24. Якими є властивості свідомості як суперпозиції функціональних органів?
25. За допомогою якого поняття здійснено спробу подолати так звану «мозкову метафору» при аналізі свідомості?
26. Назвіть основні ознаки та характеристики свідомості.
27. Які головні складові психологічної структури свідомості?
28. У яких явищах маніфестують себе біодинамічна, чуттєва тканини свідомості?
29. Чим обумовлена можливість існування цілісної свідомості?
30. Якими є функції свідомості? Яка з них є основною та чому?
31. Яке місце посідає свідомість в категоріальному складі психологічної науки?
32. Охарактеризуйте свідомість як процес, стан та механізм.
33. Розкрийте сутність несвідомого. Якими є ознаки несвідомих психічних явищ?
34. Наведіть приклади проявів несвідомого в психічних процесах, властивостях та станах людини.
35. Як взаємодіють свідоме та несвідоме в регуляції поведінки людини?
36. Які види несвідомих психічних явищ можна виділити?
37. Що таке надсвідоме? Який евристичний потенціал містить це поняття?
38. Розкрийте сутність змінених станів свідомості? У яких випадках та чому вони виникають? Які функції вони виконують?
39. Які види (типи) змінених станів свідомості виокремлюють вчені?
40. Який специфічний сенс вкладає в поняття «змінені стани свідомості» вкладає С.Гроф? В чому полягає їх терапевтичний і трансформаційний потенціал?
41. Що таке голотропні стани? Яким чином можна їх викликати?

РОЗДІЛ 2. САМОСВІДОМІСТЬ ТА ЇЇ МІСЦЕ В ПСИХІЧНІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ

2.1. Поняття про самосвідомість. Співвідношення свідомості та самосвідомості (короткий історичний екскурс в проблему)

Як вищий рівень психічного відображення свідомість є надбанням виключно суспільної людини. З виникненням свідомості людина отримала можливість виокремитись від тваринного світу та стати активним, діяльним суб'єктом буття в широкому сенсі цього слова, адже буття людини – це не лише оточуючий її зовнішній, матеріальний світ (Umwelt), а й інші люди (Mitwelt) та її внутрішній, власний (Eigenwelt) світ. *Момент усвідомлення людиною власного внутрішнього світу пов'язаний з виникненням у неї самосвідомості. Останнє співпадає з другим народженням особистості, під час якого людина набуває можливості усвідомити свої мотиви, себе як таку, мати уявлення про себе.* Нагадаємо, що перше народження особистості припадає на час становлення структури її мотивів.

Проблема самосвідомості може бути охарактеризована як проблема високого життєвого значення, яка є невід'ємною частиною психології особистості. Тривалий час її було розцінено як загалом нерозв'язану, таку, що «вислизує» від науково-психологічного аналізу.

У сучасній психології все частіше лунають думки про те, що особистість не підкоряється жодним закономірностям. Важким завданням є аналіз її механізмів тощо, тому будувати науку про особистість слід дуже обережно. Водночас не викликає сумніву, що розвивати особистість, формувати її творчі здібності можливо лише за умов врахування її здатності до усвідомлення та розуміння себе. *Наявність цієї здатності зв'язана з інтелектуальними можливостями людини, з її пізнавальною сферою.*

Самосвідомість є предметом вивчення в різних галузях психології (загальній, соціальній, віковій, порівняльній, клінічній психології).

Аналіз самосвідомості передбачає відповідь на цілу низку питань: *яке місце у психічній організації людини займає самосвідомість? Як вона співвідноситься у змістовному плані із свідомістю? Що виникає раніше? Які критерії самосвідомості? Які рівні та одиниці самосвідомості можна виділити?*

Що ж це за психічна реальність?

Її головний зміст полягає в тому, що людина здатна свідомо сприймати та відноситись (ставитись?) до себе. Теоретичні питання, сформульовані раніше, можна конкретизувати: чи належить факт свідомого сприйняття людиною власного росту до сфери самопізнання або сприймання, або до сфери свідомості?

Отже, *самосвідомість* – це складний психічний процес, сутність якого полягає у сприйнятті особистістю численних образів самої себе в різних ситуаціях діяльності та поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми та в поєднанні цих образів в єдине цілісне утворення – уявлення, а потім у поняття власного «Я» як суб'єкта, що відрізняється від інших суб'єктів.

На відміну від свідомості, самосвідомість орієнтована на осмислення людиною *своїх* дій, їх цілей, почуттів, думок, мотивів, *своєї* позиції в суспільстві, *своїх* розумових, моральних, фізичних якостей тощо. Це усвідомлення людиною самої себе як особистості, своєї діяльності як члена суспільства, стосунків з іншими людьми, рис характеру, власних дій та вчинків.

Свідомість – це знання про іншого, самосвідомість – знання людини про саму себе. Свідомість орієнтована на весь об'єктивний світ, самосвідомість на саму особистість. У самосвідомості людина виступає і як суб'єкт, і як об'єкт пізнання.

Здійснимо короткий історичний екскурс в проблему самосвідомості, зокрема розглянемо ті позиції вчених, які висвітлюють певною мірою питання про співвідношення свідомості та самосвідомості та визначають місце останньої в психічній організації людини.

Так, один з представників інтроспективної психології А. Пфендер (Терлецька, 2003) розмежує «Я» та самосвідомість. «Я» не має відношення до реального суб'єкта, особистості, що діє в системі всіляких зв'язків і відносин зовнішнього світу. «Я» - це психічний суб'єкт (людина як носій психіки), який не піддається визначенню, але зрозумілий для всіх психологічних понять, тому що він ставить центральну крапку будь-якого психічного життя.

«Я» іманентне за своєю сутністю (тобто знаходиться всередині суб'єкта), воно розвивається протягом усього життя. «Я» не виникає як щось відмінне від «не-Я», а, навпаки, створює необхідну передумову всякого процесу розрізнення (психічний суб'єкт = свідомість – передумова виникнення «не-Я»)

Я = психічний суб'єкт – діяльний початок в людини, що організує й впорядковує всі переживання. «Без загального «Я» не існує взагалі ніякого внутрішнього зв'язку між переживаннями.

Отже, за Пфендером, усе психічне є безпосереднім переживанням, воно тотожне у Пфендера свідомості. Остання розуміється не як відображення, а як внутрішньо притаманна людині даність.

Психічний суб'єкт створює своє уявлення про себе. Цей образ себе самого – «само», яке складається з ядра та периферії. До ядра входять: минуле життя й дії людини, усвідомлення її здатності або нездатності до тих чи інших дій, до периферії – все те, що перебуває поза психічним (тіло, одяг, майно). Коли власне «само» психічного суб'єкта стає предметом, змістом свідомості, виникає особливий психічний факт – самосвідомість.

Самосвідомість у Пфендера подібна до екрана, на який проектується те чи інше його «само», як його уявляє психічний суб'єкт. У своїй свідомості люди нібито безпосередньо дивляться на власне «само», визнаючи його дійсно існуючим. Але це один погляд на «само», який створюється самим психічним суб'єктом.

Проте є й інше «само». Воно виникає в процесі спілкування людини з іншими людьми. Ці люди виступають як різні дзеркала, в яких вона бачить своє «само» відбитим у різних образах. Поведінка інших людей служить для неї точкою опори для того, щоб уявити «само» таким, яким воно їм здається. У різних людей суб'єкт знаходить всілякі образи «само». У спілкуванні з іншими людьми кожен змушений уявити себе самого в різних формах и образах.

Єдино щирим можу бути тільки те «само», котре створюється самим психічним суб'єктом. Воно має бути незалежним від будь-яких зовнішніх впливів.

Другий представник інтроспективної психології Т. Ліпс вважав, що тільки інтроспекція – єдино можливий і надійний метод аналізу психічних явищ, у тому числі і самосвідомості. «Я» («почуття «Я») у Ліпса – це чисто психічний безпосередньо пережитий духовний суб'єкт. «Я» виявляється у «почутті обумовлювання...» або в почутті панування чи влади над змістами свідомості, в почутті «мого» (Терлецька, 2003).

Свідомість і самосвідомість Ліпс не наділяє специфічністю. Самосвідомість – це особлива предметна свідомість. За своєю природою вони – чисто суб'єктивні явища. «Я» будує зміст свідомості, а потім само себе в ньому й уявляє.

Таким чином, аналіз свідомості та самосвідомості не може бути іншим як винятково в межах чисто духовних, безпосередньо пережитих явищ, цілком ізольованих від світу об'єктивного буття.

У вітчизняній психології сформульовано кілька основних положень, які проливають світло на проблему *співвідношення свідомості та самосвідомості*:

1. *«Я» - це не свідомість, а людина, суб'єкт як свідомий діяч.*

Виділення людини як діючої особи пов'язане з розрізненням *процесу* (щось відбувається у вигляді безособової пропозиції) і *діяльності* (дана людина щось робить). Друге пов'язане з людською довільною дією, тобто дією свідомо керованою. Довільна, керована, свідомо регульована діяльність необхідно припускає діючу особу, суб'єкта цієї діяльності – «Я» даного індивіда. Як суб'єкт пізнання людина виступає вдруге, первинно вона є суб'єктом дії, практичної діяльності .

2. *Питання про існування іншого «Я» - це питання про існування інших діючих осіб.*

Самосвідомість – це предметне усвідомлення свого «Я». У кожному конкретному, парціальному (окремому) «Я» обов'язково міститься всезагальне «Я». «Я» = всезагальне, притаманне всім, кожному «Я» (своїм об'єктом, предметом має це окреме, моє «Я»).

Кожне з окремих конкретних «Я» може бути визначене тільки через своє відношення до інших. Вони взаємно (а не безпосередньо, всередині себе) передбачають одне одного. Не існує пріоритету одного «Я»(мого) перед іншими (існування іншого не може підлягати сумніву, бути проблемнішим, ніж існування мого «Я»). Вони всі «Я» і кожне з них для когось своє («моє»).

3. *Питання про свідомість – це питання про свідомий, довільний характер дій інших людей, про їх свідому регуляцію. Розгляд самосвідомості треба здійснювати з врахуванням того, що має розглядатись не психічний суб'єкт, а психічний свідомий акт, процес усвідомлення реального матеріального суб'єкта, який наділений свідомістю.*

4. *Самосвідомість – усвідомлення самого себе як свідомого суб'єкта, реального індивіда, а не усвідомлення своєї свідомості. Усвідомлення власної свідомості – це інше питання: чи включає знання того або іншого предмета знання того, що я його знаю.*

Отже, *«Я» - це не свідомість (не психічний суб'єкт), а суб'єкт (людина), яка має свідомість, людина як свідомо істота, що усвідомлює світ, інших людей, саму себе. Самосвідомість – це не усвідомлення власної свідомості, а усвідомлення*

самої себе як істоти, що усвідомлює світ та змінює його, як суб'єкта (діюча особа) в процесі його діяльності, практичної та теоретичної, діяльності свідомості у тому разі.

Усвідомлення власного «Я» є епіцентром свідомості й самосвідомості. Без включення поняття «Я» залишається незрозумілим не тільки те, що таке свідомість, але й відсутній суб'єкт, що потребує відповіді на це запитання. Іншими словами, задля розкриття сутності свідомості необхідна не лише об'єктивація її структури, а й *персоніфікація свідомості*. Остання представляє собою форму, поза якою свідомість не може існувати. На думку В. П. Зінченка, «Я», що усвідомлює самого себе, є відносно автономним від духовного організму та свідомості. Воно виступає по відношенню до власної свідомості в якості діяча, спостерігача, або того та іншого разом.

Аналіз самосвідомості передбачає виокремлення її вихідних феноменів. Розв'язання цього завдання пов'язане з вирішенням проблеми виникнення самосвідомості. Іншими словами, потрібно відповісти на запитання: як і коли у дитини виникає самосвідомість?

2.2. Проблема виникнення самосвідомості.

В історії психології можна чітко визначити дві групи теорій, що вдавались до вирішення зазначеної проблеми. До першої з них належать ті, що характеризують самосвідомість через визначення етапів її розвитку. Звернемось до розгляду вказаної групи теорій.

Згідно однієї, найпростіша самосвідомість (у вигляді неясного відчуття власного існування) передує в розвитку дитини свідомості (ясним та чітким уявленням про предмети). В якості характерної ознаки повної свідомості розглядається здатність до самопізнання. Втрата такої здатності є першою ознакою затьмарення свідомості.

Вищим ступенем свідомості було визнано такий стан внутрішнього світу людини, коли вона, з одного боку, може довільно вводити у сферу свідомості визначені колишні уявлення, з іншого боку – може звітувати про те, що відбувається в її свідомості та аналізувати самі психічні процеси, що входять до її змісту.

Згідно другої позиції, самосвідомість є етапом у розвитку свідомості, який підготовлений розвитком мовлення та довільних рухів. Останнє обумовлює зростання самостійності дитини та змінами у її взаєминах з оточуючими.

П. Р. Чамата (Чамата, 1959) протиставляє двом вищевказаним позиціям власну та стверджує, що самосвідомість виникає та розвивається разом із свідомістю.

Обгрунтовуючи свою точку зору, П. Р. Чамата спирається на ідею про формування фізичного «Я». Оскільки в основі всіх актів самосвідомості (як в цілому, а також тих, що спрямовані на усвідомлення свого фізичного «Я» зокрема) лежить рефлекторна діяльність мозку, виникає можливість створювати різноманітні зв'язки між окремими відчуттями, які йдуть від органів чуття.

Вихідний момент у формуванні уявлень людини про власне тіло – синтез відчуттів, акумульованих у внутрішніх та зовнішніх органах чуття. Ґрунтуючись на цьому положенні, можна зробити висновок про генетичний зв'язок процесів предметної свідомості та самосвідомості.

Людина безперервно отримує враження від власного тіла. Одні з них сприймаються звичайними шляхами (власний голос – слухом, форми тіла – оком і дотиком), а інші йдуть так би мовити зсередини тіла. Вони присутні у свідомості у вигляді дуже невизначених темних відчуттів. Відчуття останнього роду є супутниками процесів, що відбуваються у головних анатомічних системах тіла (голод, спрага тощо) і справедливо називаються системними почуттями.

У людини не може бути ніякого предметного відчуття, до якого б не домішувалося системне почуття (будь-яке). Перша половина відчужень має об'єктивний характер, друга – чисто суб'єктивний. Перші відповідають предметам зовнішнього світу, другі – почуттєві стани власного тіла, самовідчуття.

Ці два види відчуттів (системні та предметні) спочатку в дитини злиті. Їх виділення проходить через аналіз, розчленування спочатку асоційованих відчуттів об'єктивного і суб'єктивного характеру, які об'єднані у цілісному акті пізнання. Процес виділення самопочуття від явищ предметної свідомості формується на основі численних сполучень об'єктивного і суб'єктивного моменту в будь-якому психічному процесі.

Дитяче самопочуття дає основу для формування складних форм самосвідомості. «З дитячого самопочуття народиться у зрілому віці самосвідомість, що надає можливість людині відноситись критично до власної свідомості, тобто відокремлювати все своє внутрішнє від усього, що відбувається ззовні, аналізувати

його і зіставляти (порівнювати) із зовнішнім, - словом, вивчати акт власної свідомості»

Отже, до відчуттів, які викликані зовнішніми предметами, завжди «домішуються» відчуття, які викликані власною активністю організму. Перші – об'єктивні, тобто відображають зовнішній світ, другі – суб'єктивні, вони відображають стан тіла, це – самовідчуття.

