



ფსიქოლოგიის სადემოკრატიზაციო

ირაკლი იმედაძე

ფსიქოლოგიის საფუძვლები

რედაქტორი: პროფ. ირაკლი იმედაძე

© გამომცემლობა „მწიგნობარი“ - 2007

ISBN 978-99940-834-6-6

რედაქტორის წინასიტყვაობა

სადღეისოდ საქართველოში მწვავედ დგას ფსიქოლოგიური სახელმძღვანელოების პრობლემა. განსაკუთრებით ეს ითქმის ფსიქოლოგიის შესავალ, პრობლემატიკულ კურსზე, რომელიც იკითხება ჰუმანიტარული პროფილის მრავალ სასწავლებელში და ფსიქოლოგიის სპეციალისტების მომზადების საფუძველს წარმოადგენს. რ. ნათაძის “ფსიქოლოგიის მოკლე კურსი”, რომელიც რამდენიმე ათეული წლის განმავლობაში ავსებდა ამ ნიშას, საკმაოდ მოძველდა და მისი იმავე სახით გამოცემა აღარ არის მიზანშეწონილი. ამ ვითარების გათვალისწინებით, 2001 წელს მომზადდა და გამოიცა სახელმძღვანელო “ფსიქოლოგიის შესავალი”, რომელშიც ბევრი სიახლე შევიდა, მაგრამ არა საკმარისი ოდენობით. იმ წიგნის წინასიტყვაობაში ჩვენ აღვნიშნავდით, რომ მუშაობა ამ მიმართულებით გაგრძელდება. მოცემული სახელმძღვანელო ასეთი სამუშაოს შედეგია. ეს სრულიად ახალი წიგნია. თავების უმრავლესობა ან საფუძვლიანდ არის გადაკეთებული, ან თავიდან დაწერილი. დამატებულია ახალი თავებიც. სტრუქტურითა და შინაარსით იგი უკვე მაქსიმალურად არის დაახლოებული ადექვატურ თანამედროვე უცხოურ სახელმძღვანელოებთან, ამასთან, შეძლებისდაგვარად, შენარჩუნებულია ქართულ ფსიქოლოგიურ სკოლაში დამკვიდრებული ტრადიციები. წიგნში მოკლედ განხილულია ზოგადი ფსიქოლოგიის ყველა ძირითადი თემა (ფსიქიკური პროცესები, ცნობიერების, არაცნობიერის, პიროვნებისა და ქცევის კატეგორიები), ფსიქიკური ცხოვრების ფილოგენეტიური და ონტოგენეტიური განვითარების პრობლემატიკა, სოციალური ფსიქოლოგიის საკითხები, ფსიქიკური აშლილობებისა და მათი ფსიქოლოგიური მკურნალობის ძირითადი ასპექტები.

სახელმძღვანელო შექმნილია ავტორთა კოლექტივის მიერ: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 12 თავები ეკუთვნის პროფ. ი. იმედაძეს; 2 და 15 თავი პროფ. დ. ჩარკვიანს, 13 და 14 თავი პროფ. ნ. იმედაძეს, 4 თავი დოც. თ. კერძაიას, 6 თავი პროფ. ა. ალხაზიშვილსა და პროფ. ი. იმედაძეს, 8 თავი პროფ. ნ. იმედაძეს, პროფ. ი. იმედაძეს და დოც. მ. წერეთელს, 10 თავი დოც. დ. ბერეკაშვილს და პროფ. ნ. იმედაძეს, 16 თავი პროფ. ი. იმედაძეს და დოც. რ. საყვარელიძეს, 11 თავში ძირითადად შენარჩუნებულია პროფ. რ. ნათაძის ტექსტი გარკვეული შემოკლებებითა და მცირე დამატებებით.

პროფ. ირაკლი იმედაძე.

თავი პირველი
ფსიქოლოგიის ზოგადი საფუძვლები

§ 1. ფსიქოლოგიური მეცნიერების თავისებურებანი

მეცნიერებათა სისტემაში ფსიქოლოგიას სრულიად განსაკუთრებული ადგილი უკავია, რაც მისი საკვლევი საგნის თავისებურებებით არის გაპირობებული. ბუნება მრავალსახოვნებაა, მასში არსებითად სამი ფენა გამოიყოფა: ფიზიკური (არა ცოცხალი), ბიოლოგიური (ცოცხალი) და ფსიქოლოგიური (სულიერი). ისინი იერარქიულ რიგს ქმნიან: ცოცხალი არა ცოცხალზე რთული ორგანიზაციისაა, ხოლო ფსიქიკა ცოცხალი ბუნების განვითარების შედეგია. ამგვარად ფსიქოლოგია, როგორც მეცნიერება სულიერი სამყაროს შესახებ, განსაკუთრებით რთულ მოვლენას შეისწავლის. ესაა მისი პირველი დამახასიათებელი ნიშანი. აღასანიშნავია, რომ ამავე იდეით იწყებს თავის ტრაქტატს „სულის შესახებ“ უდიდესი ძველი ბერძენი ფილოსოფოსი არისტოტელე. მას მიაჩნია, რომ სხვა ცოდნათა შორის პირველი ადგილი სულის შესახებ გამოკვლევებს უნდა მიეკუთვნოს, რადგან „იგი არის ცონდა ყველაზე უფრო ამოღებულია და გასაოცარის შესახებ“.

ადამიანის სულიერმა და პრაქტიკულმა მოღვაწეობამ, თავის მხრივ, შექმნა „მეორე ბუნება“ კულტურის სახით, რამაც ადამიანური არსის გამოვლენისა და მის შემდგომი სრულყოფის შესაძლებლობა შექმნა. უფრო მეტიც, ფსიქიკის ადამიანური ფორმის ჩამოყალიბება სოციალურ-კულტურული გარემოს აქტიური ზემოქმედების გარეშე პრინციპულად შეუძლებელია. მხოლოდ ადამიანის ბიოლოგიური პოტენციალი (პირველ ყოვლისა უნიკალური ტვინი) ადამიანურ ფსიქიკას ვერ წარმოქმნის; ბუნებრივი (გენეტიკური)

საწყისი აუცილებელია, მაგრამ არასაკმარისი. ამაზე ნათლად მეტყველებს სოციალურ-კულტურული კონტექსტიდან იზოლირებული ინდივიდების ფსიქიკური განვითარების ფაქტები, რომლებიც საკმაოდ დაგროვდა მეცნიერებაში. მაგლითად, 1799 საფრანგეთში ტყეში იბოვეს დაახლოებით 12 წლის ბავშვი, რომელიც იქ ცხოვრობდა. ბიჭი, რომელსაც ვიქტორი დაარქვეს, განსხვავდებოდა ადამიანური არსებისაგან ფსიქიკურად და ფიზიკურადაც კი: დადიოდა ოთხ ფეხზე, ყველას კბენდა, ყინვაში შიშველი დარბოდა და ძალიან ცხელი წყლიდან უმტკივნეულოდ იღებდა საჭმლს. ბავშვი მხოლოდ გაუნაწვრებელ ბგერებს გამოსცემდა და არ შედიოდა ახალ გარემოცვასთან კონტაქტში, რომელსაც საფრთხედ განიცდიდა.

XIX საუკუნის გამოჩენილმა ფსიქიატრმა პინელმა ვიქტორის ორგანული წარმოშობის გამოუსწორებელი გონებასისუსტის დიაგნოზი დაუსვა. მას არ დაეთანხმა ერთი ახალგაზრდა ექიმი, რომელმაც ჩათვალა, რომ ბავშვის ქცევის თავისებურებები მისი ადამიანებისაგან ხანგრძლივი იზოლაციის შედეგია იყო. იგი ფიქრობდა, რომ კულტურულ გარემოში დაბრუნება და სათანადო ზემოქმედება გამოასწორებდა არსებულ მდგომარეობას. მაგრამ ამ მიმართულებით ხანგრძლივმა და შეუპოვარმა ძალისხმევამ თითქმის არავითარი შედეგი არ გამოიღო. რამდენიმე სიტყვის ათვისების იქით ვიქტორის სამეტყველო განვითარება არ წასულა, მისმა სოციალურმა განვითარებამაც სრული კრახი განიცადა – მან ვერ ისწავლა ვერც თამაში და ვერც სხვა სახის ადამიანური ურთიერთობა, მათ შორის სექსუალურ სფეროში. მოკლედ, ვიქტორის ფსიქიკამ ადამიანური სახე ვერ მიიღო. მას არ ჰქონდა ნორმალური ადამიანური არსებისთვის დამახასიათებელი შეგრობებები: სხვაგვარად ესმოდა და ხედავდა, ემოციური და მოტივაციური სფეროც ძალიან განსხვავებუ-

ლი ჰქონდა, ხოლო რამდენადმე სერიოზულ გონებრივ მოქმედებაზე ლაპარაკიც ზედმეტი იყო.

აღწერილია სხვა გაცილებით წარმატებული შემთხვევებიც, თუმცა აქ ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, თუ რამდენად ადრე მოხდა ინდივიდის დაბრუნება ადამიანურ გარემოში. მაგრამ, თავისთავად ნათელია, რომ ბუნებრივი (ბიოლოგიური) და სოციალური (კულტურული) ფაქტორები სრულყოფილი ადამიანური ფსიქიკის ჩამოყალიბების უცილობელ მომენტებს წარმოადგენენ. ადამიანის ფსიქიკის ეს პრინციპულად ორმაგი, ბიო-სოციალური განსაზღვრულობა მისი მეორე გამორჩეული ნიშანია. ეს გარემოება განაპირობებს იმას, რომ ფსიქოლოგია ერთსა და იმავე დროს საბუნებისმეტყველო დისციპლინაც არის და ჰუმანიტარულიც.

მესამე ნიშანი, რაც ფსიქოლოგიის განსაკუთრებულ მდგომარეობას განსაზღვრავს, ის არის, რომ მასში შერწყმულია მეცნიერების ობიექტი და სუბიექტი. პირველყოფილ საზოგადოებაში ადამიანთა ძირითადი ძალები არსებობისთვის ბრძოლას, გარემომცველი სამყაროს ათვისებას ხმარდებოდა. ადამიანები მოიპოვებდნენ ცეცხლს, ნადირობდნენ, ომობდნენ და ამ პროცესში იძენდნენ ბუნების შესახებ პირველ ცოდნას. ამ პერიოდის კაცობრიობას, ახალშობილის მსგავსად, არ ახსოვს თავისი თავი. კაცობრიობის ძალები და შესაძლებლობები თანდათან იზრდებოდა. თავისი ფსიქიკური უნარების წყალობით ადამიანებმა მატერიალური და სულიერი კულტურა შექმნეს. გაჩნდა დამწერლობა, ხელოვნება, მეცნიერება. დადგა მომენტი, როცა ადამიანმა თავის თავს დაუხსნა კითხვები: რა ძალებია ის, რომლებიც მას სამყაროს შეცნობის, მისი დამორჩილების, ახლის შექმნის საშუალებას აძლევენ, როგორია მისი გონება, რა კანონებს ემორჩილება მისი შინაგანი სამყარო.

ეს იყო სწორედ კაცობრიობის თვითშეგნების აღმოცენე-

ბის მომენტი, ე.ი. ფსიქოლოგიური ცოდნის დაბადება. ეს მოვლენა ასეც შეიძლება გამოიხატოს: თუ ადრე ადამიანის აზრი მიმართული იყო გარე სამყაროსკენ, ახლა საკუთარი თავისკენ წარიმართა. აზროვნების საშუალებით თვით აზროვნების კვლევა დაიწყო. ფსიქოლოგიის ამოცანები იმითომ არის განუზომლად რთული, ვიდრე ნებისმიერი სხვა მეცნიერებისა, რომ აზრი მხოლოდ მასში ახდენს თავისთავისკენ შემობრუნებას; მხოლოდ მასში გადაიქცევა ადამიანის მეცნიერული ცნობიერება მის მეცნიერულ თვითცნობიერებად.

ჩას შეისწავლის ფსიქოლოგია

ნებისმიერი მეცნიერების შესწავლა მისი საგნის განსაზღვრით და საკვლევ მოვლენათა წრის აღწერით იწყება. რა არის ფსიქოლოგიის საგანი? ამ კითხვაზე პასუხის ორი გზა არსებობს; პირველი უფრო სწორია, მაგრამ რთული. მეორე – შედარებით ფორმალური, სამაგიეროდ მოკლე. ფსიქოლოგიის საგნის განსაზღვრის პირველი გზა განსხვავებული თვალსაზრისების ანალიზს გარაუდობს ისე, როგორც ეს ფსიქოლოგიის ისტორიაშია მოცემული. აქ იგულისხმება იმ საფუძვლების განხილვა, რომელთაც ემყარებოდა ერთი შეხედულების შეცვლა მეორით ის თუ რა დარჩა საბოლოოდ მათგან და ფსიქოლოგიის საგნის გაგების რა ვარიანტები არსებობს ამჟამად. ყოველივე ამას მალე გავეცნობით.

რაც შეეხება მოკლე პასუხს, ის ასეთია: სიტყვა ფსიქოლოგია ნიშნავს „მეცნიერებას სულის შესახებ“ (psyche-სული + logos-ცნება, მოძღვრება). დღეისთვის „სულის“ ცნების ნაცვლად გამოიყენება „ფსიქიკის“ ცნება, თუმცა ენაში შერჩენილია ბევრი სიტყვა და გამოთქმა, რომელთა ძირში სიტყვა სულია: სულიერი, უსულო, სულიერი სიახლოვე, სულიერი

ავადმყოფობა და სხვა. ლინგვისტური თვალსაზრისით „სული“ და „ფსიქიკა“ ერთი და იგივეა, თუმცა კულტურისა და, განსაკუთრებით, მეცნიერების განვითარებასთან ერთად ამ ცნებათა მნიშვნელობა ერთმანეთს დაშორდა. ფსიქიკურ პროცესებს მიეკუთვნება აღქმა, მეხსიერება, აზროვნება, ემოცია, მოტივაცია და ა.შ.

ფსიქიკური პროცესები და საზოგადოდ ფსიქიკა დამოუკიდებლად კი არ არსებობენ, არამედ კონკრეტული ადამიანის, მთლიანი პიროვნების გამოვლენას წარმოადგენენ. ამიტომ, მათი მიმდინარეობის ხასიათი დამოკიდებულია პიროვნების ინდივიდუალურ ნიშნებზე და შინაგან მდგომარეობაზე. ყოველ კონკრეტულ შემთხვევაში უნიკალური ინდივიდი მოქმედებს. აქედან გამომდინარე, ფსიქიკური პროცესების გაგება მათი მატარებელი ადამიანისაგან მოწყვეტილად, მისი პიროვნების თვისებებისა და მისი შინაგანი მდგომარეობების გათვალისწინების გარეშე შეუძლებელია. მაშასადამე, ფსიქოლოგია შეისწავლის არა მხოლოდ ფსიქიკურ პროცესებს, არამედ სუბიექტის, პიროვნების ინდივიდუალურ თავისებურებებსაც – მის ხასიათსა და ტემპერამენტს, მის უნარებსა და ინტერესებს და ა.შ.

აღსანიშნავია აგრეთვე, რომ ფსიქიკური პროცესები სუბიექტის ქცევის სახით ვლინდებიან. ქცევას ფიზიკური და ფსიქიკური მხარე გააჩნია, ის ფსიქოფიზიკური აქტივობაა. ქცევის განხორციელებაში არსებით როლს ფსიქიკური პროცესები ასრულებენ. საგნის ან მოვლენის აღქმა თუ გააზრება, მსჯელობა, მიზნის დასახვა, გადაწყვეტილების მიღება, სურვილი, მისწრაფება და ა.შ. ადამიანის ქცევის განუყრელ, არსებით მომენტებს წარმოადგენენ. ქცევის გაგება მათი შესწავლის გარეშე უნაყოფოა. ამასთან ერთად, სათანადო ქცევის გათვალისწინების გარეშე, თვითონ ფსიქიკური პროცესების გაგებაც შეუძლებელია. ერთი მხრივ, ფსიქიკური

პროცესები ყოველთვის წარმოადგენენ ადამიანის ქცევას, რაც მისი არსებითი მხარეა. მეორე მხრივ, ადამიანი ქცევის პროცესში არა მხოლოდ გარემოს ცვლის, არამედ თვითონაც იცვლება. ქცევის პროცესში ყალიბდება პიროვნება და მისი თვისებები: ხასიათი, ნებისყოფა, მიდრეკილებები, აზროვნების, მეხსიერებისა თუ მეტყველების თავისებურებები.

დაბოლოს, ფსიქიკის დახასიათება ვერ შემოიფარგლება განმხოლოებული ინდივიდის დახასიათებით. ფსიქიკის მრავალი ნიშან-თვისება გლინდება ადამიანთა ურთიერთმიმართებებსა და ურთიერთქმედებაში. პიროვნების ქცევა, მისი ფსიქიკური პროცესები და თვისებები ამის წყალობით სრულად ახალ თავისებურებას იძენენ. მაშასადამე, ფსიქოლოგიამ უნდა შეისწავლოს ფსიქიკა ადამიანის ქცევასთან კავშირში, როგორც სოციალური პიროვნების აქტივობის გამოვლენა.

ცხოვრებისეული, ხატუხი და მეცნიერული ფსიქოლოგია

ფსიქიკის რაობაზე გარკვეული არამეცნიერული შეხედულების ერთგვარი კონტურები ჯერ კიდევ პირველყოფილი ადამიანის ცნობიერებაში ისახება. იმყოფებოდა რა მაგიისა და მითოლოგიის ტყვეობაში, იგი ბუნების მოვლენებს სულების მოქმედებას უკავშირებდა. ადამიანის პირველი და უშუალო ცოდნა მარტოოდენ ფსიქიკას (სულს) არ ეხებოდა და მოიცავდა ყველა სფეროს, რაც მის თვალსაწიერში ხვდებოდა. მაგრამ, საკუთარ სულთან (ფსიქიკურ ცხოვრებასთან) დამოკიდებულება სპეციფიკური იყო, ვინაიდან მის სულში მომხდარი ცვლილებები ადამიანს უშუალოდ ეძლეოდა და, ამდენად, დიდი დამარწმუნებლობით გამოირჩეოდა. ადამიანმა თანდათანობით ირწმუნა ფსიქიკური ცხოვრების გარკვეული წესებისა და ნორმების არსებობა. შეიქმნა მეტ-ნაკ-

ლებად საერთო და, ამავე დროს, საკუთარი ცოდნა-შეხედულება ფსიქიკური სფეროს მოვლენებზე. ამ უკანასკნელის არსებობას ისიც ადასტურებს, რომ ყველა ადამიანს, გარკვეულწილად, შეუძლია გაუგოს და დაეხმაროს მეორე ადამიანს, გავლენა მოახდინოს მის მოქმედებაზე, გაითვალისწინოს მისი ინდივიდუალური თავისებურებანი და იწინასწარმეტყველოს მისი ქცევა. ისეთი პროფესიის მქონე ადამიანი, რომლის საქმიანობა სხვებთან მუდმივ ურთიერთობაზეა აგებული, ცხოვრებისეული ფსიქოლოგიის სფეროში განსაკუთრებული ცოდნით გამოირჩევა; მაგალითად ადვოკატი, მღვდელმსახური, პედაგოგი, ექიმი და სხვა.