Дитина зіштовхується і завданням роз'єднати, дисоціювати ці відчуття, що означає усвідомити їх окремо. Таке усвідомлення можливе завдяки накопиченню досвіду активності у зовнішньому світі (змінюються умови бачення, слухання, дотику). Це по-різному впливає на складові комплексних відчуттів, виникає можливість їх дисоціації.

Вищезазначені ідеї дозволили П. Чаматі стверджувати, що самосвідомість, як і свідомість виникають не одразу, не з народження, а за мірою оволодіння власним тілом, « в процесі перетворення звичайних рухів на довільні». Органи власного тіла поступово усвідомлюються дитиною за мірою того, як вони перетворюються у своєрідні «знаряддя» його діяльності (Чамата, 1959).

Отже, точки зору, що розглянуті вище, пояснюють самосвідомість через визначення етапів її розвитку, але вони не аргументують, чому ці етапи є кроками у розвитку одного й того самого процесу.

Представники другої групи теорій розглядають ці етапи як самостійні точки відліку в розвитку самосвідомості.

Так, Л. Колб (Kolb, 1959) пов'язує зародження самосвідомості вже з внутрішньоутробним розвитком. Важливе значення мають в цьому тактильні контакти, які підготовляють почуття обмеження власного тіла.

В психоаналізі процес зародження самосвідомості співпадає в часі з процесом суб'єктивного відокремлення дитини від матері. На думку Е. Jacobson (Jacobson, 1964), дискомфорт, що викликаний тими чи іншими соматичними процесами, зменшується в дитини з появою матері; відповідно дитина починає виокремлювати з зовнішнього світу матір, а себе відокремлювати від матері.

М. Lewis, J. Brooks-Gunn (1972) вважають, що при гарному догляді з боку матері усвідомлення дитиною свого відокремлення від матері виникає наприкінці першого року життя.

На думку R.Vallacher (Treccani, 2019), послідовника Ч. Кулі та Дж. Міда, виникнення самосвідомості зв'язане у дитини з формуванням в неї здатності постати на місце іншого, засвоїти іншу перспективу у сприйнятті та оцінці власних дій. Наявна їй протилежна до попередньої точки зору, згідно якої відбувається зворотне: дитина переносить знання, одержані стосовно інших на саму себе – тут і зароджується самосвідомість.

Виникнення самосвідомості пов'язується також з проявом у дитини в чіткій формі емоційного відношення (бажань, почуттів) до оточуючого світу.

Чимало вчених зазначали, що провідне значення для розвитку самосвідомості мають підлітковий та юнацький вік. Самосвідомість є головним новоутворенням цього віку. Феноменами, що свідчать про самосвідомість у цьому віці є : поява свідомого «Я»; виникнення рефлексії; усвідомлення своїх мотивів; моральні конфлікти та моральна самооцінка; інтимізація внутрішнього життя. Отже, цей віковий період є критичним, переломним; він є періодом виникнення власне самосвідомості, у всій її цілісності.

Отже, виникнення самосвідомості пов'язується з наступним:

- передсвідомим почуттям власного існування;
- усвідомленням початкової (зародкової) самостійності, яка народжується та зумовлена збільшенням довільності рухів та можливістю мовленнєвого самовиразу;
- з процесом диференціювання зовнішніх та внутрішніх почуттів, перетворення органів власного тіла дитини у своєрідні «знаряддя» її діяльності;
- з тактильними відчуттями, що притаманні людському зародку;
- із суб'єктивним відокремленням дитини від матері наприкінці першого року життя;
- з виникненням здатності до засвоєння чужої точки зору та оцінок оточуючих;
- з перенесенням знань, сформованих стосовно іншої людини, на себе саму(за мірою розвитку соціальної перцепції, інтелекту та свідомості);
- з можливістю виразу свого емоційного відношення до оточуючого світу ;
- з виникненням у підлітковому та юнацькому віці інтимізації, рефлексії, моральної самооцінки.

Усі вищезазначені точки зору мають право на існування, але більш слушною можна вважати позицію, згідно якої свідомість та самосвідомість за своїм походженням одно порядкові явища. В реальній життєдіяльності людини вони внутрішньо єдині: у процесах свідомості самосвідомість набуває форм

усвідомлення віднесеності акту свідомості до власного «Я»; процеси самосвідомості можуть здійснюватися тільки на основі свідомості.

Розглянемо докладніше позицію сучасної психології щодо співвідношення свідомості та самосвідомості в змістовному плані. При цьому спиратимемося на сформульовані вище базові методологічні положення. З цією метою зробимо кілька зауважень.

1. Як вже було зазначено свідомість неможлива без самосвідомості та навпаки. Нагадаємо про те, що здатність суб'єкта звітувати про самого себе є одним з критеріїв свідомості. Саме таким було уявлення про свідомість у першому проективі наукової психології В. Вундта, який стверджував про неможливість дослідження свідомості у разі, якщо суб'єкт нездатний до самозвіту, якщо він не володіє інтроспекцією. Отже, свідомість – здатність суб'єкта до самозвіту.

Сучасна психологія по-іншому підходить до вирішення цього питання. Наголос робиться на тому, що різниця між свідомістю та самосвідомістю існує вже всередині визначення свідомості. Нагадаємо про те, що наявні два типи уявлень: уявлення *чогось* (світу, оточуючої реальності, в якій діє суб'єкт) та уявлення *про щось* (про світ, про оточуюче середовище, про суспільство).

Уявлення світу – це первинний рівень свідомості. *Уявлення про світ* – це вже знакове уявлення, знання про ту реальність, в якій людина живе та діє. Такий рівневий аналіз свідомості – наявність первинного рівня та вторинного (поняттєвого, знакового) – є доречним при аналізі самосвідомості. У неї також існує первинний рівень. Особливо актуальним є виокремлення цього рівня у практичній психології особистості як самостійного явища. Він сьогодні поки що не має точного визначення, а позначається наступними термінами: усвідомлення себе здатність помічати свої стани, але така здатність ще не є усвідомлюванням себе.

Усвідомлення себе – це передусім усвідомлення суб'єктності своїх дій, тобто того, що дію саме Я, а не хтось інший; здатність помічати саме свої емоційні переживання та відрізняти їх від аналогічних в іншій людини. Іншими словами, *виокремлення себе із середовища – первинний рівень самосвідомості*

Вторинний рівень – це усвідомлювання себе, знання про себе, про свої індивідуальні особливості та пізнавальні можливості. В когнітивній психології цей феномен позначають префіксом мета-(над): *мета-свідомість, мета-пізнання.* *Говорять і про мета-уявлення про свої можливості, тобто знання про них.*

Обидва ці рівні самосвідомості виникають не одночасно. У зв'язку з цим у порівняльній психології виникає одна й з найскладніших проблем – проблема егоцентризму, який, як відомо, характеризується сприйманням світу з власної точки зору. Внаслідок егоцентризму під час порівняння людини с твариною, представника європейської культури с представником іншої культури, дорослого та дитини виникає серйозна помилка: в якості зразка для порівняння дослідник приймає себе, вважаючи себе центром світу. Дорослий стає зразком для аналізу дітей, європеєць – володарів примітивного мислення (туземців) тощо. Останній феномен позначено як євро центризм, що є різновидом егоцентризму.

Головна помилка у всіх випадках, що перераховані, полягає в наступному: якщо я себе вважаю ідеалом, то тих, кого я із собою порівнюю, - недосконалими копіями самого себе. Інший такий самий, як я, але набагато(або деякою мірою) гірший за мене... У нього немає чогось такого, що є в мене.

Найгостріше ця проблема виникла під час досліджень первісного мислення у французькій соціологічній школі під керівництвом Л. Леві-Брюля. В середині школи точилась дискусія: хто така первісна людина? Якими є її пізнавальні можливості, порівняно з європейцями?

На думку Л. Леві-Брюля, первинний рівень свідомості та самосвідомості потрібний завжди. Людині завжди необхідно усвідомлювати себе, уявляти світ, в якому вона існує. Знання ж про світ та про себе – достатньо пізнє утворення. Первісні люди так само, як і ми, володіють визначеною самосвідомістю, але вона не є знаковою. Перед тим, як зрозуміти світ та будувати знання про нього, його необхідно уявити.

Отже, пізнавальній картині світу, концепції світу, моделі світу має передувати якесь уявлення його. Філософи стверджують: «Перед пізнанням того, як влаштований світ, в ньому потрібно влаштуватися». Навіть не володіючи поняттями, знаками, науками, можна уявляти себе. Таке уявлення, за Л. Леві-Брюлем, є троїстим та включає до свого складу одразу три компоненти: не лише пізнавальний (знаковий), але й емоційний та вольовий. Первинний рівень є невід'ємним від емоційно-вольової сфери. Дійсно, «прийняття себе», «самоідентичність», «самопочуття», «самоуправління» - синоніми самосвідомості. Усвідомити себе – прийняти себе емоційно, афективно та бути готовим до дії.

Доречно у розглядуваному контексті згадати про дослідження О. Лурії, що в 30-ті роки минулого сторіччя проводились в Узбекистані та мета яких полягала у доведенні того, що у неосвічених селян немає логічних здібностей. Як відомо, їм

для розв'язання пропонувались прості незавершені силогізми. Досліджувані стверджували, що вони не можуть розв'язувати ці задачі тому, що «...я маю бути чесним, я можу говорити лише про те, що бачив сам.» Вони не виходили за рівень безпосереднього спостереження, тим самим формулювали певне усвідомлення себе, прийняття себе.

Л. Леві-Брюль наголошував, що первинний рівень самосвідомості зберігається й надалі та не зникає з появою знань. Яскравим прикладом цього є відомий факт про те, що багато відомих вчених, зокрема, Г. Галілей, не просто сформулював свою концепцію, але й прийняв її афективно, як визначене свідоме переконання.

Суперечка Галілея та Каплера з приводу траєкторії руху планет (коло, за першим та еліпс, за другим) була чисто афективною, а не пізнавальною (за допомогою знань). Вона нагадувала того самого туземця, про якого йшлося раніше. Галілей наполегливо стверджував: «Якщо планети рухаються за еліпсами, я більш не є вченим. Вони мають рухатись лише за колами!» Як видно, під знаковим уявленням Галілея містився його власний емоційно-вольовий фундамент: «Якщо вони рухаються за еліпсом, я нічого не можу знати про них!»

В соціальній психології також виокремлюють два аспекти самосвідомості: когнітивний та афективно-вольовий. Перший позначено як самопізнання (виокремлення себе із середовища, «схема тіла», «образ Я», «Я-концепція»), другий – самоставлення (прийняття себе, розміщення себе в світі, влаштування в світі). Ці аспекти можна виокремити лише умовно, оскільки вони є взаємопов'язаними.

2. Вочевидь, самосвідомість має з'явитися тоді, коли виникає розбіжність між суспільною та індивідуальною свідомістю. Саме слово «самосвідомість» вже нібито передбачає виокремлення суб'єкта із середовища або із суспільства, в якому живе людина.

У первісному суспільстві ще немає різниці між знанням себе та прийняттям себе; між значенням та особистісним смислом. З появою індивідуальної свідомості така різниця є можливою. Виникають «індивідуальні смисли», уявлення самого себе, про свою мотивацію та індивідуальні особливості.

Сьогодні в соціальній психології говорять не лише про індивідуальну самосвідомість, але й про суспільну самосвідомість (національну самосвідомість, соціальну самосвідомість). Самосвідомість з'являється раніше, ніж виокремлюється індивід як дещо окреме. Можна дійти висновку про те, що

самосвідомість виникає раніше, ніж індивід виокремлює себе із суспільства. У зв'язку з визнанням цього факту можна дати ще одне визначення самосвідомості. Це, за своєю сутністю, не що інше, як віднесення себе до соціального цілого, це почуття причетності до соціального цілого, «почуття самоповаги», «потреби бути поміченим» за У. Джеймсом. Слушним є положення: до того, як я зверну увагу на себе, я маю бути поміченим іншими. Отже, індивідуальна самосвідомість з'являється всередині суспільної, нібито виростає з неї.

З вищевказаною обставиною пов'язано багато особистісних проблем: проблема егоцентризму, про яку вже йшлося вище; проблема, яка пов'язана з тим, щоб виокремити себе із суспільства, відчути свою індивідуальність (у Ф. Перлза – «здатність помітити себе») та водночас залишитися в ньому, мати зв'язок з ним, оскільки зрозуміти себе можна лише через розуміння іншої людини.

Відомі випадки й патологічного злиття з оточуючим середовищем, за яких людина не говорить про себе «я», а говорить «ми». Для такої людини немає різниці між «я» та «ми». Цей феномен не є унікальним. Він є феноменом дитячої та соціальної самосвідомості.

3. Відомо, що свідомість є умовою пізнання. Тоді стосовно самосвідомості це положення лунає таким чином: самосвідомість, уявлення, усвідомлювання себе є умовою самопізнання, побудови знання про себе, подолання егоцентризму. Щоб це відбулося, пізнавальна сфера має виокремитись від афективно-вольової.

Вивчення пізнавальних можливостей дітей з дефектами розвитку показало, що ці можливості невід'ємні від афективної сфери. Блейлер характеризував пізнавальні можливості дитини як такі, які зумовлені її аутизмом, внутрішніми потребами суб'єкта.

В сучасній психології панує думка про те, що єдність афекту та інтелекту спостерігається на первинному рівні як самосвідомості, так і самопізнання. Така єдність – необхідна фундаментальна передумова. Але задля розвитку самосвідомості інтелект має відокремитись від афекту. Дослідження свідчать про те, що афект руйнує інтелект. Орієнтування лише на власні потреби порушує об'єктивну картину світу. Пізнавальна сфера має відокремитись від афективно-вольової. Іншими словами, має виникнути «чисте пізнання» як самостійний процес, як самостійна діяльність.

Щодо самосвідомості та її розвитку така діяльність позначається як *рефлексія*, зміст якої полягає в усвідомленні та розумінні своїх можливостей. Вона вимагає ускладнення суб'єкта, поєднання різних позицій, що є умовою подолання егоцентризму. Навпаки, йдеться про децентрацію за Ж. Піаже) – подолання єдиної, лише власної точки зору на світ. Завдяки децентрації з'являється можливість самопізнання, можливість розвитку поняттєвого інтелекту, який уможливорює поєднувати різні точки зору. Поняттєвий інтелект дозволяє вирішувати багато особистісних проблем.

Однією з них є проблема розщеплення, розпаду особистості при такій важкій хворобі, як шизофренія. Але наявність в психіці людини кількох «віртуальних» особистостей, яких можна примирити, є ознакою психічно здорової особистості. В ХХ столітті виник новий феномен, який отримав назву *поліцентризм* – здатність спів ставити, спів віднести різні точки зору в одній людині. Поліцентризм – множинний погляд на світ, на себе та своє місце в ньому. Він пов'язаний з множинністю особистості, її неоднорідністю та наявністю в неї потенційної можливості поєднувати всередині себе продуктивні суперечності. Сучасна психологія різними шляхами вирішує цю особистісну проблему, формуючи в людини таку здатність.

2.3. Критерії самосвідомості

В сучасних теоріях особистості висунуто ідею про те, *що в особистості презентовано водночас три суб'єкти: природний, соціальний та культурний*. Аналіз критеріїв самосвідомості доцільно здійснювати із врахуванням цієї обставини. Отже звертаємось до розгляду *природних критеріїв самосвідомості*.

Самосвідомість, як вже було зазначено, - це здатність виокремити себе із середовища, пережити суб'єктом власну дію, власну активність (спів віднести власну активність та її результати, зв'язати власні дії та їхні наслідки). Останній критерій є водночас і критерієм *здатності до научіння*, можливості індивідуально-мінливої поведінки, яка вимагає научіння та результатом якої є індивідуальний досвід. Нагадаємо, що закони научіння досліджено передусім на тваринах (оперантне научіння, за Б. Скіннером; інструментальне – за Е. Торндайком).

Виходячи з вищевказаного, можна припустити існування у тварин певного уявлення про себе, природної самосвідомості (макака-резус бачить своє відображення в дзеркалі та намагається стерти зі своєї щоки нанесену їй

експериментатором фарбу). Але саме тут, *на природному рівні є можливість знайти відмінність людини від тварини.*

Розглянемо межі цього природного уявлення себе, природної самосвідомості. Можна створити штучні умови спостереження за досліджуваним та випробувати його на мінливість уявлення про себе у раптово змінених умовах. Моделлю таких умов виступає ситуація з інверсією зору, описана Г.Страттоном (Stapp, 2011). Досліджуваному пропонується носити спеціальні окуляри, що перевертають зображення на сітківці відносно горизонтальної осі, внаслідок чого світ, який він бачить, стає «до гори ногами». Мета спостереження – з'ясувати, *чи змінюється у досліджуваного уявлення про себе в умовах перегорнутого простору; чи здатний він співвідносити свої дії з результатами, мати досвід тощо.*

Численні експерименти свідчать про те, що при тривалому носінні таких окулярів людина може пристосуватися до інвертованого зорового поля поведінковому рівні: досліджувані навчалися не тільки ходити, фехтувати, але один з них на п'ятий день їздив на велосипеді.

Водночас, як показали дослідження Дж. Фолі, у тварини, зокрема у мавпи, в аналогічних ситуаціях ніякої адаптації до інверсії зорового поля, навіть на поведінковому рівні, не відбувається. У перші хвилини після інверсії зору мавпа здійснює кілька неправильних рухів, не контролюючи їх, після чого впадає у стан, що нагадує коматозний (не здійснює ніяких рухів). Після двох днів вона припинила активні рухи, прийняла жорстку позу, реагуючі лише на дуже сильні подразники, загалом, була наближена до фізичної загибелі (Foley, 1940).

Отже, можна констатувати, що *уявлення про себе у тварин наявне, але воно ригідне, жорстке.* Воно не може змінитись у нових, зокрема незвичних, умовах. Змінився світ, і суб'єкт втратив здатність до змін себе. Таке обмеження зв'язане з *природною самосвідомістю, існування якої у деяких тварин є можливим.*

Наступна група критеріїв пов'язана із соціальною самосвідомістю, яка виявляється у можливості порівняти себе з іншими, виокремити свої індивідуальні особливості, порівняно з іншим суб'єктом. Необхідною передумовою виникнення такої можливості є наявність мовлення та оволодіння ним. Наявність знакового мовлення уможливорює діалог з іншим та в результаті – майбутнє порівняння з іншим.

В ранньому дитинстві домінує, як відомо, аутистичне, егоцентричне мовлення. Мовленнєвий контакт дитини з іншими відсутній. Дитина не говорить

про себе «Я». Соціальна самосвідомість виникає тоді, коли дитина свідомо вживає займенник «Я» та говорить «я сам». Ця «заява» навряд чи пов'язана з якісним виконанням дії. До того ж це не повна самостійність дитини у виконанні дій, але вказане «Я» створює можливість діалогу з дорослим. Завдяки цьому виникає можливість створення пізнавальних схем.

Отже, другим соціальним критерієм самосвідомості є наявність *когнітивних схем* не лише про оточуючі об'єкти, але й про ті, які стосуються самого суб'єкта.

Третій критерій у цій групі – подолання егоцентризму. Допоки дитина є егоцентричною, вона не може прийняти позицію дорослого. Четвертий критерій – уміння виокремити та усвідомити власну точку зору. До трьох років дитина не здатна розв'язати задачу Ж.Піаже: «Син мого батька, але не я. Хто це?» (Відповідь: мій брат).

Нарешті, третю групу критеріїв презентують ті, які характеризують особистість як культурного суб'єкта. Умовно їх позначено як особистісні критерії самосвідомості. До них належать:

1. Усвідомлення своїх мотивів, спонукань, можливостей, здібностей.
2. Наявність метапізнання (знання про різні аспекти власної пізнавальної діяльності та управління нею).
3. Наявність автобіографічної пам'яті як умови збереження цілісної особистості при всій її множинності.

Очевидно, що все те, що перераховане у першому критерії складає зміст самоактуалізації особистості. Як відомо, мотиви актуально не усвідомлюються людиною. Тому можливість такого усвідомлення може бути розглянутою як резервна в особистісному розвитку. Спочатку вони усвідомлюються спонтанно, у вигляді емоцій. Лише в подальшому усвідомлення власне цих особистісних смислів зв'язане із зміною уявлень про самого себе, з розвитком. Останнє і є самоактуалізацією.

Нагадаємо, що самопізнання є важливим аспектом самосвідомості. Вже йшлося й про те, що, крім просто пізнавальних процесів, які добре відомі нам, існують вони ж, але на рівні метапізнання, яке утворює мета пізнавальну сферу, тобто сферу *знань* про ці процеси.

Метапізнання можливе не лише у дорослих. Зародки таких знань є вже у дітей. Перед ними постає завдання управляти власною пам'яттю, увагою. Діти мають

знання про те, як вони запам'ятовують матеріал, що заважає їх увазі. Можна говорити про те, що вони усвідомлюють себе як суб'єкта пізнання.

Третій критерій має бути пояснений. Справа в тому, що крім довготривалої пам'яті, в якій зберігаються когнітивні схеми (її ще позначають як постійна смислова пам'ять), існує епізодична пам'ять (Tulving, 1984), в якій матеріал зберігається з врахуванням місця та часу. Такі яскраві епізоди, що пов'язані із запам'ятовуванням часу та місця є в пам'яті кожної людини. Чому ми запам'ятуємо саме ці епізоди? – Тому, що у ці моменти часу змінюються наші когнітивні схеми, тобто наші уявлення про світ та про самих себе. Довготривала пам'ять таким чином має врахувати той момент, в який ці зміни відбулися. За допомогою цих часових міток людина визначає свій пізнавальний досвід. Вона має можливість зберігати його.

Досвід змінюється, але при цьому він зберігає свою єдність та єдність особистості, єдність суб'єкта, який пізнає. Таку епізодичну пам'ять Тульвінг назвав автобіографічною. Це пам'ять, яка дозволяє людині зберігати себе та свою автобіографію в часі. Зазначений критерій – яскравий критерій особистісної самосвідомості.

2.4. Одиниці аналізу самосвідомості

Основні поняття, які використовуються при аналізі самосвідомості: «Я», «Я-образ», «Я-концепція».

Вихідним поняттям є поняття «Я». «Я» - прояв глибинної сутності людини, її самість, справжність, автентичність, яка дозволяє їй відрізнити себе від інших людей, переживати, усвідомлювати реальність власного існування. «Я» - активний початок, що інтегрує всі життєві прояви. «Я» дозволяє особистості роздивлятися себе зсередини, спостерігати за собою, усвідомлювати та змінювати себе, регулювати свою життєдіяльність.

«Я» - найвища концентрація суб'єктності людини. У ній втілено всі відчуття від випадкових станів до кардинальних вчинків, ключових життєвих рішень, переживання власної цілісності та неподільності свого минулого, теперішнього та майбутнього.

Сила «Я» визначається здатністю людини зберігати свою самість, не зважаючи на несприятливі зовнішні та внутрішні обставини. «Я» переживається при

виокремленні себе з оточуючої дійсності, порівнянні з різними «не-Я» шляхом узагальнення тих властивостей, які притаманні мені або відсутні в мене, але наявні в інших людей.

Важливим чинником формування почуття цілісності та безперервності «Я» стає власне тіло людини, її ім'я, особисті речі, улюблені предмети, заняття, хобі, референтна група, значимі інші.

У. Джеймс висловив думку про існування чотирьох «Я».

«Я» складається з двох видів «Я»: «I» - «чисте Я»; те, що пізнає (потік думки, що усвідомлює).

«Me» - емпіричне «Я»; те, що пізнається (пізнаване). До нього належить все, що я можу назвати своїм – тіло, психіка, дім, родина, нащадки, друзі, репутація, творчі досягнення, земельна власність, яхта та поточний рахунок. Емпіричне «Я», у свою чергу, складається з трьох «Я»: - *матеріального* (тіло, одяг, власність); - *соціального «Я»* (те, чим визнають дану людину інші: у людини стільки соціальних «Я», скільки груп, думка яких для неї важлива); - *духовного «Я»* (сукупність психічних здібностей та схильностей).

Вищевказані види «Я» можна розглядати як його аспекти. Про аспекти «Я» в літературі часто говорять тоді, коли перераховують терміни, якими позначається уявлення індивіда про себе: «ідея Я», «образ Я», «поняття Я», «Я–концепція». Деякі автори використовують їх як синоніми, інші – намагаються побудувати їх ієрархію (за мірою узагальнення та стійкості). Наприклад, «образ Я» - дещо, що залежить від ситуації; «поняття Я» - стійка структура самосвідомості.

Існує думка, що суворе розмежування цих термінів сумнівне. Краще всього розкриває сутність «Я» людини образ Я. Останній є багатовимірним та багатозначним явищем.

В образі Я взаємопов'язані інстинктивно-чуттєві (самопочуття, самовідчуття) та абстрактно-логічні компоненти (поняття «Я»).

Образ Я представляє собою визначену соціальну установку (установчу систему), що дозволяє уявити його структуру не як випадковий набір компонентів (тіло, психічні, моральні якості й т.п.), а як систему когнітивних, емоційних та поведінкових ознак. Емоційні та когнітивні компоненти «Я» завжди співіснують, але кожен з них має власну логіку розвитку; вони взаємопов'язані, але не зводяться та не виводяться один з одного.

Запропоновано таку ієрархічну структуру «Я-образу»:

1. Неусвідомлені, презентовані лише в переживанні, установки («самопочуття», емоційне ставлення до себе).
2. Усвідомлення та самооцінка окремих властивостей та якостей, які зумовлюють становлення відносно цілісного «образу Я».
3. «Образ Я», вписаний в загальну систему ціннісних орієнтацій особистості, зв'язаних з усвідомленням людиною цілей свого життя та засобів, необхідних для досягнення цих цілей.

Ці рівні функціонально взаємопов'язані та водночас автономні.

Психологи виділяють кілька автономних формальних вимірів, які використовуються в емпіричних дослідженнях з метою порівняння рівня самосвідомості у різних людей або у одної і тієї ж самої людини на різних стадіях її розвитку та які можна позначити як характеристики Я-образу:

- міра когнітивної складності та диференційованості Я-образу (кількість та характер власних якостей, які усвідомлюються людиною). Рівень самосвідомості тим вищий, чим більше своїх якостей усвідомлює особистість та чим складнішими і більш узагальненими є самі ці якості;

- міра чіткості, «виразності» Я-образу, його суб'єктивної значущості для індивіда (одна людина багато думає про себе, у іншої – рефлексія нерозвинена; одна більш турбується про свою зовнішність, інша – про розумові здібності);

- міра внутрішньої цілісності, послідовності Я-образу (людина може бачити себе під різними кутами, що призводить до певної суперечливості її самосвідомості. У даному випадку Я-реальне та Я-ідеальне не співпадають, що може стати рушійною силою самовиховання. Але, якщо людина усвідомлює, що притаманні їй якості несумісні одна з одною, виникає внутрішня напруга, сумніви, коливання. Прикладом може стати ситуація, коли високий рівень домагань сполучається з низькою оцінкою своїх здібностей в значущій сфері діяльності;

- міра стійкості, стабільності Я-образу в часі. Ця характеристика визначається стабільністю самооцінки, яка, в свою чергу залежить від рівня ригідності нервової системи, сили установок людини, її соціальної сенситивності, конформності, навіюваності. В одних людей самооцінка є стабільною, в інших – крихкою.

Спільний знаменник, підсумковий вимір «Я», що виражає міру прийняття чи неприйняття індивідом самого себе, його позитивне або негативне ставлення до самого себе – самоповага. Остання є похідною від сукупності окремих само оцінок. Підтримання певного рівня самоповаги – неусвідомлювана(але важлива) функція самосвідомості. Таким чином, самооцінка та самоповага – основні компоненти Я-образу.

Розглянемо основні підходи до аналізу «Я – образу» та його природи.

Відповідно до одної з точок зору, Я-образ є індикатором глибинних якостей, які не усвідомлюються людиною. Прихильники другої точки зору вдаються до аналізу компонентів, з яких складається я-образ. Згідно цієї позиції, я-образ - уявлення індивіда про своє тіло, розум, здібності, соціальне положення.

Системно-структурний аналіз генезису самосвідомості дозволив констатувати, що Я-образ, дійсно, завжди включає до себе певний набір компонентів (тіло, психічні, моральні якості тощо), але їх конкретний зміст та значущість варіює залежно від соціальних та психологічних умов та станів. Людина усвідомлює передусім такі свої властивості, на які хтось звертає увагу. Це стосується навіть елементарних фізичних властивостей.

Вже простий опис, фіксація тієї чи іншої властивості включає момент оцінки та порівняння. Розумний, красивий, сильний – усі ці визначення мають оцінний сенс та передбачають порівняння з кимось. Усвідомлення багатьох своїх психологічних і навіть тілесних якостей окремо від їхньої соціально – моральної та естетичної самооцінки є практично неможливим.

Соціальну природу «Я» людини підтверджує той факт, що, разом з біологічним, тілесним «Я», до усвідомлення якого індивід прагне нібито «зсередини», завдяки розвитку органічного самопочуття, образ-я включає соціальні компоненти, джерелом яких є взаємодія індивіда з іншими людьми. Згадаємо Ч. Кулі : «ідея Я» («дзеркальне Я») формується вже у ранньому віці у взаємодії з іншими. Вирішальне значення у цьому процесі мають первинні групи: родина, однолітки і т. д. Про важливу роль практичної взаємодії індивіда з іншими людьми в становленні самосвідомості писав і Д.-Г. Мід: « «Я» - похідне від групового «ми», яке воно непрямо до себе включає... Зміст «Я» зумовлено не думками інших людей, а реальними взаєминами з ними, сумісною діяльністю».

Взаємодія індивіда з іншими людьми уможливорює рефлексію себе: здатність поставити себе на місце іншого, засвоїти ставлення інших до себе. Адекватною

моделлю цього процесу є дитяча гра. Дитина у стосунках з людьми не стільки «приймає» роль іншого (ставить себе на його місце), скільки ідентифікує себе ним, засвоюючи при цьому його ставлення до себе або приписує іншому свої власні мотиви.

Базисним компонентом «Я-образа» є *образ тіла* - психологічна презентація в самосвідомості свого фізичного тіла. В образі тіла співіснують : актуальне сприйняття власної зовнішності; відображене сприйняття очима інших людей; ідеальний образ, до якого прагнуть; уявлення про стан здоров'я свого організму, свої фізичні можливості, вікові обмеження.

Тіло - своєрідний центр функціонування особистості, оскільки основні прагнення майже завжди мають соматичні джерела, а деякі відхилення в особистісному розвитку – психосоматичні причини. Психосоматичний напрямок в психології пов'язаний з ім'ям Ф. Александера – психоаналітика, одного із засновників психосоматичної медицини. Сьогодні встановлено, що багато соматичних хвороб (гіпертонія, бронхіальна астма, виразкова хвороба шлунку та 12-палої кишки, цукровий діабет, ревматичний артрит, нейродерміт, сексуальні хвороби, деякі види раку та ін.) мають психологічні причини.