ყოველდღიური ინდივიდუალური ფსიქოლოგიის გარდა უნდა ვილაპარაკოთ ხალხურ ფსიქოლოგიაზეც. მასში იგულისხმება ერთგვარი ფსიქოლოგიური ცოდნა, რომელიც ფიქსირებულია ხალხური შემოქმედების პროდუქტებში. ეს ის მასალაა, რომელშიც გასაგნებულია, ხელშესახებადაა მოცემული სულიერი ცხოვრება. მათი შესწავლის გზით მეცნიერული ფსიქოლოგია ადგენს და აანალიზებს აქ დაგროვილ ხალხურ ფსიქოლოგიურ ცოდნას. ვინაიდან ე.წ. ხალხური გამოცდილება (ენა, თქმულება, ზნე-ჩვეულება, ანდაზა, იგავ-არაკი, ზღაპარი და ა.შ.), როგორც მეცნიერების წყარო, თავისი შესაძლებლობების მხრივ შეზღუდულია, იგი ზოგჯერ არასწორი შეხედულებების საფუძველი ხდება. ხშირად ამით არის გაპირობებული სულის შესახებ მისტიკური-რელიგიური (არამეცნიერული) შეხედულებანიც.

ყოველდღიური და ხალხური ფსიქოლოგია, საზოგადოდ, ყოფითი ცოდნის ნაწილია, რომელიც მეცნიერული, მათ შორის ფსიქოლოგიური ცოდნისაგან არსებითად განსხვავდება. ყოფითი ფსიქოლოგიის ცნებები რაციონალურ კრიტიკას ვერ უძლებს, ისინი არ არიან მკაფიოდ და ზუსტად განსაზღვრული, მათი შინაარსი ხშირად წინააღმდეგობრივი ხა-

სიათისაა. ამასთან, ბევრ შემთხვევაში ამ ცნებათა ტერმინოლოგია ემთხვევა მეცნიერული ფსიქოლოგიის ცნებებს, რაც მათი იდენტურობის სახიფათო ილუზიას ქმნის. ყველა ადამიანი ხმარობს სიტყვებს განცდა, ქცევა, აზროვნება, ნებისყოფა, პიროვნება, ხასიათი თუ სხვა, მაგრამ, უმეტეს წილად, არა იმ მნიშვნელობით, სიზუსტით და მოცულობით, როგორც ეს მეცნიერულ ფსიქოლოგიაშია მოცემული. ყოფითი ფსიქოლოგიის შეხედულებები წარმოადგენს მოარული და საკმაოდ გაურკვეველი, სავარაუდო და არაცხადი პრინციპების, დარიგებების, წესებისა თუ რწმენების ნაკრებს. ისინი ვერ ჩაითვლებიან სანდოდ და დასაბუთებულად, ვინაიდან არ გაუვლიათ მეცნიერული ცოდნისთვის სავალდებულო მკაცრი შემოწმება, რაც ზუსტი ემპირიული და ლოგიკური კვლევითი პროცედურების მეშვეობით ხორციელდება. ყოველდღიური ფსიქოლოგიის დამარწმუნებლობის წყარო ინდივიდუალური ყოფითი გამოცდილება ან ინტუიციაა, ხალხური ფსიქოლოგიის ცოდნა კი საზოგადოებრივი ცხოვრებისა და ურთიერთობის პრაქტიკას ეფუძნება; ამის გამო ცოდნა უკიდურესად დამოკიდებული ხდება მისი მატარებლის კულტურულ-ეთნიკურ მიკუთვნებულობაზე, რაც წინააღმდეგობაში მოდის მეცნიერული ცოდნის ობიექტურობის ფუძემდებლურ პრინციპთან.

ამრიგად, ყოველდღიური და ხალხური ფსიქოლოგია არ შეესაბამება მეცნიერული ცოდნის აგების მოთხოვნებს, ნორმებს და ღირებულებებს. მისი წარმოშობისა და ფორმირების წესი, ლოგიკური შეთანხმებულობა და ობიექტურობის დონე არ იძლევა ფსიქოლოგიაში, როგორც მეცნიერულ დისციპლინაში მისი პირდაპირი ჩართვის შესაძლებლობას. ყოველდღიური და ხალხური ფსიქოლოგია კაცობრიობის ყოფითი ცოდნის მოუცილებელი ნაწილია და მისი მნიშვნელობა ამით განისაზღვრება.

ადამიანის სულიერი ცხოვრების მიმართ პროფესიული ინტერესი მხოლოდ ფსიქოლოგიას არ გააჩნია. ამ კუთხით საინტერესოა ფსიქოლოგიის კავშირი საზოგადოებრივი ცნობიერებისა და ადამიანური მოღვაწეობის ისეთ სახეებთან, როგორიცაა ხელოვნება და რელიგია.

1. **ხელოვნებასთან** ფსიქოლოგიას ბევრი რამ აკავშირებს, მაგრამ არსებობს სერიოზული განმასხვავებელი ნიშნებიც. ფსიქოლოგია მეცნიერებაა და, როგორც ასეთი, იგი ჭეშმარიტებაზე, ცოდნის მოპოვებაზეა მიმართული, ხელოვნება კი გარეგანი და შინაგანი სამყაროს ესთეტიკურ გადამუშავებასა და გადმოცემას ცდილობს.

ხელოვნებისაგან (მხატვრული მეთოდი) მეცნიერებას ისიც განასხვავებს, რომ იგი, როგორც წესი, მიისწრაფის მაქსიმალურად გაუპიროვნებელი ცოდნისკენ, ხოლო ხელოვნებისთვის მთავარია ორიენტაცია შემოქმედის უნიკალურ პიროვნებაზე, მის მიერ სამყაროს სუბიექტურ ხედვაზე. ხელოვნების ნაწარმოებში, უფრო ხშირად, სწორედ ესაა ყველაზე მეტად საინტერესო. რაც შეეხება მეცნიერებას, მისი იდეალია ობიექტურობა, თვალსაზრისების განსხვავებულობათა მინიმიზაცია და საყოველთაოდ მისაღები ცოდნის მიღწევა. სხვა ამბავია რომ ზოგიერთი მეცნიერება, მათ შორის ფსიქოლოგიაც, ჯერ კიდევ შორს არის ამ იდეალისაგან.

მეცნიერება ძირითადად ზოგადი კანონზომიერების დადგენაზეა ორიენტირებული, ხელოვნება კი პირიქით, ინდივიდუალობის გამოვლენაზეა მიმართული, თუმცა გაზოგადებას, ცხადია, ისიც მიმართავს. ეს განსხვავება არ არის უნივერსალური, განსაკუთრებით საზოგადოებრივ მეცნიერებებთან მიმართებაში. ფსიქოლოგიაც ცდილობს ზოგადი კანონზომიერებების დადგენას, მაგრამ თავისი ჰუმანიტარუ-

ლობის გამო, ის ვერ შემოიფარგლება აბსტრაქტული, განზოგადებული ადამიანური ფსიქიკის შესწავლით. კონკრეტული და განსაკუთრებული შემთხვევები მისი კვლევის პირდაპირი საგანია. საქმე ისაა, რომ ფსიქოლოგია პრეტენზიას გამოთქვამს პიროვნების შესწავლაზე; პიროვნების გამორჩეული ნიშანი კი მისი უნიკალურობაა. იგი ყოველთვის ერთეულ და ინდივიდუალურ ფორმაშია მოცემული, ანუ ისე, როგორც მას ხელოვნება აშუქებს. პიროვნების დახასიათების თვალსაზრისით ფსიქოლოგიას და ხელოვნებას, კერძოდ ლიტერატურას, კონკურენტებადაც კი მიიჩნევენ ხოლმე.

უნდა ითქვას, რომ პიროვნების დახასიათების მხრივ ახალგაზრდა ფსიქოლოგიური მეცნიერება ხშირად ვერ უტოლდებოდა უძველესი ტრადიციების მქონე ლიტერატურას, რაც აღშფოთებულ შეფასებებს იწვევდა, კერძოდ, რომ „მაკბეტსა და ლირში მეტი ფსიქოლოგიაა, ვიდრე ყველა ფსიქოლოგიურ სახელმძღვანელოში“. ასეთი დაპირისპირება ძირშივე უმართებულა. მართალია ფსიქოლოგიაც და ლიტერატურაც პიროვნებას ახასიათებს, მაგრამ ერთი მეცნიერების მეთოდით საგებლობს, მეორე კი ხელოვნების. ეს გარემოება სხვადასხვა სურათს გვაძლევს, განსაკუთრებით მაშინ, როცა საქმე რეალურად არსებულ პიროვნებებს ეხება. მაგალითისთვის გამოდგება ლიტერატურაში და მეცნიერებაში შექმნილი გამოჩენილი ადამიანების პორტრეტები. ფსიქოლოგიური დახასიათება ნაკლებ მხატვრულია, ნაკლებ მეტაფორული და სახალისო. სამაგიეროდ, ის უფრო ზუსტია და მკაცრი იმ მხრივ, რომ ლოგიკურად გამომდინარეობს მეცნიერული საფუძვლიდან, ადამიანის ფსიქიკური მოქმედების გაგების ამა თუ იმ კონცეფციიდან. ისიც აღსანიშნავია, რომ თანამედროვე ფსიქოლოგია სულ უფრო სრულყოფს ფსიქოდიაგნოსტიკურ მეთოდებს, რომელთა საშუალებებითაც შესაძლებელია გამოვლინდეს და საკმარისი

სიზუსტით შეფასდეს ყოველი პიროვნების ფსიქიკური თავისებურებანი.