Проблематика тілесності посідає провідне місце в нейропсихологічних та нейрофізіологічних дослідженнях самосвідомості, спрямованих на виявлення її мультисенсорних та вестибулярних механізмів. Зокрема, досліджено просторові системи відліку у самосприйманні тіла. Пропонуємо розглянути отримані в цих дослідженнях цікаві результати.

Проблема саморозташування/втілення та самоатрибуції/володіння тілом тісно пов'язана з тим, як люди кодують просторову інформацію. Положення даного стимулу може бути закодовано щодо положення тіла спостерігача (тілоцентрована система відліку), щодо інших екстракорпоральних об'єктів (об'єктно-центрована система відліку) або щодо інваріантного прискорення земного руху (система відліку з центром сили тяжіння). За нормальних умов, саморозташування та володіння тісно пов'язані з орієнтованою на тілі системою відліку, але, цей зв'язок може зруйнуватися, що призведе до різноманітних станів самосвідомості, що спонтанно виникають у неврологічних пацієнтів та можуть бути експериментально викликані у здорових суб'єктів.

Що являє собою *тілоцентрована система відліку*?

Відображення розташування об'єкта в просторі може бути закодовано щодо системи відліку, зосередженої на тілі, яка відповідає положенню тіла. Оскільки тіло складається з різних сегментів, можна виділити підсистеми відліку, і просторові розташування об'єктів можуть бути закодовані по відношенню до цих підсистем. Наприклад, по відношенню до голови (система відліку з центром голови), руки або середньої лінії тулуба. Особливо важливими для тілесно-орієнтованого кодування та самосвідомості є *пропріоцептивні відчуття*, а саме кінестетичні відчуття (м'язові пропріоцептивні рецептори та інші рецептори кістково-м'язової системи) і *вестибулярне відчуття* – це дозволяє нам сприймати тілесні подразники та, можливо, також відчувати наше тіло як нашу власність і як локалізоване в просторі.

Аферентна тілесна сенсорика, сигнали, а також еферентні моторні сигнали беруть участь у побудові динамічної, переважно несвідомої, репрезентації власного тіла. Йозеф Герстманн описав це уявлення як «модель свого тіла чи свого матеріального «я», яку людина формує протягом життя у своєму розумі, і яку вона мимовільно несе з собою, тобто поза центральною свідомістю. Це своєрідна внутрішня *діаграма*, що представляє тіло людини в цілому, а також окремі його частини відповідно до їх *розташування, форми, розміру, структурної та функціональної диференціації та просторового взаємозв'язку*, а також відображає *сторони тіла* – праву та ліву, передню і задню, вгору і вниз».

Тілесно-центровану систему відліку можна відрізнити від *об'єктно-центрованої системи відліку*. В останній просторове розташування об'єктів кодується по відношенню до інших об'єктів, розташованих в екстракорпоральному просторі. Таким чином, це кодування, яке є незалежним від систем відліку, орієнтованих на тіло і положення тіла спостерігача.

Фундаментальну роль у створенні об'єктоцентричної системи відліку відіграють, *візуальні або слухові підказки*, представляючи орієнтованість на світ. Оскільки самосприймання локалізується не лише щодо власних тілесних кордонів, але й щодо *позаособистісного простору та об'єктів у ньому*, саморозташування також може бути порушено, коли порушується алоцентрична система відліку.

В дослідженнях виділено третю систему відліку, *орієнтовану на гравітацію*. Її позначено як *геоцентричну систему відліку* та підкреслено її важливість. Система відліку з центром сили тяжіння в основному пов'язана з *гравітаційним прискоренням*, напрямок якого є постійним, становлячи незмінну просторову прив'язку. Дійсно, ми маємо постійне знання про вертикальну орієнтацію та про «вгору та вниз». Існує багато емпіричних даних, які показують, що такі знання покращують просторові судження. Сенсорні сигнали, що кодують систему відліку,

зосереджену на гравітації, в основному походять від *отолітових вестибулярних рецепторів*, які чутливі до лінійного прискорення, що кодує положення голови по відношенню до гравітаційного прискорення. Це доповнюється *соматосенсорними сигналами*, що стосуються сигналів тиску з будь-якої частини тіла, яка може контактувати з будь-якою поверхнею, що чинить опір гравітації. Саморозташування та володіння також можуть бути порушені у випадках порушення вестибулярної або соматосенсорної інформації, що призводить до зміни системи відліку з центром сили тяжіння, як показано в даних орбітальних і параболічних польотів.

Тілесні сигнали, які мають відношення до саморозташування та володіння, ймовірно, кодуються по відношенню до всіх трьох систем відліку, але, обробка мультисенсорної інформації в системах відліку, зосереджених на тілі та гравітаційному центрі, має ключове значення. *Мультисенсорна дезінтеграція в тілесно-центрованій та гравітаційно-центрованій системах відліку призводить до ненормального саморозташування та самосприймання*. Наслідком вказаної дезінтеграції є так звані *аутоскопичні явища*.

Аутоскопичні явища — це ілюзорні копії власного тіла, які іноді пов'язані з аномаліями у сприйманні власного тіла. Було описано кілька типів аутоскопичних явищ. Основні аутоскопичні явища називаються «аутоскопичними галюцинаціями» та «позатілесним досвідом». Вони виникають після пошкодження скронево-тім'яної кори або скронево-потиличної кори та зумовлені різними моделями мультисенсорної дезінтеграції інформації з тіла та навколишнього простору, що призводить до характерних феноменологічних відмінностей, які виявляються в *аутоскопичних галюцинаціях, теплоаутоскопії та позатілесному досвіді*.

При аутоскопичних галюцинаціях, теплоаутоскопії та позатілесному досвіді пацієнти бачать ілюзорне власне тіло в позаособистісному просторі, але вони систематично відрізняються щодо самолокації та самоатрибуції ілюзорного тіла.

По-перше, *пацієнти з аутоскопичними галюцинаціями страждають від чистих візуальних ілюзій власного тіла*, приклад яких описаний в медичній літературі: «Зображення [його власного обличчя] вперше з'явилося на відстані приблизно 30 см перед ним, більше ліворуч, і зберігалося протягом трьох-чотирьох хвилин. Він міг ідентифікувати обличчя та верхню частину тіла, включаючи колір сорочки та вираз обличчя».

Ці пацієнти не приписують собі ілюзорне тіло (тобто вони не приписують це тіло неправильно, як своє власне) і не локалізують себе в положенні ілюзорного тіла (тобто немає аномального втілення).

Що стосується вищезгаданих просторових систем відліку, «аутоскопичне я» відповідно кодується нормально по відношенню до систем відліку, зосереджених на тілі, об'єкті та гравітації. По-друге, на відміну від аутоскопичних галюцинацій, при переживанні позатілесного досвіду пацієнти схильні локалізувати себе в положенні ілюзорного тіла (ненормальне втілення). Ці пацієнти завжди приписують собі ілюзорне тіло, принаймні частково і тимчасово.

Саморозташування та зорово-просторова перспектива повідомляються або як бачення світу з фізичного тіла (нормальна тілесно-центрована система відліку) або з позиції ілюзорного тіла (ненормальна або змінена тілесно-центрована система відліку). При аутоскопичних галюцинаціях пацієнти, як правило, не повідомляють про втрату тіла (навіть якщо локалізують себе на положення ілюзорного тіла), а радше відчуття подвоєння себе або співіснування двох «я». В цих випадках також можна говорити про аномалію егоцентричної системи відліку. Аномальна, орієнтована на дисоціацію тіла та себе, система відліку в теплоаутоскопії ілюструється цим прикладом:

Пацієнт «сидів за столом у палаті лікарні, а медсестра переставляла йому венозний катетер на правій руці. [Він відчув] повільне обертання назад у горизонтальне положення. Там він раптом побачив, що стоїть позаду медсестри. Він заявив, що: «Він був схожий на мене, але на десять років молодший і був одягнений інакше, ніж я в той момент». [Він] бачив лише верхню частину себе, включаючи тулуб, голову, плечі, руки та кисті. У [пацієнта] було враження, ніби він бачить сцену або зі своєї повернутої позиції («дивлячись на стелю»), або з початкового положення сидячи в кріслі до появи дисоціативних відчуттів. Різні точки зору змінювалися кілька разів протягом епізоду».

Локалізація та атрибуція себе з ілюзорним тілом у *позатілесному положенні завершується у позатілесних переживаннях*. У цій третій формі аутоскопичних явищ пацієнти завжди локалізують себе поза своїм тілом і можуть побачити своє тіло з цього безтілесного місця. Таким чином, кодування саморозташування щодо систем відліку, зосереджених на тілі та з центром гравітації, є ненормальним, оскільки «я» є безтілесним, не локалізованим у межах тіла (аномальна система відліку, зосереджена на тілі), а також локалізоване у піднятому екстракорпоральному місці (аномальна система відліку з центром сили тяжіння). Самоцентрична та об'єктцентрична системи відліку зберігаються. Як і у випадку

теплоскопії, позатілесний досвід пов'язаний із соматосенсорними та вестибулярними ілюзіями, такими як «піднесення, політ, легке запаморочення, опускання».

Дотичним до питання, що розглянуто вище, є питання про схему тіла. Схема тіла - широко розповсюджене поняття, яке використовується при аналізі образу тіла в сучасній літературі. *Схема тіла* - пластична модель власного тіла, достатньо константна, яку людина будує, виходячи із звичних соматичних відчуттів. Вона відображає постійне знання людини про власне тіло, у той час як образ тіла достатньо ситуативний, змінний.

Схема тіла – суб'єктивне уявлення про власне тіло. Її уперше було описано Полем Шилдером, психіатром та учнем З.Фрейда. П. Шилдер зазначав, що схема тіла у нашому уявленні не тотожна фізичному тілу.

Схема тіла формується у свідомості та репрезентується у мозку, а потім несвідомо проектується на фізичне тіло. Нейробіологи часто позначають її як «віртуальне тіло», підкреслюючи ту обставину, що вона існує у свідомості незалежно від фізичного тіла. Схема тіла формується на основі даних від множини карт мозку, включаючи зір, дотик, біль та пропріоцепцію (відчуття положення кінцівок у просторі); загалом, використовуються дані від будь-якої карти, яка містить сенсорну або навіть емоційну інформацію про наше тіло. Таким чином, це загальна сума висхідних даних від усіх органів чуття плюс емоційне уявлення людини про власне тіло.

Схема тіла може достатньою мірою відповідати фізичному тілу у тому сенсі, що вона може бути доволі точним уявленням про нього. У таких випадках ми можемо забути про те, що схема тіла є породженням нашої свідомості, яке відрізняється від реального тіла. Але якщо схема тіла не співпадає з реальним тілом, різниця стає дуже гарно помітною. Багато хто з нас відчував цю невідповідність, навіть не усвідомлюючи її, коли зубний лікар давав нам анестетик: щелепа та скули раптово здавались набагато більшими, ніж насправді. Ця невідповідність виявляється тоді, коли молода невротична жінка з анорексією дивиться у дзеркало та стверджує, що вона товста, хоча насправді – шкіра та кістки, організм знаходиться на межі виснаження. На її суб'єктивній схемі тіла присутня лише зайва вага, хоча реально вона схожа на живий скелет.

У сучасній неврології використовується прийом візуалізації з метою полегшення больових відчуттів. Московіц пропонував пацієнтці уявляти, як зменшуються області мозку, що задіяні в обробці больових відчуттів. (До речі,

гіпнотизери часто користуються цим прийомом для полегшення болю, коли пропонують пацієнтам уявити, як хвороблива ділянка стискується, вицвітає та відділюється від них. Це – робота не з фізичним тілом, а із суб'єктивним уявленням про нього).

Австралійські вчені змушували пацієнтів у лабораторії «стискувати» їхню схему тіла для перебудови зв'язків у мозку. У 2008 р. Г. Лорімер Мозлі, австралійський невролог з колегами Тімоті Парсонсом та Чарльзом Спенсом провели оригінальне дослідження людей, що страждають від хронічного болю та напухання кінцівок. Вони запропонували їм дивитись на свої руки у різних обставинах. На початок, у контрольній ситуації, вони дивились на руки, виконуючи десять простих рухів. Потім вони дивились на руки у бінокль без лінз (ще одна контрольна ситуація на той випадок, якщо використання біноклю впливало на результати). У третій серії експерименту вони дивились на руки та виконували рухи, дивлячись у бінокль з двократним збільшенням. В останній серії вони дивились в бінокль з протилежного кінцю, внаслідок чого руки здавались меншими.

Дослідники спостерігали, що біль підсилювався, коли зображення рук збільшувалось, та слабшав, коли руки здавались мініатюрними. До того ж дослідники вимірювали коло (окружність) їхніх пальців під час експерименту. Виявилось, що напухання підсилювалось, коли пацієнти роздивлялись свої руки під збільшенням.

Це дослідження доводить, що сприйняття болю не повністю визначається сенсорною інформацією від больових рецепторів, але залежить і від схеми тіла. Коли мозок, спираючись на викривлені дані, що надходять через бінокль, визначає, що біль надходить від невеличкої ділянки, він робить висновок: «Шкода є мінімальною». (Мозлі висунув припущення про те, що біль зменшується, оскільки мозок містить «візуально-тактильні» клітини, які водночас обробляють зорові та тактильні відчуття, та що візуальне збільшення пошкодженої ділянки збільшує активацію цих клітин).

Учені нотінгемського університету (Англія) розробили прилад «Міраж» для викривлення схеми тіла під час дослідження проєкційних зон мозку (оптична ілюзія під назвою «Міраж»).

Дослідники запропонували дітям під час ярмарку класти руки у коробку з вбудованою камерою. «Міраж» виводив викривлені зображення їхніх рук на

великий екран, де діти могли бачити їх. Це був комп'ютерний варіант галереї кривих дзеркал.

Коли діти легенько смикали себе за кінчики пальців, на екрані здавалось, що нібито їх пальці розтягуються у три або чотири рази проти нормальної довжини. Коли вони натискували на пальці, ті стискувались на екрані. Іншими словами, зображення на екрані викривлювало зорову інформацію про стан їхніх рук, водночас фізичне тіло залишалось незмінним.

Бабуся одного з дітей вважала, що це виглядає потішно та спробувала сама. Але вона попередила вчених, що їм краще бути охайнішими з демонстрацією розтягування пальців, оскільки страждала на артрит.

Коли їй демонстрували, як витягується віртуальний палець, вона заявила, що її палець більше не болить та поцікавилась, чи може вона взяти апарат з собою.

Доктор Кетрін Престон продовжила дослідження з двадцятьма добровольцями, що страждають на остеоартрит, іноді з постійним болем в руках, ступнях або попереку. Дослідження виявило, що апарат вдвічі знижував рівень болю у 85% пацієнтів. У деяких людей найсильніше полегшення починалось тоді, коли пальці зменшувались, у інших – коли пальці розтягувались, а треті відчували полегшення при будь-якій зміні образу пальців. Багатьом ставало легше користуватися пальцями після експерименту.

Загалом, можна стверджувати, що *модифікація схеми тіла* у реальному часі може послабити сприйняття болю. Відчуття болю формується динамічно та перетворюється залежно від візуальної інформації, що надходить. Тому змінюючи зворотній зв'язок, що надходить у мозок за допомогою зорового каналу, можна значно модифікувати сприйняття болю.

«Головна» внутрішня карта нашої схеми тіла є тісно інтегрованим сполученням множини різних карт. До її складу входять:

- *первинні біологічні карти*, які ґрунтуються на *сенсорних* даних;
- *штучні карти* (відображення в дзеркалі, улюблене фото, медичні зображення – наприклад, ми бачимо, як скорочується наше серце на ехокардіограмі, або нам показують рентгенівський знімок із зображенням наших внутрішніх органів).