ფსიქოლოგია თავისი კუთხით შეისწავლის თვით ხელოვნების ფენომენსაც. ამას ემსახურება სპეციალური დარგი — ხელოვნების ფსიქოლოგია. მისი ძირითადი ამოცანებია: მხატვრული ნაწარმოების აგება-შექმნის ფსიქოლოგიური მექანიზმების კვლევა, ხელოვნების ზოგადი ფსიქოლოგიური რაობისა და სპეციფიკური თავისებურებების გამოვლენა, მხატვრული ნაწარმოების ზემოქმედების შესწავლა მის აღმქმელზე.

საგულისხმოა, რომ ხელოვნებაც განიცდის ფსიქოლოგიის ზეგავლენას. ფსიქოლოგიური თეორიები, მოვლენები და კანონზომიერებები ხელოვნების ნიმუშებში აისახება. არის ისეთი მხატვრული ნაწარმოებები, რომლებიც გარკვეული კონცეფციისა თუ ფსიქიკური ფენომენის ილუსტრაციის სახით შეიძლება იქნას განხილული. განსაკუთრებით დიდი კვალი დატოვა XX საუკუნის ხელოვნებაზე ფსიქოანალიზმა. საკმარისია დავასახელოთ ისეთი მწერლები, როგორიცაა ჰ.შესე, ჯ.ჯოისი, თ.მანი, ს.ცვაიგი, მხატვარი — ს.დალი, რეჟისორები ა.ჰიკოკი, ი.ბერგმანი, ფ.ფელინი და მრავალი სხვა.

2. რელიგიას, ფსიქოლოგიის მსგავსად, აქვს პრეტენზია, რომ ფლობს ცოდნას ადამიანის ფსიქიკის, ანუ სულის თავისებურებების შესახებ. მაგრამ ეს ცოდნა სხვა გზით მიიღწევა, რადგან მეცნიერება და რელიგია სამყაროს შეცნობის სხვადასხვა ფორმებს წარმოადგენენ.

მეცნიერებას რელიგიისაგან პირველ ყოვლისა განასხვავებს მისი მზაობა, უარყოფს თავისი თუნდაც საბაზისო პრინციპები და დებულებები, თუ ისინი კვლევით „გამოცდას“ ვერ გაუძლებენ. რაც შეეხება რელიგიურ ცოდნას, იგი, ამა თუ იმ კონფესიის ფარგლებში, მიმართულია ამოსავალი დოგმატიკის, რწმენის სიმბოლოების დადასტურებისკენ.

მნიშვნელოვანია აგრეთვე ის, რომ რელიგიურ ცოდნაში სამყარო მოცემულია ღვთიური ჩანაფიქრებისა და ძალების გამოვლინებად, ხოლო მეცნიერებაში, მაშინაც კი თუ მეცნიერი რელიგიურია, სამყარო განიხილება შედარებით დამოუკიდებელ რეალობად, რომელიც თავისთავად უნდა იყოს შესწავლის საგანი.

ასეთივეა ფსიქოლოგიური მეცნიერებისა და რელიგიის ურთიერთმიმართებაც. რელიგიებში მოცემულია დოქტრინები ადამიანური ბუნების სწორი, ანუ ღვთიური წყობის, მისი სულიერი სამყაროს, ფსიქიკის შესახებ. ფსიქოლოგია კი ცდილობს შეისწავლოს ადამიანი და მისი ფსიქიკა რაიმე ზე-ბუნებრივი ძალებისაგან განყენებით და ყოველგვარი წინასწარი დაშვების გარეშე დაადგინოს, თუ როგორია ან როგორი უნდა იყოს მისი ბუნება.

მაგალითისთვის ვნახოთ, თუ როგორ ხსნის ერთსა და იმავე ქცევას რელიგია (ქრისტიანობა) და ფსიქოლოგია. დავუშვათ, რომ ვიღაც კონკრეტულმა პირმა იქურდა. რელიგიის წარმომადგენელი იტყოდა, რომ იგი განუდგა ღმერთის მცნებას „არა იპარო“ და ჩაიდინა ცოდვა, დაეცა, დამდაბლდა. მან თავისი დანაშაული იმით უნდა გამოისყიდოს, რომ მონანიოს და დაუბრუნდეს ღმერთს, ანუ თავის ჭეშმარიტ ბუნებას. ფსიქოლოგი დაიწყებდა ძიებას, თუ რა პირობებში (გარეშე სიტუაცია), ვინ (პიროვნების ისტორია და ტიპი) და რატომ (მოტივაცია) ჩაიდინა მოცემული ქმედება და, ამ ცნობების შეჯერების გზით, გამოავლენდა მის გამაპირობებელ ფაქტორს ან ფაქტორების ერთობლიობას (სოციალური გავლენა ან იძულება, პიროვნული გადახრა ან დაუსრულებელი სოციალიზაცია და ა.შ.). ამასთან, ფსიქოლოგი ცხადია არ იტყოდა, რომ ადამიანის „ჭეშმარიტი სულიერი ბუნების“ ეტალონად ის უნდა ჩაითვალოს, ვისაც არასდროს ჩაუდენია ეს ქმედება. განსხვავება რელიგიასა და ფსიქოლოგიას

შორის სწორედ ეტალონის მოცემულობაა. რელიგიისთვის არსებობს ეტალონი – ღვთის მიერ განსაზღვრული ჭეშმარი-
ტი ადამიანური ბუნება: ფსიქოლოგიისთვის არ არსებობს
ეტალონი და, შესაბამისად, მისთვის ადამიანის ყველა ქცევა
მისი სულიერი ბუნების დემონსტრირებაა.

მიუხედავად ამისა, საჭიროა ითქვას, რომ ადამიანის შესა-
ხებ მეცნიერებებისთვის და, კერძოდ ფსიქოლოგიისთვის
რელიგიურ ძიებებს განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭე-
ბა. რწმენის, რელიგიური ცნობიერების პრობლემებს დიდი
ადგილი უკავიათ რიგი გამოჩენილი ფსიქოლოგების შემოქ-
მედებასა და პირად ცხოვრებაში. რაც შეეხება კონკრეტულ
ადამიანებს, მათ, ერიშ ფრომის თქმით, ქცევის ბალანსისა და
ბედნიერი ცხოვრებისთვის თანაბრად ესაჭიროებათ რელი-
გიაცა და ფსიქოლოგიაც. ამიტომ, თანამედროვე ცივილიზე-
ბულ ქვეყნებში არ არის იშვიათობა, როცა პიროვნება ენ-
თუზიაზმით დადის ეკლესიაშიც და ფსიქოთერაპიულ კაბი-
ნეტშიც. აღსანიშნავია, რომ ზოგიერთი ფსიქოთერაპიული
სისტემა ითვალისწინებს, ზოგი კი აქტიურადაც იყენებს,
სულიერ სფეროსთან მუშაობის რელიგიური ძიებით შეძე-
ნილ გამოცდილებას. მაგალითისთვის სხვადასხვა მედიტაცი-
ური მეთოდიც გამოდგება. ეს არც არის გასაკვირი, რადგან
რელიგიურ რიტუალებს და წესებს ხშირად აშკარა ფსიქო-
თერაპიული დატვირთვაც გააჩნიათ. ქრისტიანული აღსარე-
ბა, მაგალითად, პირდაპირ იძლევა შვების მომგვრელ, და-
მამშვიდებელ, კათარზისულ ეფექტს. რაც შეეხება ზოგი-
ერთ აღმოსავლურ რელიგიურ სისტემას (მაგალითად ბუ-
დიზმი), ისინი უშუალოდ არიან მიმართული ადამიანის ცნო-
ბიერების მდგომარეობის შეცვლაზე და ამისთვის რთული
სპეციალური ფსიქო-ტექნიკებიდან არიან აღჭურვილი (იხ.
თავი ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობები).

რელიგიურობა ადამიანის ერთ-ერთი ნიშანია. ამიტომ ისე-

თი მეცნიერებანი, როგორიცაა სოციოლოგია, ანთროპოლოგია, ეთნოგრაფია და მათ შორის ფსიქოლოგია, შეისწავლიან რელიგიური ქცევის სხვადასხვა ასპექტებს. ფსიქოლოგიური მეცნიერების სტრუქტურაში არსებობს დარგი — რელიგიის ფსიქოლოგია, რომლის ფარგლებში მიმდინარეობს ისეთი საკითხების კვლევა, როგორიცაა რელიგიური ცნობიერების შინაარსი და სტრუქტურა, რელიგიური განცდების სპეციფიკა, რელიგიური ჯგუფების სოციალურ-ფსიქოლოგიური თავისებურებები, ზეგავლენის, ურთიერთობის, მიბაძვის, შთაგონებისა თუ სხვა მექანიზმების გავლენა რელიგიურ ქცევაზე, რელიგიური კულტურის ამა თუ იმ ასპექტის ზემოქმედება ადამიანის ფსიქიკაზე და ა.შ.

ფსიქოლოგიის ჯავშინი სხვა მეცნიერებებთან

ზემოთ გავაანალიზეთ სულიერი სამყაროს არამეცნიერული შემეცნების ფორმები. დავუბრუნდეთ მეცნიერულ ფსიქოლოგიას და განვიხილოთ, თუ რა ადგილი უკავია ფსიქოლოგიას მეცნიერებათა სისტემაში. თანამედროვე მეცნიერებათმცოდნეობის მონაცემებით ეს ადგილი სრულიად განსაკუთრებულია. ასე მაგალითად, XX საუკუნის ერთ-ერთი უდიდესი ფსიქოლოგი და ლოგიკოსი ჟან პიაჟე თვლის, რომ ფსიქოლოგიას ცენტრალური პოზიცია უკავია სხვა მეცნიერებებს შორის, ვინაიდან იგი შეისწავლის აზროვნებას, ხოლო ყოველი მეცნიერება, ფაქტობრივად, განხორციელებული აზროვნებაა. ფსიქოლოგიის განსაკუთრებულობა იმაშიც იჩენს თავს, რომ თავისი საგნის (ფსიქიკის) ორგვარი (ბიო-სოციალური) ბუნების გამო იგი ორგანულად და არსებითად არის დაკავშირებული მეცნიერებათა ყოველგვარ კლასთან თუ სახეობასთან — საბუნებისმეტყველო იქნება ის თუ საზოგადოებრივ-ჰუმანიტერული.