Загалом, усе, що можна визначити, як *уявлення про нас*, в решті-решт входить до складу нашої загальної схеми тіла.

Таким чином, тілесна самість – фундамент самосвідомості протягом всього життя індивіда. Культурно-історична традиція у вивченні психіки та свідомості залишила за межами своїх пошуків проблему тілесності, займаючись, як відомо, проблемою духовного Я. В останні роки – пильна увага до проблеми фізичного Я. Сфера тілесності впливає на свідомість та самосвідомість особистості іноді значно більшою мірою, ніж духовна сфера. Описано випадки, коли самосвідомість, яка напружено працює в пошуках сенсу життя, долі або причин омани та краху, замикається або занурюється в тілесність власного Я. Відбувається зміщення центру свідомості. Воно шукає сенс не у зовнішніх предметах, не у внутрішніх діяльностях, а в переживаннях власної тілесності. Свідомість та самосвідомість підкоряються тілу, позбавляються свободи у своєму розвитку.

Тілесність може витіснити буттєві та рефлексивні шари свідомості. Тіло стає не лише зовнішньою формою, але й повновладним господарем духа. В решті-решт, потенційно нескінченна широка свідомість звужується до точки фізичного Я індивіда.

Отже, більшість вчених, які використовують поняття «Я-образ» як ключове при аналізі самосвідомості людини, дають йому таке визначення: « Я-образ – особистість, як така, в єдності всіх аспектів її буття. Це інтегральне уявлення про себе, яке виникає в результаті пізнання себе та формування ставлення до себе. Воно пов'язане з осмислюванням своєї ролі на кожному етапі життєвого шляху. «Я-образ» є регулятивним механізмом психічного життя, мотиваційним ядром особистості.

На думку великої кількості психологів, центральним поняттям, яке найбільшою мірою розкриває сутність самосвідомості та «Я» людини, є поняття «Я-концепція». Образ Я у цих теоріях розглядається як описова складова Я-концепції. Зокрема, Р. Бернс позначає образ Я терміном «картина Я» та зазначає: «Я-концепція» - це не просто те, що уявляє індивід, але й те, що він про себе *думає*, як дивиться на свій діяльний початок та можливості розвитку у майбутньому (Burns, 1989).

Р. Бернс розуміє Я-концепцію людини як сукупність її установок «на себе». Виходячи з такого розуміння, він аналізує структуру Я-концепції та виокремлює в ній три складові: когнітивну, оцінну та поведінкову (Burns, 1989).

Когнітивна складова, або образ Я, включає уявлення індивіда про себе, оцінна складова, чи самооцінка - афективну оцінку цього уявлення про себе. Поведінкова складова являє собою потенційні поведінкові реакції чи конкретні

події, які можуть бути викликані знаннями про себе і ставленням до себе. Такий поділ Я-концепції на компоненти є умовним. Насправді Я-концепція – це цілісне утворення, всі компоненти якого, хоч і мають відносну самостійність, тісно взаємопов'язані.

Когнітивна – деяка описова складова, що фіксує знання, уявлення людини про саму себе. Іншими словами, сукупність переконань про себе і є когнітивною складовою Я-концепції. Такі переконання можуть мати різну значимість для індивіда. Він може вважати, наприклад, що він насамперед сміливий, а сильний лише у десятку чергу. Ця ієрархія є непостійною і може змінюватися в залежності від контексту або з часом. Поєднання та значимість характеристик у той чи інший момент значною мірою зумовлюють установки індивіда, його очікування стосовно себе.

З процесуального погляду когнітивна підструктура постає як самопізнання – процес отримання знань про себе. Через самопізнання людина досягає певного знання себе, тобто результатом процесу самопізнання виступає цілісний образ «Я».

Оцінна складова – наявність критичної позиції людини стосовно того, чим вона володіє, ким є.

Індивід не лише вважає, що має певні характеристики, а й певним чином оцінює їх, ставиться до них. Йому може подобатися чи не подобатися те, що він, наприклад, сильний. Результатом цього процесу самооцінювання є *самооцінка* – судження про значення чи значущість своїх вчинків, здібностей, рис чи особистості загалом.

Самооцінка – один із найважливіших структурних компонентів Я-концепції особистості. Будь-яке знання людини про себе пов'язане з його емоційно-оцінним ставленням до цього знання.

Самооцінка визначається як цінність, значимість, якої індивід наділяє загалом і окремі сторони своєї особистості, діяльності, поведінки. У психологічній науці самооцінка сприймається як центральне особистісне утворення і центральний компонент Я-концепції.

Самооцінка виконує регуляторну та захисну функцію, впливаючи на поведінку, діяльність та розвиток особистості, її взаємини з іншими людьми. Основна функція самооцінки в психічному житті особистості полягає в тому, що вона виступає необхідною внутрішньою умовою регуляції поведінки та діяльності. Вища форма саморегулювання на основі самооцінки полягає у своєрідному

творчому ставленні до власної особистості — у прагненні змінити, покращити себе та в реалізації цього прагнення. Захисна функція самооцінки, забезпечуючи відносну стабільність і автономність особистості, може призвести до спотворення досвіду.

Самооцінка – досить складне утворення людської психіки. Вона виникає на основі узагальнюючої роботи процесів самосвідомості, що проходить різні етапи, і перебуває на різних рівнях розвитку під час становлення особистості. Тому самооцінка постійно змінюється, удосконалюється. Процес встановлення самооцінки не може бути кінцевим, оскільки сама особистість постійно розвивається, отже, змінюється і її ставлення до себе. Джерелом оцінних уявлень індивіда про себе є його соціокультурне оточення, зокрема соціальні реакції на якісь прояви його особистості, а також результати самоспостереження.

На думку Бернса, є три моменти, суттєві для розуміння самооцінки. По-перше, важливу роль її формуванні грає зіставлення образу реального Я з образом ідеального Я, тобто з уявленням про те, якою людиною хотіла б бути. Це зіставлення часто фігурує в різних психотерапевтичних методиках, при цьому високий ступінь збігу реального та ідеального вважається важливим показником психічного здоров'я. Таким чином, чим менше розрив між реальним уявленням людини про себе та її ідеальним Я, тим вища самооцінка особистості.

По-друге, важливий чинник для формування самооцінки пов'язаний з інтеріоризацією соціальних реакцій цього індивіда. Іншими словами, людина схильна оцінювати себе так, як, на її думку, її оцінюють інші.

Нарешті, по-третє, на формування самооцінки суттєво впливають реальні досягнення особистості в найрізноманітніших видах діяльності. І тут, чим значніші успіхи особистості в тому чи іншому виді діяльності, тим вищою буде і її самооцінка.

Зміст самооцінки багатоаспектний, так само як складна і багатоаспектна сама особистість. Він охоплює світ її моральних цінностей, відносин, можливостей, здібностей. Виділяються приватні самооцінки – оцінка будь-яких окремих сторін своєї особистості чи конкретних дій (наприклад, оцінка свого інтелектуального потенціалу чи своїх успіхів у професійній діяльності) та загальна (глобальна) самооцінка, яку іноді називають самоповагою. Загальна самооцінка – це не просто сума всіх приватних самооцінок, а певний вид взаємозв'язку значимих самооцінок, тобто оцінка себе у найбільш значимих видах діяльності.

Розрізняють також самооцінку адекватну та неадекватну. Адекватна самооцінка відображає реальний погляд людини на саму себе, її досить об'єктивну оцінку своїх здібностей, властивостей і якостей. Неадекватна самооцінка характеризує особистість, чиє уявлення себе далеко від реального. Така людина оцінює себе необ'єктивно, її думка про себе різко розходиться з тим, якою її вважають інші.

Неадекватна самооцінка, своєю чергою, може бути як завищеною, так і заниженою. Якщо людина переоцінює свої можливості, результати діяльності, особисті якості, її самооцінка є завищеною. Така людина самовпевнено береться за роботу, що перевищує її реальні можливості, що при невдачі може призводити її до розчарування та прагнення перекласти відповідальність за неї на обставини чи інших людей. Якщо людина недооцінює себе в порівнянні з тим, якою вона є насправді, то її самооцінка занижена. Така самооцінка руйнує в людини надії на власні успіхи та хороше ставлення до неї з боку оточуючих, а реальні свої успіхи та позитивну оцінку оточуючих вона сприймає як тимчасові та випадкові. Як завищена, так і занижена самооцінка ускладнюють життя людини. Нелегко жити невпевненим у собі, несміливим людям; не менш важко жити й зарозумілим.

Адекватна самооцінка також не буває однорідною. В одних людей вона висока, в інших нижча. Підвищена самооцінка характеризує людину, яка не вважає себе гіршою за інших і позитивно ставиться до себе як до особистості. У неї досить високий рівень домагань та віра у свої здібності. Така людина керується своїми принципами, знає собі ціну, думка оточуючих не несе для неї вирішального значення. Вона упевнена в собі, тому критика не викликає у неї бурхливої захисної реакції та сприймається спокійно. Людина, що позитивно відноситься до себе, зазвичай більш прихильно і довірливо ставиться до оточуючих.

Знижена самооцінка проявляється у постійному прагненні недооцінювати власні можливості, здібності, досягнення, підвищену тривожність, побоювання негативної думки про себе, підвищену вразливість, що спонукає людину скорочувати контакти з іншими людьми. І тут страх саморозкриття обмежує глибину і близькість спілкування. Люди зі зниженою самооцінкою часом недовірливо та недобррозичливо ставляться до інших людей.

Для розвитку позитивної самооцінки важливо, щоб дитина була оточена постійною любов'ю незалежно від того, якою вона є в даний момент. Таку любов називають безумовною. Постійний прояв безумовної батьківської любові викликає в дитини відчуття власної цінності та сприяє формуванню позитивного ставлення до себе.

Самооцінка тісно пов'язана з *рівнем домагань*. Цей термін було введено у школі відомого німецького психолога К. Левіна. Рівень домагань визначає прагнення до досягнення цілей того ступеня складності, на який людина вважає себе здатною. Вирішальним чинником у становленні рівня домагань є переживання суб'єктом своїх досягнень як успішних чи неуспішних. Наприклад, для одного студента складання будь-якого іспиту на «добре» може виступати як колосальний успіх, а для іншого – як провал.

У. Джеймс пов'язував рівень домагань із самоповагою, запропонувавши таку формулу:

Самоповага = Успіх : Рівень домагань.

Під успіхом автор розумів ефективно виконання не будь-якої, а лише значущої для людини діяльності.

Поведінкова складова залежить від потенційної поведінкової реакції, тобто конкретних дій, які можуть бути викликані образом Я, самооцінкою та самовідношенням.

Ким би людина себе не вважала, вона не може ігнорувати те, як вона насправді поводить себе, те, що їй насправді вдається. Ця «об'єктивна» частина і є поведінкова складова Я-концепції.

Регулююча роль Я-концепції у тому, що вона спрямована на захист, підтримку та розвиток власної особистості. Результатом саморегулювання є формування самоефективності. Самоефективність відображає переконання у своїх здібностях організувати і виконати дії, необхідні для певних досягнень, означає віру людини в те, що в складній ситуації вона зможе продемонструвати вдалу поведінку. Самоефективність – це почуття власної компетентності в тій чи іншій діяльності, судження про свої здібності та можливості, а не судження про власну цінність (А. Бандура).

У низці досліджень встановлено, що очікування ефективності корелюють з реальною поведінкою. Іншими словами, людина переважно демонструє ту поведінку, яку вона сама від себе очікує, і бачить саме ті наслідки, на які чекає. Очікуючи отримати відмову у відповідь на прохання, вона саме прохання формулює так, що воно закономірно веде до відмови.

Таким чином, до структури Я-концепції входять три складові:

1. Образ «Я» - уявлення індивіда про себе.

2. Самооцінка – афективна оцінка цього уявлення, яка може мати різну інтенсивність, оскільки різні риси образу «Я» можуть викликати більш чи менш сильні емоції, які пов'язані з їх прийняттям або засудженням.

3. Потенційна поведінкова реакція, тобто конкретні дії, що можуть бути викликані образом «Я» та самооцінкою.

Поряд із компонентами, виділяються *три основні модальності Я-концепції*:

1. Реальне Я: як людина сприймає свої актуальні здібності, ролі, свій актуальний статус, тобто її уявлення про те, якою вона є насправді в теперішньому часі.

2. Дзеркальне Я: уявлення людини про те, як її бачать інші. Дзеркальне Я виконує важливу функцію самокорекції домагань людини та її уявлень про себе.

3. Ідеальне Я: уявлення людини про те, якою б вона хотіла би стати. Ідеальне Я формується як деяка сукупність якостей та характеристик, ролей, які людина хотіла б бачити у себе і які вона хотіла б виконувати. Протиріччя між реальним та ідеальним Я становить одну з найважливіших умов саморозвитку особи. Приклади розходження між Я-реальним та Я-ідеальним наявні в працях З. Фрейда, К. Левіна, К. Роджерса та інших.

Залежно від того, на якому рівні – фізичного організму, соціального індивіда чи особистості – проявляється активність людини, виділяють наступні рівні або аспекти Я-концепції:

1) на рівні «організм-середовище» – фізичний Я-образ (схема тіла), що викликається потребою у фізичному благополуччі організму;

2) на рівні соціального індивіда – соціальні ідентичності: статева, вікова, етнічна, громадянська, соціально-рольова, пов'язані з потребою людини у приналежності до спільноти;

3) на рівні особистості – диференційований образ Я, який характеризує знання себе у порівнянні з іншими людьми, надає індивіду відчуття власної унікальності, що забезпечує потребу у самовизначенні та самореалізації.

Однак якщо фізичне та соціальне Я виділяють практично всі дослідники, то щодо третього аспекту все не так однозначно.

Згадаємо, що У. Джеймс додавав до названих двох рівнів духовне Я (повне об'єднання окремих станів свідомості, конкретно взятих духовних здібностей і

властивостей) і матеріальне Я (пласт особистості, що включає ті елементи, з якими ми ідентифікуємо себе як особистість, - це не тільки наше тіло, але також і наше майно, дім, друзі та сім'я).

Р. Бернс вважав, що поряд з фізичним та соціальним Я, необхідно розглядати розумове та емоційне Я.

Ряд сучасних дослідників як третій рівень розглядають Я-екзистенційне, як оцінку себе в аспекті життя та смерті. Інші виділяють духовне Я (ступінь освоєння та усвідомлення ідеального світу: історичного, релігійного, культурного, філософського, психологічного, морального) та «Я-простору» (ступінь освоєння та усвідомлення себе), в якому знаходять своє відображення всі інші елементи особистості.

Найбільш логічним та обґрунтованим представляється виділення трьох рівнів/аспектів Я-концепції: фізичний рівень/аспект, соціальний рівень/аспект, особистісний рівень/аспект (включає духовний, матеріальний, екзистенційний, розумовий та емоційний аспекти).

Не менш важливими у структурі Я-концепції є тимчасові чи хронологічні складові. На цьому рівні виділяють тріаду хронологічних Я: Я – минуле, Я – теперішнє, Я – майбутнє. До структури справжнього, актуального Я належить сукупність уявлень людини про себе насправді, в даний момент. Це система якостей, що приписуються собі, відносно стійкий Я-образ. Майбутнє чи можливе Я – уявлення індивіда про те, яким він може стати. До свого майбутнього Я людина певною мірою йде мимоволі, крім свого бажання та ідеального Я. Відповідно, Я-минуле – це уявлення індивіда про те, яким він був.

Також поширеним є визначення динамічного Я та фантастичного Я. Динамічне Я є той тип особистості, яким індивід поставив собі за мету стати. Воно змінюється залежно від досягнення успіхів чи невдач особистості. Центральне місце у структурі динамічного Я займають претензії особистості, її ідентифікація, подання бажаних статусів та ролей. Фантастичне Я – це уявлення про те, якою хотіла б стати людина, якби все було можливо. З досягненням зрілості структура фантастичного Я поступово згортається.

Виділяють ще кілька складових:

- Ідеалізоване Я - це той образ, яким людині приємно бачити себе зараз, яким їй приємно виглядати зараз; це те, чим суб'єкт є у своїй ірраціональній уяві.

Ідеальне Я є можливим Я – на противагу ідеалізованому Я, якого неможливо досягти.

- Я, що представляється / презентується - я-маска, яким я себе показую іншим. Це такі образи та маски, які індивід виставляє напоказ, щоб приховати за ними якісь негативні чи болючі риси, слабкості свого реального Я». Для людей зі зниженою самоповагою характерна загальна нестійкість образів Я і думок про себе. Вони більше за інших схильні «закриватися» від оточуючих, представляючи їм якесь «хибне обличчя», «яке».

– Фальшиве Я – це спотворене Я-справжнє. «Я», що осмислюється щодо уявних мотивів, набуває фальшивого особистісного сенсу. У цьому спостерігаються такі феноменальні риси самосвідомості, як страх негативної самооцінки і одночасне очікування негативного ставлення від інших, самоцінність підтримки позитивного самовідношення й водночас нездатність до вчинків, які приносять особистості почуття справжньої самоповаги. Фальшиве «Я» виявляється фактором, що спотворює сприйняття як самого себе, так і соціальної дійсності.

Як бачимо, останні три складові, неспіввіднесені з реальним Я, пов'язані з неадекватною самооцінкою і можуть призводити до патологічних особистісних порушень або свідчити про них, тому можна позначити їх як спотворюючі складові Я-концепції.

Отже, *Я-концепція* – сукупність усіх уявлень людини про себе, про всі свої властивості, можливі та дійсні, істотні та другорядні. Я-концепція - це організований паттерн ауто перцепції, якій формується в процесі розвитку самосвідомості та включає Я-вчорашнє, Я-сьогоднішнє та Я-завтрішнє. Я-концепція будується на основі само сприйняття та самоставлення, яке постійно співставляється із сприйманням себе іншими людьми, їх емоційним ставленням. Я-концепція є достатньо стійким та складним гештальтом у дорослої людини. На ранніх етапах формування Я-концепція відрізняється мінливістю та залежить від зовнішніх умов та життєвих обставин, зміни ціннісних орієнтацій особистості. Як правило, Я-концепція є значною мірою неусвідомлюваною. Але будь-які надзвичайні життєві обставини, наприклад, життєві кризи, потребують від людини глибшого усвідомлення своєї Я-концепції.

2.5. Рівні самосвідомості

Як відомо, в єдиному процесі самосвідомості можна виокремити два взаємопов'язаних аспекти: самопізнання та самоствавлення.

За усталеною в психології традицією ці аспекти розділяють та розглядають на різних рівнях: на рівні природного організму, соціального індивіду та на рівні особистості.

Слід зауважити, що на природному рівні два зазначених аспекти суворо розрізняються, за мірою підйому по рівнях ця відстань скорочується і в решті-решт вони збігаються. Звернемось до розгляду цих аспектів на кожному з вказаних рівнів по черзі.

Природний рівень (аспект) самопізнання – когнітивний аспект природної самосвідомості – пов'язаний з наявністю вже розглянутої нами вище *схеми тіла*, тобто уявлення про себе як про діючого суб'єкта. У тварин можна говорити лише про тіло. Коли ж ми говоримо про людину, зокрема, про її фізичне «Я» (матеріальне «Я» за У.Джемсом), то йдеться не лише про тіло. Схема тіла іноді не вимагає спеціального усвідомлення. Вона представлена і на несвідомому рівні (первинний рівень самосвідомості).

Загалом, схема тіла – когнітивне уявлення себе, вона може бути поясненою за допомогою поняття *сенсомоторний інтелект* (Ж.Піаже). Інакше кажучи, схема тіла пов'язана з наявністю сенсомоторного інтелекту. Цю стадію у розвитку інтелекту Ж.Піаже характеризував як допоняттєвий (до мовленнєвий) інтелект. Вона є самостійною та починається з моменту народження дитини й закінчується з появою мовлення (поняттєвого мислення). Інтелект, який існує до мовлення, являє собою єдність сприймання та дії – сенсомоторний інтелект, за Ж. Піаже. Вчений зазначав: спочатку сприймання та дія в дитини розділені. Схема (сприймання) об'єкта виникає тоді, коли дитина починає діяти з цим об'єктом. Якщо ж у дитини відсутня схема об'єкта, відсутня й схема дії з ним. Сприймання та дія в неї не співвідносяться, тому її сенсомоторний інтелект не розвинений. Формування схеми об'єкта у дітей відбувається як у мавпи (інсайт за В.Келлером) : дитина багаторазово кидає іграшку і вимагає, щоб її знову їй повернули, таким чином вона співвідносить дію та результат. Останнє Ж.Піаже позначив терміном «реакція по колу». Таке активне експериментування дитини має на меті встановлення зв'язку між дією та результатом, між рухом об'єкта та власним рухом.

Не дивлячись на те, що об'єкт повертається різними боками, дитина розуміє («інсайт»), що це один і той самий об'єкт. Отже можна вважати, у дитини є схема об'єкта, що є свідомством наявності в неї природної самосвідомості.

В експериментах з інвертованими окулярами, про які йшлося раніше, тварина не могла пристосуватись до змін середовища, тому що вона не була в змозі змінити схему тіла, уявлення про своє фізичне «Я». У людини відбулась поведінкова адаптація, оскільки змінилась схема тіла, загалом, когнітивне уявлення про себе. Але й в людини у цій ситуації є певні обмеження: надто важко вона адаптується на перцептивному рівні. Якщо спитати в неї, де знаходиться будь-який об'єкт, людина стає дезорієнтованою. Коли вона діє, процес адаптації відбувається нормально, коли потрібно рефлектувати з цього приводу, виникають складнощі.

Природний рівень самоствавлення може бути охарактеризований через особливе почуття – так зване «неясне» м'язове почуття, самовідчуття «комфарту-дискомфарту». Йдеться про «стародавню» чутливість, яка афективно закарбована та низька за інтенсивністю. Як правило, деякі відчуття людини (дотик, смак, нюх) викликають в неї відношення до них у вигляді відчуття комфорту або дискомфорту («відсидіти ноги» - приклад самоствавлення на природному рівні).

Таким чином, на природному рівні самосвідомості пізнавальна сфера є афективно закарбованою та презентована схемою тіла й «неясним» м'язовим почуттям.

Соціальний рівень самопізнання – когнітивний аспект соціальної самосвідомості – пов'язаний з наявністю «образа Я», який є предметом аналізу в загальній та соціальній психології тощо. Традиційно в соціальній психології «образ Я» розглядається в контексті проблем соціальної перцепції. Він дозволяє порівняти себе з іншими. Водночас зазначений образ є одиницею сприймання.

Образ, як такий, виконує кілька функцій. Спроекуємо виокремленні Р.Арнхеймом три функції образу на «образ Я»:

1) функція зображення (власне сприймання, його перцептивна функція). Яким є зображувальне уявлення про себе? Відомо, що образ як зображення завжди абстрактніший, ніж об'єкт. Він нагадує схему об'єкта. Тому ця функція якимось чином схематизує об'єкт. Трикутником можна зобразити гору. Цей образ абстрактніший, ніж сама гора!

2) знакова функція. Власне образ («чуттєва тканина») є байдужим до його змісту. Прикладом можуть бути дорожні знаки(перегорнутий трикутник – поступись дорогою). Чому саме таким є цей знак? - Внаслідок домовленості!

Образи іншої людини виступають не лише як зображення, але й як знаки. Знаки ж є засобом пізнання. Існує поняття «соціальне научіння».

Отже, формування образу власного «Я» має засоби, в якості останніх виступають інші люди. Згадаємо, як індивід засвоює соціальні ролі: потрібно для цього мати зразок, щоб співвідносити його із собою, а себе -з власною дією. Можна сказати, що засвоєні нами звички, способи мислення – це знаки приналежності до якоїсь групи.

3) символічна функція. Символ завжди конкретніший, ніж зміст, який він презентує. Трикутник може бути не лише зображенням гори, але і символом прогресу, росту. Зазначимо, що соціальне середовище у становленні самосвідомості сприймається не як знак, а швидше як *символ*. В чому схожість знака та символу? – Вони обидва заміщують об'єкт, навіть самого себе(соціальне уявлення про себе не тотожне реальному «Я»). Різниця між ними в тому, що знак – результат домовленості, тому його потрібно дешифрувати, роз'яснювати. Символ же зрозумілий одразу. В символі тісно пов'язані між собою пізнавальний, афективний та вольовий аспекти.

Приклади: людина побачила тривожний сон. Почуття тривоги наявне одразу.

Зустріч психотерапевта і клієнта в психоаналізі. Для терапевта образ-сновидіння пацієнта – це знак, він не знає, що за ним стоїть, яким є значення цього знаку. Це значення відбудовується в психоаналізі, тим самим відтворюється його зміст. Контекст знака потрібно дуже довго пояснювати (що за ним стоїть?яке його значення?) Зовсім не потрібно роз'яснювати контекст символу.

У соціальному житті велика кількість проблем, пов'язаних проблемами зростання: труднощі, хвороби росту пояснюються тим, що люди, як зразки поведінки, для суб'єкта виступають не стільки як знаки, але і як символи. У символах пізнавальний аспект тісно пов'язаний з афективним та вольовим.

Ще один аспект *соціальної самосвідомості* – *самоставлення*. Зазначений аспект тісно пов'язаний із символічним боком образу. Якщо образ не потрібно роз'яснювати, то він прийнятий суб'єктом афективно та як спосіб дії. Заради чого будується образ «Я»? – Заради того, щоб повноцінно увійти в суспільство та бути прийнятим у ньому.

Другий аспект самостворення – самоуправління власною поведінкою, управління моторикою та психічними функціями загалом. Дуже часто люди йдуть на певні випробування не лише заради того, щоб становилася їх самосвідомість, але й задля того, щоб формувалася їх особистість в цілому. Цей феномен позначено як «вихід особистості із соціального індивіду». Задля здійснення цього «виходу» потрібно робити це повноцінно та до кінця зіграти свою роль.

Когнітивний аспект наступного, *особистісного*, рівня самосвідомості презентує «Я-концепція».

Якщо на попередньому рівні ми аналізували цей аспект на мові сприймання («образ Я» на рівні соціальної перцепції), у даному випадку йдеться про Я-концепцію, що зв'язує цей рівень з раціональним пізнанням, з мисленням. Цей аспект - аспект раціонального осмислювання себе.

Розвиток самопізнання особистості пов'язаний з мисленням і, ширше – із світоглядом. Поле досвіду людини розширюється. Те, як людина уявляє себе на раціональному рівні, визначає її особистісний розвиток. Світогляд пов'язаний з поняттям «життєвий шлях». Останній є теж виокремленням себе, але воно є раціональним. Мова йде про такі процеси: людині як особистості потрібно визначитись та відобразити себе в мисленні, уявити себе як розумну істоту. Іншими словами, людина має побудувати «іманентну концепцію особистості», в якій відобразити власний внутрішній світ, що водночас має бути адекватним діяльності, яку вона виконує. Таке уявлення про себе забезпечує суб'єктові можливість жити та виконувати конкретну професійну діяльність. Ця концепція не є чисто науковою. Можна говорити у даному випадку лише про те, як людина намагається себе зрозуміти, а не лише пояснити.

Якщо людина прагне осмислити себе як особистість, то вона ставить перед собою задачу усвідомлення власної мотивації: концептуально уявити підґрунтя своєї особистості, свої спонукання та мотиви.

Як можна діяти при побудові цієї концепції? З одного боку, можна будувати моделі особистості, концептуально їх оформлювати, висловлювати в цих моделях свої побажання, спиратись при їх побудові на минулий досвід і, навіть, досвід інших людей.

Говорячі про способи побудови Я-концепції, можна розглянути дві позиції під час такої побудови:

1. Позиція конструктора. Людина конструює себе, подібно тому, як конструює інженер будь-що. Аналогічною є позиція письменника.

2. Позиція, яка спрямована на розуміння людини, розуміння, за якого немає будь-яких оцінок. Прийняття людини такою, якою вона є і такою, яка може розвиватись як особистість. Зазначена позиція - позиція художника, людини, яка не претендує на мислення «знаками», на те, щоб «раз значити» реальність, яка для нього є цінною та дорогою. Він думає символами. Знак потрібно пояснювати, а символ зрозумілий безпосередньо.

Таким є зміст когнітивного аспекту особистісного рівня самосвідомості.

Другий аспект – *самоставлення*. Найкраще відображає цей аспект *самооцінка*.

Загальновідомо, що справжній світогляд неможливий без емоційного відношення до нього. До того ж неможливо створити уявлення про себе, не оцінюючи себе з якоїсь іншої позиції.

За К. Роджерсом, наявні три іпостасі людського «Я»: - «Я» для іншого; - «Я» реальне; - «Я» ідеальне. Саме останнє «Я» відображає очікування людиною можливостей свого розвитку.

Людина оцінює себе нібито двічі: на початок вона має виокремитись, відчутти себе автономною у своєму соціальному оточенні, відрізнити себе від своїх соціальних ролей («горизонтальний розвиток» - початок особистісного росту). Неспівпадіння, не конгруентність між реальним та ідеальним «Я» вимагає виходу за власні межі – трансцендування – «ріст за вертикаллю». Відстань між ідеальним та реальним «Я» - основа особистісного росту.

Ф. Перлз (50) стверджує, що особистісному ростові передують чотири етапи, кожен з яких є перешкодою на його шляху, але водночас вони є реальністю:

1. Патологічне злиття (немає дистанції між «я» та «ми»). Відсутня можливість усвідомити свої спонукання. Плутанина власних спонукань з чужими.

2. Ретрофлексія – звернення чужих спонукань на себе (прийняття відповідальності). Власні спонукання та спонукання інших не розрізняються.

3. Інтроекція - прийняття чужих спонукань всередину себе, поза проробленням їх. При цьому багато рис власної особистості стають зайвими.

4. Проекція будь-яких своїх властивостей на іншого, яка є умовою спочатку зовнішнього, а потім і внутрішнього обговорення цих властивостей. Останнє знаменує собою початок особистісного зростання.

Заслуговує на увагу точка зору про те, що різні процеси самосвідомості, рівною мірою, як і різні аспекти «Я-образу» співвідносяться з рівнями активності людини як організму, індивіду та особистості.

В формах активності організму найважливішу роль відіграють процеси само виокремлення та само врахування себе в перцептивних та рухових процесах.

Розвиток самосвідомості індивіда характеризується :

- прийняттям точки зору іншого на себе;
- ідентифікацією з батьками;
- засвоєнням стандартів виконання дій та формуванням самооцінки;
- набуттям самоідентичності в рамках сімейних відносин та відносин з однолітками;
- формуванням статевої (та пізніше - професійної) ідентичності;
- становленням самоконтролю.

Самосвідомість особистості характеризується через вияв своєї соціальної цінності та сенсу свого буття, формування та зміну уявлень про своє майбутнє, минуле та теперішнє тощо.

Основною одиницею самосвідомості на рівні індивіду та особистості визнано «смысл Я». Як одиниця самосвідомості, смысл «Я» містить когнітивний, емоційний компоненти та компонент ставлення. Він пов'язаний з активністю суб'єкта, яка відбувається поза свідомістю, тобто з його соціальною діяльністю.