საბუნებისმეტყველო დისციპლინებიდან ყველაზე აშკარაა ფსიქოლოგიის კავშირი ბიოლოგიურ მეცნიერებებთან. ფსიქოლოგიამ თავისი თეორიული პოსტულატების ჩამოყალიბებისას ბიოლოგიის რამდენიმე ზოგადი დებულება გამოიყენა. ასე მაგალითად, ევოლუციური ბიოლოგიის პრინციპები საფუძვლად ედება ფსიქიკის ცხოველურ სამყაროში განვითარების პრობლემის განხილვას. ამ კუთხით ნაყოფიერი კვლევა-ძიება მიმდინარეობს ფსიქოლოგიის ისეთ დარგში როგორიცაა **ზოოფსიქოლოგია**. თანდაყოლილისა და შეძენილის მიმართების საკითხი შეისწავლება **გენეტიკასთან** მჭიდრო კავშირში, კერძოდ მისი მოსაზღვრე დისციპლინის, **ფსიქოგენეტიკის** ფარგლებში. მაგრამ ფსიქოლოგია ყველაზე ორგანულად მაინც **ფიზიოლოგიასთან** არის დაკავშირებული. ფსიქოლოგია ცდილობს განიხილოს სულიერი მოვლენები მათ მატერიალურ, ნერვულ საფუძვლებთან მიმართებაში. სხეულისა და სულის ურთიერთმიმართება ყოველთვის ცენტრალური იყო ფსიქოლოგიისთვის. ამის გათვალისწინებით წარმოიქმნა და წარმატებით ვითარდება ისეთი მოსაზღვრე დარგები, როგორიცაა **ფსიქოფიზიოლოგია**, **ნეიროფსიქოლოგია** და სხვა. უმნიშვნელოვანესია ფსიქოლოგიის კავშირი **მედიცინასთან**. მხედველობაში გვაქვს ის მრავალრიცხოვანი კვლევები, რომლებიც **კლინიკური ფსიქოლოგიის** საზღვრებში ხორციელდება.

ნაკლებ თვალსაჩინო და უშუალოა ფსიქოლოგიის კავშირი ისეთ მეცნიერებებთან, როგორიცაა **ფიზიკა** და **ქიმია**. მკაცრი მეცნიერული კვლევის წარმატებულობის თვალსაზრისით ფიზიკა ყოველთვის ეტალონურ მეცნიერებად მოიაზრებოდა. ამიტომ წარმოდგენები სულიერ მოვლენებზე და მათი კვლევის პრინციპებზე ხშირად ფიზიკაში დამკვიდრებული შეხედულებების მსგავსად ყალიბდებოდა. მაგალითად, ფსიქიკურ სამყაროს მიუსადაგეს ატომური აგებულებ-

ბის პრინციპი; სხვადასხვა ფსიქოლოგიურ თეორიაში გამოიყენება ისეთი ცნებები, როგორიცაა ენერგია, ველი და ა.შ. ქიმიასთან ფსიქოლოგიის კავშირი უფრო მკაფიოა. არის ისეთი სფეროები, სადაც ფიზიოლოგიურ და ფსიქოლოგიურ თეორიებთან ერთად გამოიყენება ქიმიური და ბიოქიმიური თეორიებიც (მაგალითად, მეხსიერების მექანიზმები). გარდა ამისა, არსებობს **ფსიქოფარმაკოლოგია** – ფსიქიკაზე სამკურნალო პრეპარატების ზემოქმედების შემსწავლელი დისციპლინა.

მჭიდროა ფსიქოლოგიის კავშირი სოციალურ და ჰუმანიტარულ დისციპლინებთანაც. ისტორიასთან და ეთნოგრაფიასთან მას აახლოებს ინტერესი სხვადასხვა ეპოქებისა და განსხვავებული კულტურების ინდივიდების ფსიქიკური წყობის მიმართ. (ისტორიული ფსიქოლოგია და ეთნოფსიქოლოგია). სოციოლოგიასთან ფსიქოლოგიას აკავშირებს პიროვნებისა და მისი სოციალური გარემოცვის, ჯგუფის შიგნით და ჯგუფთა შორის მიმდინარე პროცესების შესწავლა (სოციალური ფსიქოლოგია). იური სპრუდენციასთან ფსიქოლოგიას აკავშირებს იმ ფსიქოლოგიური კანონზომიერებების დადგენის აუცილებლობა, რაც დაკავშირებულია დანაშაულებრივი ქცევის ჩადენასთან ან, მის აღკვეთასთან და სამართლებრივი შეფასების პროცესში მონაწილე სუბიექტის პირვნულ თავისებურებებთან (იურიდიული ფსიქოლოგია).

ძალიან მრავალმხრივია კავშირი ფსიქოლოგიასა და ისეთ ტრადიციულ ჰუმანიტარულ დისციპლინას შორის, როგორიცაა **ენათმეცნიერება**. მათ აახლოებს ენობრივი სტრუქტურების შეთვისების საფუძველზე მეტყველების ფორმირების პრობლემა, ენის ანალიზი აზროვნებასთან კავშირში, ენობრივი ურთიერთობების შინაარსეული და ექსპრესიული მხარეებისადმი ინტერესი. ფსიქოლოგიურ პრობლემა-

ტიკასთან უშუალო კავშირშია გამონათქვამის წარმოშობის თავისებურებები, მეტყველების აღქმა, ენის როლის დადგენა კულტურის ანალიზის კონტექსტში და სხვა (იხ. თავი კომუნიკაცია და მეტყველება).

§ 2. ფსიქოლოგიის ბანკითარება და თანამედროვე მდგომარეობა

1. ადამიანს ყოველთვის აინტერესებდა თავისი სულიერი სამყაროს გაგება. ჩვენი შორეული წინაპრები ფიქრობდნენ, რომ ადამიანის სხეულში მოთავსებულია მეორე არსება, რომელიც დაკავებულია იმის დადგენით, თუ რას ხედავს თვალი, რა ესმის ყურს და რას გრძნობს კანი. ამ „სულს“ ან „აჩრდილს“ გააჩნდა უნარი გამოსულიყო სხეულიდან ძილის დროს და ეცხოვრა თავისი საკუთარი ცხოვრებით სიზმარში. ძილში მონადირე კლავს ცხოველს, მეომარი ხდება მამაცი, შეყვარებული ეუფლება სატრფოს და ა.შ. ითვლებოდა, რომ უკანასკნელ ამოსუნთქვასთან ერთად სული საბოლოოდ ტოვებს სხეულს. უძველეს დროში გაჩენილი ეს რწმენა ჯერ კიდევ შემორჩენილია ე.წ. „პრიმიტიულ ხალხებში“.

ძველმა ცივილიზაციებმა მოიგონეს იდუმალი ძალით დაჯილდოებული ღმერთები და ქალღმერთები. ისინი იწვევენ ყველაფერს ამ ქვეყნად: არის სიყვარულის, ომის, ხელოვნებისა და მრავალი სხვა ღმერთი. ამგვარად, ავადმყოფობა და ჯანმრთელობა, სიკეთე და ბოროტება, სიმამაცე და სიმხდალე, ანუ ყველაფერი ის, რასაც მოკვდავი განიცდის და რაც სულიერ სამყაროდ იწოდება, დამოკიდებულია ღმერთების ხასიათსა და მათ შორის პაექრობაზე. ღმერთების ბანთეონის შემადგენლობა, ადგილსამყოფელი და მათთან ურთიერთობის წესები კულტურიდან კულტურაში ცვალებადობდა.

უცვლელი იყო ერთი — ადამიანმა პატივი უნდა სცეს და დამორჩილოს მათ ნებას, თუ უნდა შეინარჩუნოს კეთილდღეობა და სიმშვიდე, როგორც გარე, ისე შიდა, სულიერ სამყაროში.

2. პირველი ფილოსოფიური სისტემები შეიქმნა ძველ საბერძნეთში ჩვ.წ. აღ-მდე VII საუკუნეში. აქედან მოყოლებული, სულიერი სამყაროს გააზრება ფილოსოფიური წარმოდგენების ფარგლებში მოექცა. პირველი სპეციალური ფსიქოლოგიური შრომა, ტრაქტატი „სულის შესახებ“ ეკუთვნის არისტოტელეს (IV საუკუნე ჩვ.წ. აღ-მდე). ამ ნაწარმოებში არისტოტელე გადმოგვცემს საკუთარ მოძღვრებას და აგრეთვე სხვა ავტორების, მათ შორის მისი მასწავლებლის, პლატონის შეხედულებებს. პლატონს მიაჩნდა, რომ ჩვენგან დამოუკიდებლად, ობიექტურად არსებობს იდეათა უხილავი სამყარო. სული ამ სინამდვილეს მიეკუთვნება და მარადიული არსებობით ხასიათდება. იგი დროებით უკავშირდება სხეულს, სიკვდილის შემდეგ კი უბრუნდება იდეათა სამყაროს, სადაც მუდამ იძენს ჭეშმარიტ ცოდნას, რომელიც სხეულთან შეერთებისას ავიწყდება. შემეცნება ადამიანის მიერ ამ ცოდნის აღდგენის, ფაქტობრივად გახსენების პროცესია.