Можна виділити два принципово різні типи відношень, в яких можуть опинитись особливості суб'єкта з його власною метою та мотивом:

- 1) вони можуть бути умовою, що сприяє йому у досягненні власної мети та мотиву («Я» набуває позитивного особистісного смислу);
- 2) вони можуть перешкоджати у цьому процесі («Я» набуває негативного особистісного смислу)

Переходячи у свідомість, особистісний смисл виражається у значеннях, тобто когнітивно, наприклад, у констатаціях рис (умілий, спритний, неспритний, терплячий тощо) та в переживаннях – почутті незадоволення собою або гордості за досягнений успіх.

Процес співвіднесення «Я» з мотивом та осмислювання «Я» опосередкований не лише «самовживаннями», але й оцінками інших людей, порівнянням з іншими, існуючими стандартами. Людина оцінює так, як це зробила б інша людина, з позиції іншого.

На індивідному рівні смисл «Я» тотожній самооцінці та виконує передусім адаптивну функцію стосовно діяльності суб'єкта. «Я гарний» - сигналізує суб'єкту, що з досягненням мотиву все добре; «Я поганий» - є сигналом про те, що суб'єкт – негативна умова досягнення власної мотивації.

Самооцінка буде співпадати з оцінкою суб'єкта іншими людьми тією мірою, якою мотив та мета суб'єкта співпадають з технологічно передбачуваними продуктом та способом діяльності (тобто соціально, у суспільній свідомості та у практиці).

Так, технологія навчання у ЗВО передбачає в якості кінцевого продукту випускника, який володіє знаннями та навичками, що роблять його здатним до самостійної роботи, до життя в якості повноправного громадянина. Ця мета має бути засвоєною студентом у вигляді мотиву.

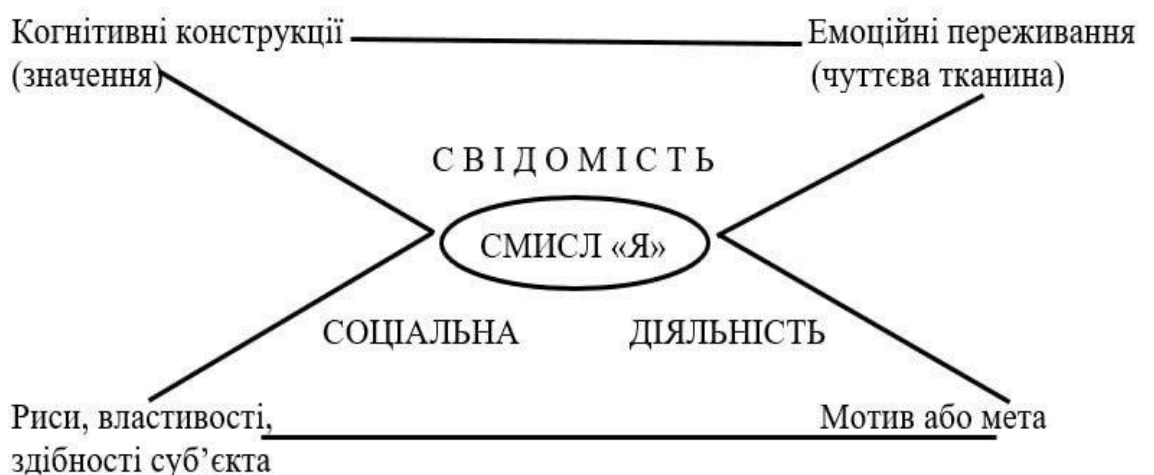


Рис. 7. Схема «смыслу Я»

Як видно, особистісний смисл посідає місце вершини водночас у двох трикутників:

1. Нижній – свідчить про те, що діючий суб'єкт осмислює себе як умову досягнення його власних цілей та мотивів. У цьому разі смисл входить до руху реальної діяльності суб'єкта.
2. Верхній – ілюструє зв'язки смислу «Я» з іншими складовими свідомості, тобто він обмежує зв'язки, що виникають всередині свідомості.

2.6. Самоствавлення та його психологічна структура

В психології самоствавлення розглядається не лише як один з найважливіших аспектів, що виокремлюється в єдиному процесі самосвідомості, але й як самостійний психологічний феномен. Його головне призначення полягає в тому, що в ньому виражається *смисл «Я»*.

Встановлено, що самоствавлення є ієрархічно-динамічною системою. Про яку ієрархію йдеться? – Про ієрархію самооцінок, які утворюють два рівні самоствавлення:

- 1 – рівень парціальних самооцінок;
- 2 – рівень узагальненої самооцінки.

Два вказаних рівні організуються в єдину систему шляхом інтеграції парціальних самооцінок з врахуванням суб'єктивної значущості останніх (самооцінка є більш значущою, чим більш значущим є той аспект особистості, якого вона торкається). Оскільки на різних етапах життєвого шляху ці аспекти є різними, тому відповідна система самооцінок динамічна. Наприклад, для підлітків значущою є зовнішність, в юнацькому віці – інтелект, в подальшому – або предметний, або соціальний інтелект.

Загалом, структура самоствавлення зводиться до тих аспектів «Я», що входять до Я-концепції.

Та чи інша особливість емоційного ставлення виступає як ядерна структура системи, посідаючи провідне місце в ієрархії інших аспектів самоствавлення. Саме ця ядерна структура визначає зміст та вираженість узагальненого стійкого самоствавлення.

Зміст самої ядерної структури самоствавлення та ієрархічна субординація його аспектів визначається:

- мотивами, що його породжують;

- місцем людини в системі суспільних відношень, «соціальною ситуацією розвитку», тобто її соціальною позицією. Унікальна соціальна ситуація розвитку, до якої включений індивід, задає ієрархію провідних діяльностей та мотивів, по відношенню до яких відбувається осмислювання власного «Я». Самоставлення зумовлене ціннісною ієрархією діяльностей, в яких індивід вбачає переважну сферу самореалізації (праця, сімейне життя, суспільна діяльність і т.ін.), та специфічних критеріїв, якими він вимірює життєві успіхи та поразки. Загалом, самоставлення народжується через зіткнення «Я» суб'єкта з мотивами, що упредметнюють потребу в самореалізації особистості.

Соціальна ситуація розвитку формує «абетку» емоційних переживань щодо осмислювання «Я». За її допомогою людина може висловити та інтерпретувати свої стани. (Людина з бідною «абеткою», в якій відсутнє кохання, відчувати почуття кохання не може). Йдеться про «мову» переживань та почуттів. Між емоціями та наявністю в мові відповідних лінгвістичних конструкцій існує зв'язок.

Самоставлення складається з двох підсистем:

- системи самооцінок;
- системи емоційно-ціннісних відношень.

Феноменологічно обидві ці системи знаходяться в одній площині, але за своєю сутністю – це системи різних рівнів, які знаходяться в різних відношеннях до смислу «Я».

Система самооцінок більшою мірою, ніж глобальна самооцінка, яка виявляється у свідомих судженнях індивіда про свою цінність та значущість, та яка визначає зміст системи емоційно-ціннісних відношень, підкорена дії захисних механізмів. Захисне перетворення самооцінки полягає в тому, що вона є «дисплеєм», за допомогою якого суб'єкт має можливість судити про адекватність своєї поведінки та продуктивність своєї діяльності. Самооцінка уособлюється в автономну підструктуру «Я» і стає предметом особливої турботи суб'єкта. Її функція полягає тепер у тому, щоб продукувати «внутрішні» позитивні оцінки, які здатні заслужити несприятливі для суб'єкта оцінні реакції.

Самооцінка, уособившись в автономну захисну підструктуру, сама, в свою чергу, потребує на захист – превентивні заходи, які знижують несприятливу для суб'єкта оцінну активність інших людей або спрямовують цю активність в сприятливе для суб'єкта русло.

Функціонування захисного механізму самооцінки супроводжується тому впливом на партнерів по спілкуванню – «захистом захисту». Останнє здійснюється шляхом «програмування» іншого на заздалегідь очікувану та підготовлену реакцію схвалення, позитивної оцінки або згоди.

Таким чином, «захист захисту» приховує від іншого та маскує для самого суб'єкта смисловий щабель, що лежить в основі комунікативного стану. Розкрити цей глибинний щабель можна лише шляхом довільної відмови від захисту, через саморозкриття: перехід до довірливого діалогу з іншим.

Незважаючи на те, що обидві підсистеми самоствавлення феноменологічно лежать в одній площині, мови їх презентації індивіду різні.

У випадку *оцінки* самоствавлення виступає як *самоповага*, почуття *компетентності* або почуття *ефективності* (оцінка власної ефективності у досягненні мети), в якості *емоції* – як *симпатія*, почуття власної *гідності*, *цінності*, *саморійняття*. Як бачимо, самоствавлення на основі симпатії менш залежить від успіхів та невдач, порівняно із ставленням на основі оцінки.

Спостереження свідчать про те, що у випадку, коли важлива за своїм сенсом діяльність зіштовхується в процесі свого здійснення з негативною стимуляцією, що викликає навіть сильне емоційне переживання, то особистісний смисл її від цього не змінюється; частіше відбувається інше: своєрідна, швидко зростаюча дискредитація емоції, що виникла.

Отже, один аспект самоствавлення, довільно чи мимовільно «захищається», інший – виступає як заданість, що не підкоряється «психічним маніпуляціям». Саме ця обставина пояснює феномен, за якого людина, що має стійку низьку самооцінку, може гарно до себе ставитись.

Питання до самоконтролю

1. Що таке самосвідомість? Як вона співвідноситься із свідомістю? Яке місце в психічній організації людини вона займає?
2. Чи можна розглядати самосвідомість як усвідомлення власної свідомості? Відповідь обґрунтуйте .
3. Що означає «персоніфікація» свідомості? За допомогою якого поняття можливо персоніфікувати свідомість?

4. Як співвідносяться «Я» та свідомість?
5. Що виникає раніше в онтогенезі: свідомість чи самосвідомість? Які існують точки зору стосовно цього питання?
6. Які диференційні ознаки притаманні первинному та вторинному рівням самосвідомості?
7. В контексті яких проблем, пов'язаних із самосвідомістю, можуть бути вирішені наступні особистісні проблеми: 1) проблема егоцентризму; 2) проблема розщеплення особистості при шизофренії?
8. Що таке поліцентризм?
9. Які критерії самосвідомості виокремлюють?
10. В яких тварин можна припустити наявність природної самосвідомості? Якими є її обмеження? Відповідь обґрунтуйте.
11. Що є передумовою формування у дитини можливості порівняти себе з іншими, виокремити свої індивідуальні особливості, порівняно з іншим суб'єктом?
12. Яке значення в формуванні самосвідомості мають когнітивні схеми?
13. Який з особистісних критеріїв самосвідомості складає зміст процесу самоактуалізації?
14. В чому полягає сутність метапізнання та автобіографічної пам'яті? Яке значення воно мають для самосвідомості?
15. Розкрийте сутність поняття «Я» людини та визначить його основні аспекти.
16. Що таке «Я-образ» як одиниця аналізу самосвідомості? Якою є його структура? Якими характеристиками його можна описати?
17. Які види «Я-образу» можна виділити?
18. Яке місце в «Я-образі» посідає образ тіла? Що таке схема тіла?
19. Яке значення для самосвідомості має тілесна самість?
20. Що таке «Я-концепція»? Якою є її структура та евристичний потенціал, порівняно з «Я-образом»?
21. До складу якого елемента «Я-концепції» входить самооцінка? Яким є її зміст? Які функції в самосвідомості вона виконує?
22. Які види самооцінки виокремлюють? Як вона пов'язана з рівнем домагань особистості?

23. В чому полягає регулююча роль «Я-концепції»? Що таке само ефективність та яке значення вона має в саморегуляції поведінки?
24. Назвіть три основні модальності «Я-концепції».
25. Охарактеризуйте аспекти (рівні) «Я-концепції».
26. Які рівні самосвідомості можна виокремити? В чому полягає специфіка їх аналізу?
27. Охарактеризуйте природний, соціальний та особистісний рівні самопізнання та самоствавлення.
28. Як можна описати розвиток самосвідомості, ґрунтуючись на співвідношенні її процесів з рівнями активності людини як організму, індивіду та особистості?
29. Проаналізуйте смисл «Я» як одиниці самосвідомості.
30. Якою є психологічна структура самоствавлення як самостійного психологічного феномену?
31. Чим визначається зміст ядерної структури самоствавлення та ієрархічна субординація його аспектів?
32. Чим відрізняється самоствавлення на основі симпатії від самоствавлення на основі оцінки?
33. В яких феноменах виступає самоствавлення, коли воно виникає на основі оцінки? на основі емоції?
34. Яким чином функціонує захисний механізм самооцінки, забезпечуючи «захист захисту»?

ПІСЛЯМОВА

Аналіз психологічної сутності свідомості та самосвідомості, який постав головним завданням даного посібника, був спрямований на розкриття місця зазначених феноменів у психічній організації суб'єкта; виявлення їхньої природи, рівнів прояву, структури, функцій, видів та форм.

У цьому посібнику ми прагнули висвітлити свідомість як складну, суб'єктивну, багатовимірну і гетерогенну реальність. Саме такою вона постає у постнекласичній інтерпретації. Останнє було проілюстровано підходами до аналізу її природи, які демонструють нейронауки, фізика та філософія.

Сформульовані нами так звані «довічні головоломки», що пов'язані зі свідомістю, дозволили конкретизувати лише деякі аспекти «важкої проблеми» свідомості, на вирішення якої спрямовані зусилля вчених, представників різних галузей науки.

На сучасному етапі розвитку знань про свідомість трансдисциплінарні дослідження цього феномену базуються на соціогуманітарній методології. Не втрачає своєї актуальності при цьому і онтологічний підхід до аналізу свідомості, тому що завданням будь-якої науки, яка претендує на вивчення свідомості, є наповнення її конкретним онтологічним змістом та сенсом. Онтологічний аспект свідомості, який стосується зв'язку свідомості та буття, є найважливішим. Головною перешкодою на шляху трансдисциплінарних досліджень свідомості досі постає опозиція свідомості та буття, яка не є тотожною опозиції матерії та свідомості.

Провідну траєкторію при аналізі психологічної сутності свідомості завдали основні постулати онтологічного підходу, згідно якого свідомість - це єдність знання та переживання, відображення та відношення. Свідомість є вищою психічною функцією. Як вища психічна функція свідомість є способом особистісної регуляції відносин, що створюються в діяльності. Свідомість є не просто найвищим особистісним утворенням, вона є найвищою здібністю діючого суб'єкта. Аналіз свідомості як форми відображення дійсності сприяє реалізації ідей онтологічного підходу.

На нашу думку, у посібнику наведено достатню кількість аргументів на користь того, що специфічні властивості, які притаманні свідомості, дозволяють їй посідати особливе місце в системі складних психічних процесів. Свідомість – це особливий рівень відображення. Це відображення зовнішнього світу, яке здійснюється через відчуття, сприймання, мислення та уяву і характеризує якість різних рівнів психічного відображення, їх ідеальну форму, яка засвоюється індивідом в процесі його розвитку в суспільстві.