არისტოტელე თვლიდა, რომ სული სხეულის არსია, ანუ ის, რაც სხეულს ცოცხლად ხდის. მაგრამ, თუ ეს ასეა, სხეული და სული ერთმანეთისაგან განცალკევებულად ვერ იარსებებენ, ისინი ერთ მთლიანს უნდა ქმნიდნენ. მათი ფუნქციები დაუშორებელია. „თვალი რომ ცოცხალი არსება ყოფილიყო, ამბობს არისტოტელე, მხედველობა მისი სული იქნებოდა“. ყველაფერი, რაც ცოცხალ არსებაში, მათ შორის ადამიანში ხდება, სულის მოქმედების გამოვლინებაა. ყოველივე ცოცხალი სულიერია. ამასთან, სიცოცხლის ორგანიზაციის სამ დონეს სულის სამი ფორმა შეესაბამება: მცენარეული სული, რომელიც კვების, ზრდის და გამრავლების პრო-

ცესებს განაგებს; ცხოველური სული, რომელიც შეგრძნებებს მართავს და ადამიანური სული, რომელიც აზროვნების უნარით არის დაჯილდოებული. არისტოტელემ მოგვცა ადამიანის სულიერი გამოვლინებების ან, დღევანდელი ენით რომ ვთქვათ, ფსიქიკური პროცესების (შეგრძნება, მეხსიერება, წარმოსახვა, აზროვნება, გრძნობები, ნებელობა) დახასიათება, რომელიც დღესაც გვაოცებს დაკვირვების სიმახვილით და ანალიზის სიზუსტით. მიუხედავად ამისა, არისტოტელესთვის მთავარი მაინც ეს რეალურად მიმდინარე პროცესები კი არა, მათ საფუძვლად მდებარე სულის რაობის გარკვევაა.

ერთი სიტყვით, ბერძენი ფილოსოფოსების თხზულებებში უკვე მოცემულია ფსიქიკური პროცესების ერთგვარი გულებრყვილო გაგება: ისინი ისეთი მოვლენებია, რომლებიც რაღაც ზებუნებრივი, „სინამდვილის გადაღმა არსებული“, მეტაფიზიკური არსის – „სულის“ გამოვლინებას წარმოადგენენ. ფსიქოლოგიის ამოცანა ამ „სულის“ გაგებაშია. საუკუნეების მანძილზე ფსიქოლოგია „სულის“ შესახებ მოძღვრებად ითვლებოდა; ფსიქოლოგიის განვითარების ამ ეტაპს „მეტაფიზიკური ფსიქოლოგიის“ ეტაპს უწოდებენ.

3. ასეთი იყო ფსიქოლოგია XVII საუკუნემდე. ამ პერიოდში მკვეთრად იწყებს განვითარებას საბუნებისმეტყველო მეცნიერებები, რომლებიც რეალური მოვლენების ემპირიული შესწავლის მყარ ნიადაგზე დგანან. ბუნებრივია, რომ მეცნიერული აზრი გელარ ურიგდება სპეკულაციებს სულის ბუნების შესახებ. ყოვლისამხსნელი „სული“, რომელიც დაკვირვებადი მოვლენების მიღმა არსებობს და თავად აუხსნელ ძალად რჩება, თანდათანობით გამოირიცხა მეცნიერებიდან. დადგა ხანა ე.წ. „ემპირიული ფსიქოლოგიისა“, რომელიც შეისწავლის რეალურ ფსიქიკურ სინამდვილეს, ემპირიულად მოცემულ ცნობიერების შინაარსებს, განცდათა

სამყაროს. ყველაზე გაბედული ნაბიჯი ამ მიმართულებით გადადგა ინგლისელმა ფილოსოფოსმა ჯონ ლოკმა.

ემპირიული ფსიქოლოგიის ძირითად კატეგორიას ცნობიერება შეადგენს, იგი ჭეშმარიტად ცნობიერების ფსიქოლოგიაა. ემპირიული ფსიქოლოგია ამოდის იქიდან, რომ ცნობიერების პროცესები მიუწვდომელია გარეშე დამკვირვებლისთვის. სხვადასხვა ადამიანების ცნობიერება შეიძლება შედარდეს დახშულ სფეროებს, რომელთა შორის უფსკრულია. ამ უფსკრულს ვერავინ გადალახავს; ვერავინ განიცდის ჩემი ცნობიერების მდგომარეობას ისე, როგორც ამას მე განვიცდი. მე, აგრეთვე, ვერასდროს შევალწევ სხვათა წარმოდგენასა და გრძნობაში. ცნობიერების პროცესები უშუალოდ მხოლოდ თვით სუბიექტს ეძლევა. ამიტომ, მათი ემპირიული შესწავლისთვის სუბიექტმა უნდა აწარმოოს დაკვირვება საკუთარი ცნობიერების შინაარსებზე, ე.ი. განახორციელოს თვითდაკვირვება ანუ ინტროსპექცია. ასეთია ემპირიული ფსიქოლოგიის არსი. მის ყველაზე გავრცელებულ მიმდინარეობას ე.წ. ასოციაციური ფსიქოლოგია წარმოადგენს. იგი ორი საუკუნის განმავლობაში ვითარდებოდა მრავალი გამოჩენილი მოაზროვნის მიერ.

ასოციაციონიზმის მეცნიერული იდეალი ბუნებისმეტყველება, კერძოდ ფიზიკა და ქიმია იყო. აქ შემეცნება კონკრეტულ მოვლენათა ანალიზით იწყება და სამყაროს გამაერთიანებელი კანონზომიერების დადგენამდე მიდის. იგივეს გაცემებას ცდილობს ასოციაციური ფსიქოლოგიაც. პირველ ყოვლისა ის გამოყოფს ცნობიერების საშენ მასალას, ფსიქიკურ ელემენტებს, ხოლო შემდგომ დაადგენს კანონს, წესს, რომელიც მათ რთულ ფსიქიკურ მოვლენებად გააერთიანებს. ფსიქიკურ ელემენტებად შეგრძნებები და მათი ასლენი, წარმოდგენები გვევლინება, ხოლო მათ გამაერთიანებელ პრინციპად ასოციაციის ძალაა მიჩნეული. ასოციაცია ცნო-

ბიერების მოვლენებს შორის ისეთ კავშირს გულისხმობს, როცა ერთი წარმოდგენის გაჩენა მეორის აღმოცენებას იწვევს. ცნობიერების ელემენტები ასოციაციის საშუალებით უკავშირდებიან ერთმანეთს და ქმნიან ფსიქიკური სამყაროს მთელ მრავალფეროვნებას. ასოციაცია ცნობიერების უნივერსალური მასინთეზირებელი პრინციპია; ის ერთგვარი მსოფლიო მიზიდულობის კანონია ფსიქიკის სფეროში. ასოციაციური კავშირი მყარდება წარმოდგენათა მეზობლობის, მსგავსებისა და თანხვედრის მრავალჯერადობის შემთხვევაში. თუ ეს პირობები შესრულდა, გთქვამთ, ორი წარმოდგენა რამდენჯერმე ერთდროულად გაჩნდა ცნობიერებაში, მათ შორის მექანიკურად მყარდება კავშირი: ერთ-ერთის გაჩენა მეორეს მექანიკურადვე გამოიწვევს. ასოციაციონიზმის, როგორც ემპირიული ფსიქოლოგიის ძირითადი მიმდინარეობის ყველაზე დამახასიათებელ ნიშანს და, ამავე დროს, ყველაზე სერიოზულ ნაკლს სწორედ მისი მექანიციზმი და ელემენტარიზმი წარმოადგენს.

4. ემპირიული ფსიქოლოგია თითქმის მთლიანად ფილოსოფიის წიაღში ჩამოყალიბდა, რადგან ფსიქოლოგია, როგორც დამოუკიდებელი დისციპლინა, ჯერ კიდევ არ არსებობდა. თეორიულ მუშაობასთან ერთად, უპირატესად ფიზიოლოგების მიერ, მიმდინარეობდა ფაქტობრივი მონაცემების დაგროვების პროცესიც. XIX საუკუნის მეორე ნახევარში დღის წესრიგში დადგა ფსიქოლოგიის დამოუკიდებელ მეცნიერებად დამკვიდრების ამოცანა. ამ საქმეში განსაკუთრებული წვლილი მიუძღვის გერმანელ მეცნიერს ვილჰელმ ვუნდტს. 1887 წელს მან ლაიფციგში დააარსა პირველი ფსიქოლოგიური ლაბორატორია. აქ მიმდინარე კვლევა-ძიება ფაქტობრივად ექსპერიმენტულად ორგანიზებულ თვითდაკვირვებას წარმოადგენდა. ცდისპირებს მოეთხოვებოდათ აღეწერათ განცდები, რომლებსაც მათში გარ-

კვეული გამლიზიანებლების ზემოქმედება იწვევდა. მარტივი ფსიქიკური პროცესების კვლევით ვუნდტი ცდილობდა გამოეყო და დაეხასიათებინა რთული ფსიქიკური მოვლენების შემადგენელი ელემენტები. ამით იგი, არსებითად, ასოციაციონიზმის ხაზს აგრძელებდა ექსპერიმენტის გამოყენებით. ელემენტების დამაკავშირებელ მექანიზმადაც ასოციაცია იგულისხმებოდა, თუმცა, ამასთან ერთად, გონების უფრო რთული მასინთეზირებელი მოქმედების არსებობაც იყო დაშვებული. ვუნდტის სისტემა იყო **ელემენტარისტული**, ვინაიდან მასში ცნობიერება მარტივი ერთეულებისაგან აგებულიად განიხილებოდა და, ასევე, **ინტროსპექციული**, რადგან ფსიქოლოგიური ცოდნის ნამდვილ წყაროდ, მაინც თვითდაკვირვება იყო მიჩნეული.

5. კრიტიკის საგანი, პირველ რიგში, ელემენტარიზმი გახდა. ფსიქოლოგებმა მონახეს და დაახასიათეს ცნობიერების ისეთი შინაარსები, რომელთაც ვერც ცალკეულ ელემენტებად დაშლი და ვერც მათი უბრალო ჯამის სახით წარმოადგენ. გერმანული სიტყვა „გეშტალტი“ ნიშნავს ფორმას ან კონფიგურაციას. „**გეშტალტფსიქოლოგიის**“ მიხედვით, გარემო ჩვენს მიერ არ განიცდება ცალკეული ელემენტების სახით, რომლებიც ცნობიერებამ უნდა გააერთიანოს; სამყარო შედგება ორგანიზებული ფორმებისაგან და მისი აღქმაც იმთავითვე ორგანიზებულია. მაგალითად, გარკვეული თანმიმდევრობით და ტემპით მოცემული ბგერების თანმიმდევრობა ქმნის მელოდიას. თუ შეიცვლება ნოტების რიგი ანუ მთლიანობა, შეიცვლება მთელი მელოდია; თუ მელოდიას გადავიტანთ სხვა ტონალობაში, მაშინ შეიცვლება მისი შემადგენელი თითოეული ბგერა (ელემენტი), მაგრამ თვით მელოდია უცვლელი დარჩება. მაშასადამე, ჩვენ განვიცდით გარკვეულ ორგანიზებულ მთლიანობას და არა მისი ელემენტების უბრალო ჯამს.

6. კლასიკური ფსიქოლოგიის ინტროსპექციონიზმს დაუპირისპირდა XX საუკუნის ერთ-ერთი ყველაზე გავლენიანი მიმდინარეობა – „ბიჰევიორიზმი“. მისი სახელწოდება ნაწარმოებია ინგლისური სიტყვიდან – **behaviour**, რომელიც ქცევას ნიშნავს. მაშასადამე, ბიჰევიორიზმი ქცევათმეცნიერებაა. იგი მოუწოდებს ფსიქოლოგებს უარი თქვან სუბიექტური სამყაროს, ცნობიერების შესწავლაზე და გადაინაცვლონ ობიექტურად მოცემული ქცევის კვლევაზე. ბიჰევიორიზმის ფუძემდებელი, ამერიკელი მეცნიერი ჯონ უოთსონი, ცდილობდა ფსიქოლოგია ზუსტ საბუნებისმეტყველო მეცნიერებად ექცია. ტრადიციულმა ფსიქოლოგიამ ეს ვერ შეძლო, რადგან მისი საკვლევი საგნის – ცნობიერების შესწავლის ერთადერთ გზას თვითდაკვირვებაში ხედავდა. ეს უკანასკნელი კი თავისი სუბიექტურობის გამო ვერ იძლევა მყარ და სანდო მონაცემებს. ამიტომ იგი უნდა შეიცვალოს ობიექტური დაკვირვების მეთოდით. მაგრამ, ვინაიდან თვითდაკვირვება და ცნობიერება ბიჰევიორიზმის წარმოდგენაში ორგანულად იყო ერთმანეთთან დაკავშირებული, ერთის უარყოფა მეორის უარყოფასაც ნიშნავდა. მეთოდის შეცვლას ფსიქოლოგიის საგნის შეცვლა მოყვა. სუბიექტური მეთოდით სუბიექტური (ცნობიერი) მოვლენები შეისწავლება, ხოლო ობიექტური მეთოდით – ობიექტური მოვლენები. ესენია ცოცხალი არსების მიერ განხორციელებული ქცევები, რეაქციები, რომლებიც მისაწვდომია გარეშე დაკვირვებისთვის. ამ რეაქციებს ობიექტურად მოცემული სტიმულები იწვევენ. ყოველი ქცევა არის პასუხი რაიმე გამღიზიანებელზე: **S-R** – ასეთია ბიჰევიორიზმის ფორმულა. ბიჰევიორიზმი ცდილობს ზუსტად განსაზღვროს, თუ როგორი იქნება ორგანიზმის პასუხი – რეაქცია (**R**) მოცემულ გამღიზიანებელზე – სტიმულზე (**S**). ბიჰევიორიზმის ყველა ნაირსახეობისთვის მთავარია ქცევის წინასწარმეტყველება და

მართვა. მიჩნეულია, რომ ადამიანის თითქმის ყველა ქცევა შეძენილია. ამიტომ, ახალი ქცევების გამომუშავების პროცესი, ანუ დასწავლა, ემპირიული კვლევის ძირითად ობიექტად გადაიქცა.

ხშირად ამბობენ, რომ რადიკალური ბიჰევიორიზმი უფსიქიკო ფსიქოლოგიაა. მართლაც, S-R ფორმულაში არანაირად არ არის გათვალისწინებული ფსიქიკის მონაწილეობა — გამღიზიანებელი უშუალოდ იწვევს რეაქციას. ეს არ ეთანხმება ყოველდღიური დაკვირვების მონაცემებს. კვლევის პროცესმაც ნათელყო ქცევის ასეთი უკიდურესად გამარტივებული დახასიათების უმართებულობა. ამიტომ, ბიჰევიორისტების მომდევნო თაობამ (ე.წ. ნეობიჰევიორისტებმა) ქცევის პროცესის დახასიათებისას მიმართეს შინაგან სამყაროსთან დაკავშირებულ მოვლენებს (მოთხოვნილება, მოლოდინი, მიზანი, განწყობა და სხვა) და ე.წ. „შუალედური ცვლადების“ სახით მოათავსეს ისინი სტიმულსა და რეაქციას შორის. ქცევის კატეგორია, რომელიც ამ ცვლადებით შეპირობებულ აქტივობად იქნა გააზრებული, სულ უფრო მეტად იტვირთებოდა ფსიქიკური შინაარსით. დღეს ქცევას უკვე აღარავინ აიგივებს კუნთებისა თუ ჭირკვლების ობიექტურად გამოვლენილ აქტივობასთან. ასეთი მოვლენები ფიზიოლოგიის შესწავლის საგანია. თანამედროვე ფსიქოლოგიაში ქცევა დახასიათებულია, როგორც ობიექტურისა და სუბიექტურის, სხეულებრივისა და ფსიქიკურის განუყოფელი ერთიანობა.

7. ფსიქოლოგიური მეცნიერების განვითარების მესამე ხაზი, რომელიც გეშტალტფსიქოლოგიასთან და ბიჰევიორიზმთან ერთად დაუპირისპირდა ტრადიციულ ცნობიერების ფსიქოლოგიას, იყო ფსიქონალიზი. ამ მოძღვრების ცენტრალური კატეგორია არის არაცნობიერი. მისი შემქმნელი ავსტრიელი მეცნიერი ზიგმუნდ ფროიდი ამტკიცებდა, რომ

ცნობიერება ფსიქიკის მხოლოდ მცირე ნაწილს შეადგენს. ჩვენი ქცევა განსაზღვრულია არა მხოლოდ და არა იმდენად ცნობიერებით, რამდენადაც არაცნობიერი **ლტოლვებით**. ეს ის მისწრაფებებია, რომელთა არსებობას ადამიანი თავის თავსაც არ უმხელს და რომლებიც თავისი „მიუღებლობის“ გამო არ დაიშვებიან ცნობიერებაში; ისინი არაცნობიერში განიღვენებიან. ეს ფსიქიკური შინაარსები არ ეთანხმება იმ ნორმებსა და იდეალებს, რომლებიც უმუშავდება ადამიანს საზოგადოებრივ ცხოვრებაში, უპირატესად ბავშვობაში, მშობლებთან ურთიერთობის პროცესში. სექსუალური ლტოლვები, მათ მიმართ უძლიერესი სოციალური შეზღუდვების გამო, ყველაზე მეტად ითრგუნება. ამიტომ ადამიანის ქცევა, პირველ რიგში, ამ ლტოლვების არაცნობიერიდან მომდინარე ენერგიით აღიძვრება. ფროიდი მას **ლიბიდოს** უწოდებს. ეს ენერგია ბავშვობასა და მოზარდობაში გაივლის განვითარების გარკვეულ სტადიებს, რასაც მოყვება ბიროვნების ამა თუ იმ ტიპის ფორმირება.

არაცნობიერი ქმედითი ძალაა, რომელიც მუდამ ესწრაფის შეაღწიოს ცნობიერებაში და აღძრას ქცევა, რასაც უმეტესად ახერხებს კიდევ, თუმცა ისე რომ სუბიექტმა ამის შესახებ არაფერი იცის. არაცნობიერი ტენდენციები შენიღბული სახით შეიძლება გამოვლინდნენ სიზმრებში, ფანტაზიაში, შემოქმედებაში, შეცდომით მოქმედებებში, ნევროტულ დარღვევებში და სხვა. ფროიდის მიხედვით, ნევროტული სიმპტომი ეს არის ტრავმის გამოშვებული გამოდევნილი განცდების ნარჩენი (კვალი), რომელიც არაცნობიერში მძლავრ დამუხტულ კერას ქმნის და იქიდან დამანგრეველად მოქმედებს. ფსიქოანალიზი, როგორც მკურნალობის მეთოდი, მიმართულია იმაზე, რომ გაიხსნას ნევროზის ნამდვილი მიზეზი, გაცნობიერდეს ტრავმა და მოიხსნას მისი ნეგატიური გავლენა პაციენტზე.