Нам імпонує прагнення нейронаук знаходити нові й нові підтвердження зв'язку свідомості з мозком. Не викликає сумніву той факт, що свідомість – це продукт та результат діяльності органічних систем. Але до таких систем належить не лише мозок, а й індивід та суспільство. У випадку свідомості доцільно говорити не про анатоμο-морфологічні органи, які забезпечують її повноцінне функціонування, а про функціональні органи свідомості, до яких належать: живий рух, предметна дія, інтегральний образ світу, установка, емоція тощо, що в сукупності складає духовний організм. Переваги такого підходу до аналізу механізмів свідомості полягають в тому, що він дозволяє, по-перше, подолати так звану «мозкову метафору» при спробі онтологізації

свідомості; по-друге, є більш релевантним домінуючій у сучасних дослідженнях свідомості соціогуманітарній методології.

Водночас ми характеризували свідомість як суперпозицію функціональних органів, зазначивши, що як функціональний орган, вона еволюціонує, інволюціонує, є реактивною та чутливою. Але їй притаманні свої, специфічні властивості: діалогічність, поліфонічність, спонтанність розвитку, рефлексивність. На особливу увагу заслуговує ідея діалогічності та поліфонічності свідомості. На наш погляд, вона може бути продуктивною для розкриття природи свідомості.

На меншим евристичним потенціалом володіє і поняття рефлексії. Нагадаємо, що рефлексивна функція розглядається нами як головна функція свідомості, разом з відображальною. Саме вона характеризує сутність свідомості. Слідуючи за думкою М. Чиксентміхайї, рефлексивну свідомість можна розглядати як новий орган, своєрідний «метамозок», який еволюція створила лише в людини. Рефлексивна свідомість, як було зазначено, надає людині додатковий ступінь свободи, дозволяючи їй бути відносно вільною від влади генетичних та соціальних програм, закладених в людину біологією та культурою. Останнє положення може бути використане як один з важливих аргументів теоріями, для яких проблема свободи волі є центральною при аналізі свідомості людини.

Розгляд рефлексивної свідомості як однієї з ключових передумов переходу від режиму детермінованості до режиму самодетермінації змінює традиційну філософську формулу щодо характеру зв'язку свідомості та буття. Більш слушним стає положення про те, що буття визначає нерозвинену свідомість; розвинена свідомість може почати зі свого боку визначати буття.

Говорячи про розвинену рефлексивну свідомість, ми скористалися поняттям «повноцінне рефлексивне відношення» та розкрили його зміст через два моменти, що є необхідними та достатніми умовами його наявності. Обидва вказані аспекти рефлексії є важливими. Перший з них – при аналізі свідомості не лише як внутрішньої картини (моделі) світу, але й як головного механізму довільної активності людини. Другий – при аналізі самосвідомості як такої форми, поза якою свідомість не може існувати.

Послугуючись вищенаведеним, ми висвітлювали свою позицію щодо місця свідомості в категоріальному складі психологічної науки, розглядаючи її як метапсихологічний еквівалент базової психологічної категорії «образ», та проблеми наявності свідомості у тварин.

Ідеї онтологічного підходу слугували підставою для вибору серед існуючих поглядів на структуру свідомості тієї структури, яка уявляється нам більш упредметненою та об'єктивованою. Зокрема, у ній чітко показано, в яких психологічних феноменах виявляється визначений структурний елемент свідомості.

Розкриваючи сутність самосвідомості, ми постійно апелювали до свідомості: співвідносили ці два феномени за змістом та етапами виникнення. До того ж рівневий аналіз свідомості – наявність первинного рівня та вторинного (поняттєвого, знакового) – було застосовано при аналізі самосвідомості. Рівневий аналіз здався нам продуктивним при характеристиці критеріїв та рівнів самосвідомості.

Розгляд в якості вихідного феномену самосвідомості «Я» людини ґрунтувався на тому, що задля розкриття сутності свідомості потрібно не лише упредметнити її структуру, а й персоніфікувати свідомість. Ми зробили наголос на тому, що без включення поняття «Я» залишається незрозумілим не тільки те, що таке свідомість, але й відсутній суб'єкт, що потребує відповіді на це запитання. Усвідомлення власного «Я» є епіцентром свідомості й самосвідомості.

Нами було детально висвітлено різні аспекти та статуси «Я» людини. Ми приділили достатньо уваги також аналізу поняття «смысл Я», яке визначене основною одиницею самосвідомості на рівні індивіду та особистості. На завершення було визнано за доцільне проаналізувати психологічну структуру самоставлення, як самостійного психологічного феномена самосвідомості, головне призначення якого полягає в тому, що в ньому виражається «смысл Я».

Отже, ми висловлюємо надію, що наш посібник допоможе читачам знаходити оптимальні маршрути під час подорожі по лабіринтах свідомості та самосвідомості і врешті-решт знайти з них вихід. Майбутнє в розкритті таємниць свідомості і самосвідомості належить вам! Ми бажаємо вам успіху у даній нелегкій справі, яка дозволить відкривати нові й нові грані цих найзагадковіших явищ у відомій нам частині Всесвіту.

Список рекомендованої літератури

1. Гроф, С. (2019) Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості. Terra Incognita. 400 с.
2. Гусельцева, М. (2018) Свідомість як проблема психології: постнекласична інтерпретація. *Психологія і суспільство*. № 3-4. С. 51-66. DOI: 10.35774/pis2018.03.051
3. Деннет, Д. (2018) Пояснення «магії» свідомості. *Психологія і суспільство*. № 3-4. С. 5-12.
4. Каліщук, С. М., Сергєєнкова О. П. (2021) Свідомість як процес і результата «Співвіднесення «Я» зі світом». *Психологія третього тисячоліття: теорія, практика, експеримент. Загальна психологія та психологія особистості*. № 33 (2). с. 10-13. DOI: 10.36059/978-966-397-245-9-2
5. Колісник, О. В. (2012) Філософія свідомості Д. Деннета: параметри розуміння самості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Філософія. Політологія*. № 106. С.10 -13
6. Коркос, Я. А. (2022) Концептуальний зміст категорії «свідомість» у зарубіжній психології. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*. (1). С. 11-17. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2022-1-2.
7. Максименко, С. Д., Швалб, Ю.М. (2014) Загальна психологія. Київ: Ін Юре. 256 с.
8. Малеев, А. К. (2016) Проблемність штучного інтелекту і свідомості за роботою Джона Серля «Свідомість, мозок і наука». *Мультиверсум. Філософський альманах*. 5-6. С. 89-98. DOI: 10.35423/2078-8142.2016.5-6.08
9. Москалець, В. П. (2020) Загальна психологія. Підручник. *Ліра*. 564 с.
10. М'ясоїд, П. (2021) Культурно-історична психологія і творчість В. А. Роменця. Постановка проблеми. С. 1-35.
11. Папуча, М. В. (2018). Сознание: осознанная реальность? Психологія людини: Свідомість і реальність. *Збірник матеріалів VIII міжнародної науково-практичної конференції (30-31 жовтня 2018 р.)*. с. 197-205.
12. Попович, М. Д. (2022) Філософія. Історія і теорія. Навчальний посібник. Кам'янець – Подільський. 659 с.
13. Стебельська, О., Федорів Л. (2019) Сучасна філософія свідомості про перспективи створення штучного інтелекту. *Вісник Львівського університету. Філософ.-політолог. Студії/ № 22*. с. 111-119.

14. Терлецька, Л. Г. (2003) Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу. Монографія. Київ. Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет». 150 с.
15. Ткаченко, О.А. (2021) Сучасний етап генезису уявлень природничих наук про свідомість та проблеми їх інтеграції в курс загальної психології. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2. с. 26 – 30. DOI: 10.32838/2709-3093/2021.2/05
16. Трофімов, Ю. Л., Рибалка В. В, Гончарук П. А. (2008) Психологія: Підручник. Київ: Либідь. 558 с.
17. Роменець, В. А., Маноха І. П. (1998) Історія психології ХХ століття: навч. посіб. Київ: Либідь. 894 с.
18. Фурман, А.В. (2017) Свідомість як передумова психологічного пізнання і професійного методологування. *Science and Education*. № 3. с. 5 – 10. DOI: 10.24195/2414-4665-2017-3-1.
19. Фурман, А.В. (2018). Метатеоретичні концепти пізнання свідомості. *Психологія особистості*. № 1(9). С. 511-534. DOI: 10.15330/ps.9.1.5-11.
20. Фройд, З. (2021) Вступ до психоаналізу. Київ. Навчальна книга. 552 с.
21. Чамата, П.Р. (1959). Про генезис самосвідомості дитини. *Наукові записки. Міністерство освіти УРСР, Науково-дослідний інститут психології: Питання психології*. № 11 (1), с. 224 -242.
22. Швалб, Ю.М. (2004). Свідомість як відношення людини до світу. *Психологія і Суспільство*, 4 (18), с. 154-166.
23. Bohn, D., Hiley B.J. and Kaloyerou P.N. (1987) An ontological basis for the quantum theory. *Physics reports (Review Section of Physics Letters)* 144/No. 6. 32L-375.
24. Burns, R. B. (1989) The Self-Concept in Teacher Education. *The South Pacific Journal of Teacher Education*. P. 27-38. DOI:10.1080/0311213890170203
25. Chalmers, D. J. (1997) The Problems of Consciousness. *Consciousness at the Frontiers of Neuroscience*. Vol. 77. P.462-471.
26. Chalmers, D. J. (1996) The Conscious Mind: In Search a Fundamental Theory. New York: Oxford University Press. XVII. 433 p.
27. Csikszentmihalyi, M. (1993) The Evolving Self: A Psychology for the Third Millennium. Harper Perennial. Vol. 27. № 3. pp. 300-304.
28. Csikszentmihalyi, M. (2006) Introduction. A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology. N. Y.: Oxford University Press. pp. 3 – 14.
29. Crick, F., Koch, C. (1992) The Problem of Consciousness. *Scientific American*. Vol. 267, No. 3, *Special Issue: Mind and Brain*. p. 152-159.
30. Crick, F. (1998) Consciousness and neuroscience. *Cerebral cortex*. No 8(2). pp. 97–107.

31. Dehaene, S., Lau H., Kouider S. (2021) What is consciousness, and could machines have it? *Robotics, AI, and humanity*. pp. 43–56. DOI: 10.1007/978-3-030-54173-64
32. Dennett, D. C. (1991) *Consciousness Explained*. Boston.
33. Dennett, D. C. (1995) How has Darwin's theory of natural selection transformed our view of humanity's place in the universe?
34. Dennett, D. C. (1995) Animal Consciousness: What matters and Why. *Social Research*. 62 (3). pp. 691-710.
35. Fingarette, H. (1969) *Self-Deception*. London, Routledge and Kegan. Paul; New York, Humanities Press. DOI 10.1525/9780520923638
36. Foley, J. P. (1940) An experimental investigation of the effect of prolonged inversion of the visual field in the rhesus, monkey (*macaca mulatta*). *Genetic Psychol.* 56.
37. Freeman, W.J., Vitiello, G. (2006) Exploration of relations between many-body field theory and the nonlinear brain dynamics that underlies cognitive behavior. *The 2006 IEEE International Joint Conference on Neural Network Proceedings*. DOI: 10.1109/IJCNN.2006.246705
38. Gross, M. (2013) Elements of consciousness in animals. *Current biology*. 23 (22). p. 981–983. DOI: 10.1016/j.cub.2013.10.078
39. Hameroff, S. (1998) Quantum computation in brain microtubules? *The Royal Society*. p.1869-1896. DOI:10.1098/rsta.1998.0254
40. Hameroff, S. R., Wool N. J. (2001) A quantum approach to visual consciousness. *Trends in Cognitive Sciences*. p. 472-478. DOI:10.1016/S1364-6613(00)01774-5
41. Hameroff, S.R. (2012) How quantum brain biology can rescue conscious free will. *Frontiers in Integrative Neuroscience*. DOI:10.3389/fnint.2012.00093
42. Hameroff, S. R., Penrose, R. (2016) Consciousness in the universe an updated review of the «Orch or» theory. *Biophysics of Consciousness*. pp. 517-599. DOI:10.1142/9789814644266_0014
43. Jacobson, E. (1964) *The self and the object world*. N.Y. International Universities Press.
44. Kolb, L.C. (1959) Disturbances of the body-image. In: S. Arieti (ed.). *American handbook of Psychiatry*. N.Y.
45. Languis, M. L., Miller, D.C. (2010) Luria's Theory of Brain Functioning: A Model for Research in Cognitive Psychophysiology. p. 493-511. DOI:0.1207/s15326985ep2704_6.
46. Lewis, M., Brooks-Gunn J. (1972) Self, other and fear: the reaction on infants to people. *Princeton*. DOI:10.1002/j.2333-8504.1972.tb00447.x
47. Lopez, C., Blanke. O. (2007) Neuropsychology and neurophysiology of self-consciousness: Multisensory and vestibular mechanisms. *Laboratory of Cognitive Neuroscience, Brain Mind Institute, Ecole Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL), Lausanne, Switzerland*
48. Ludwig, A.W. (1969) Altered states of consciousness. *Altered states of consciousness*. N.Y. pp.225-234.

49. Perls, F. S. (1969). In and out the garbage pail. New York: Bantam Books. 296 p.
50. Perls, F. (1973). The Gestalt approach and eyewitness to therapy. United States: Science and Behavior Books. 321 p.
51. Rubinstein, S. & Hiebsch, H. (1968). Sein und Bewusstsein: Die Stellung des Psychischen im allgemeinen Zusammenhang der Erscheinungen in der materiellen Welt. Berlin, Boston: De Gruyter. DOI:10.1515/9783112646960
52. Rubinstein S. L. (1977) Sein und Bewußtsein. Bln Akademie.
53. Searle, J. R. (1984) Minds, Brains and Science. *Harvard University Press*. No 22(4). 585 p. DOI: 10.2307/2215459.
54. Searle, J. R. (1992) The Rediscovery of Conciousness. *Artificial Intelligence*. No 77. pp. 177-193.
55. Sporns, O. (2005) The human connectome: A structural description of the human brain. *PLoS Computational Biology*. No 1. DOI: 10.1371/journal.pcbi.0010042
56. Stapp, H. (2007) Quantum Mechanical Theories of Consciousness. The Blackwell Companion to Consciousness. DOI:10.1002/9780470751466.ch24
57. Stapp, H. P. (2011) Mindful Universe. Quantum Mechanics and the Participating Observer. DOI: 10.1007/978-3-540-72414-8.
58. Stratton, G. (1897) Vision without inversion of retinal image. *Psychological Review*, 4(5), 463–481. DOI:10.1037/h0071173
59. Treccani, B. (2018) The Neuropsychology of Feature Binding and Conscious Perception. *Frontiers in Psychology*. pp. 1-5. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02606
60. Tulving, E (1984). Precis of Elements of Episodic Memory. *Behavioural and Brain Sciences*. 7. P. 223–68. DOI:10.1017/S0140525X0004440X.
61. Vallacher, R.R. (1980) An Introduction to Self Theory. *The Self in Social Psychology*. N.Y.
62. Velmans, M. (2004) The Science of Consciousness: Psychological, Neuropsychological and Clinical Rewievs. 201 p.
63. Vygotsky, L. S. (1981). The genesis of higher mental functions. The concept of activity in soviet psychology. New York, NY: M. E. Sharpe, Inc. pp. 144 –188.
64. Wicklund, R.A., Duval S. (1971) Opinion change and performance facilitation as a result of objective self-awareness. / J. of experimental Social psychology, 7. DOI:10.1016/0022-1031(71)90032-1.
65. Wicklund, R.A., Prey D. (1980) Self-awareness theory: when the self makes a difference. *The Self in Social psychology*. No 5(3). pp. 230-241. DOI: 10.1207/S15327957PSPR0503_4
66. Zhi, G., Xiu, R. (2023). Quantum Theory of consciousness. *Journal of Applied Mathematics and Physics*. 11 (9). p. 2652–2670. DOI:10.4236/jamp.2023.119174.