ფსიქოანალიზს მკაცრად აკრიტიკებდნენ, პირველ ყოვლისა მისი გადაჭარბებული სექსუალიზაციის გამო, აგრეთვე იმიტომ, რომ მისი დებულებების უმეტესობის ექსპრიმენტული შემოწმება გაძნელებულია, ან სულაც შეუძლებელი. ეს შეფასება არ არის უსაფუძვლო. მაგრამ, ისიც მართალია, რომ ფროიდი იმდენად ღრმად ჩაიხედა არაცნობიერის სფეროში, როგორც მანამდე არავის გაუკეთებია. არაჩვეულებრივად მდიდარ კლინიკურ პრაქტიკაზე დაყრდნობით, ფროიდი აღწერა ფსიქიკური შინაარსის ცნობიერებიდან არაცნობიერისკენ და პირიქით, არაცნობიერიდან ცნობიერებისკენ მოძრაობის პროცესი.

ფროიდის იდეებმა სტიმული მისცა მრავალი შეხედულების გაჩენას ე.წ. „ნეოფროიდიზმისა“ და „ეგო-ფსიქოგიის“ ფარგლებში, სადაც საფუძვლიანად გადამუშავდა ფსიქოანალიზის პოზიციები ისეთ არსებით საკითხებზე, როგორიცაა არაცნობიერის ფორმები და სახეები, ქცევის მამოძრავებელი ძალების ბუნება, სოციალური ფაქტორების როლი ფსიქიკურ ცხოვრებაში, მე-ს ფუნქცია პიროვნების სტრუქტურაში და სხვა.

8. XX საუკუნის შუა ხანებში ბიჰევიორისტული ფსიქოლოგია აშკარა კრიზისის ფაზაში შედის. თავისი ამოსავალი პრინციპების საწინააღმდეგოდ, იგი იძულებული ხდება გაითვალისწინოს ცნობიერების მონაცემები. ამგვარად, შეიქმნა ვითარება, რომელიც განაპირობებდა ცნობიერების ფსიქოლოგიის ხელმეორე აღორძინებას. ასეც მოხდა. ჩამოყალიბდა ე.წ. „კოგნიტური ფსიქოლოგია“, რომელმაც თავისი შესწავლის საგნად შემეცნებითი ფსიქიკური პროცესები გახადა. ფსიქოლოგიის ამ მიმართულების დაფუძნებას და გავრცელებას დიდად შეუწყო ხელი კიბერნეტიკისა და ინფორმატიკის განვითარებამ.

კიბერნეტიკა იმ იდეიდან ამოდის, რომ მართვისა და ინ-

ფორმაციის გადამუშავების პროცესები ყოველგვარ რთულ სისტემაში – კომპიუტერშიც და ცოცხალ არსებაშიც, საერთო, ზოგად კანონზომიერებებს ემორჩილება. ბიჰევიორისტული კრიზისით გზააბნეული ფსიქოლოგიისთვის ეს პრინციპები უაღრესად პროდუქტიულად გამოიყურებოდა. თითქოს გაიხსნა ახალი გზა ფსიქიკური, უპირატესად შემეცნებითი პროცესების შესასწავლად. კომპიუტერის მსგავსად, ადამიანში ინფორმაცია აისახება, გაიშიფრება, კლასიფიცირდება, შეინახება, გამოიყენება; ერთი სიტყვით, ხდება ინფორმაციის გადამუშავება. ბიჰევიორიზმის მიერ ტაბუდირებული ცნობიერი, კოგნიტური პროცესები (აღქმა, მეხსიერება, ყურადღება, ამოცანის გადაწყვეტა და ა.შ.) რეალური მოვლენების სატატუსს იძენენ, როგორც ინფორმაციის გადამუშავების ერთიანი, რთული პროცესის ეტაპები თუ ელემენტები. გამომთვლელ მანქანებთან ანალოგია, ანუ, როგორც ხშირად ამბობენ, „კომპიუტერული მეტაფორა“ კოგნიტური (შემეცნებითი) პროცესების შესწავლის ახალ საშუალებებს იძლევა. ამჟამად კოგნიტური ფსიქოლოგია საყოველთაოდ არის გავრცელებული. მის ფარგლებში იქმნება უზუსტესი გაზომვების შემცველი ექსპერიმენტული მეთოდოდეები; ახალი ცნებებით მდიდრდება ფსიქოლოგიური ლექსიკონი, რომლითაც აღიწერება კოგნიტური მოქმედება: ინფორმაცია, გადამუშავება, კოდირება, პროგრამა და სხვა. მართალია თავიდანვე დაისვა და ახლაც მწვავედ დგას საკითხი მანქანური და ადამიანური ფსიქიკური პროცესების იგივეობის მართებულობის შესახებ, მაგრამ ისიც ნათელია, რომ კომპიუტერთან ფსიქიკური პროცესების ანალოგიას გარკვეული სარგებლობის მოტანა შეუძლია.

მოგვიანებით კოგნიტური ფსიქოლოგია გასცდა შემეცნებითი პროცესების კვლევის ჩარჩოებს. ბევრი რამ გაკეთდა იმის საჩვენებლად, თუ რამდენად დიდი როლი ენიჭება ცნო-

ბიერებას, ცოდნას ადამიანის ყოველგვარ ქცევაში. ცოდნა, აზრი, კოგნიცია განსაზღვრავს ქცევას – ასეთია ქცევითი კოგნიტივიზმის სხვადასხვა განშტოების ამოსავალი დებულება. კოგნიტური სისტემის ელემენტებს შორის გაჩენილი შეუსაბამობა აღძრავს ქცევას, რომელიც მიმართულია ამ შეუსაბამობის მოსახსნელად. ამგვარად, შემეცნებითი სფეროს ფარგლებში აქტივობის მამოძრავებელი ძალები წარმოიქმნება. ამჟამად აქტიურად შეისწავლება ე.წ. კოგნიტურ-მოტივაციური და კოგნიტურ-ემოციური ფენომენები.

9. XX საუკუნის 60-იან წლებში მეცნიერულ ასპარეზზე გამოვიდა ახალი ფსიქოლოგიური მიმდინარეობა, ე.წ. „ჭუმანისტური ფსიქოლოგია“, რომელიც „მესამე ძალის“ სახით დაუპირისპირდა ბიჰევიორიზმს და ფსიქონალიზს. ჭუმანისტური ფსიქოლოგიის თანახმად, ადამიანი წარმოადგენს მიზანდასახულ, შემომქმედ არსებას; იგი თავისუფალია გარეგანი და შინაგანი დეტერმინაციისაგან, რადგან თავისუფალი არჩევანისა და საკუთარი ნების შესაბამისი ქცევის განხორციელების უნარი გააჩნია. უფრო მეტიც, იგი თავად ქმნის, ძერწავს საკუთარ თავს. პიროვნული სამყარო განცდათა სამყაროა, რომელიც ყოველ ადამიანში განუმეორებელი და ინდივიდუალურია. ამიტომ საჭიროა ცალკეული, უნიკალური პიროვნების შესწავლა. ყოველი ადამიანი მიისწრაფის განვითარებისკენ, რათა მაქსიმალურად მიუახლოვდეს იდეალური მე-ს იმ სურათს, რომელიც მასში არსებობს. პიროვნება ზოგადად თვითაქტუალიზაციისკენ ისწრაფვის, მაგრამ ცხოვრების პროცესში მეტ-ნაკლებად აღწევს ამას. თავის პრაქტიკულ, ფსიქოთერაპიულ საქმიანობაში ჭუმანისტური ფსიქოლოგია ორიენტირებულია ისეთი ფსიქოლოგიური პირობების შექმნაზე, როცა პიროვნება შეძლებს თავისი პოტენციის სრულ გამოვლენას, იმის რეალიზაციას, რაც მასში ბუნებრივად არის მოცემული.

ჰუმანისტურ ფსიქოლოგიაში მთავარ ადგილს პიროვნების კატეგორია იკავებს. ეს კატეგორია ცენტრალურია ე.წ. „დისპოზიციური“ თეორიებისთვისაც. მათში ადამიანი დახასიათებულია პიროვნული ნიშნების ან თვისებების იმ ერთობლიობის სახით, რომელიც მის ქცევას განსაზღვრავს (იხ. თავი პიროვნების ფსიქოლოგია). ამ გაგებას უპირისპირდება ე.წ. „სიტუაციონისტური“ მოდელები, რომლებიც ქცევის განმსაზღვრელ ფაქტორებს პიროვნების გარეთ ეძებენ. არსებობს ე.წ. „ინტერაქციული“ შეხედულებებიც, სადაც ქცევა შინაგანი და გარეგანი ფაქტორების ერთობლივი მოქმედების შედეგად არის მიჩნეული.

ყველა თეორიაში ქცევისა და ზოგადად ფსიქიკური ცხოვრების დეტერმინაციის ერთ-ერთ ვერიანტია გათვალისწინებული. სერიოზულ კონცეფციებს შორის მხოლოდ ჰუმანისტური ფსიქოლოგია (განსაკუთრებით მისი „ეგზისტენციალური“ განშტოება) უარყოფს ყოველგვარ დეტერმინიზმს და თავისუფლების პრინციპიდან ამოდის. იგი გვერდს უვლის ექსპერიმენტსა და გაზომვას, იფარგლება უნიკალური პიროვნების აღწერით და უარს ამბობს ზოგადი კანონზომიერების ძიებაზე. რაც მთავარია, ის ეყრდნობა რწმენას, რომ ყოველ პიროვნებას ძალუძს საკუთარი თავისუფალი ნების საფუძველზე წარმართოს თავისი ქცევა და, საბოლოო ჯამში, განსაზღვროს საკუთარი ბედი. ყოველივე ეს გარკვეულ წინააღმდეგობაში მოდის მეცნიერების აღიარებულ იდეალებთან. მეცნიერება ხომ ზოგადი კანონზომიერებების დადგენას ცდილობს (მათ შორის ფსიქიკური ცხოვრების სფეროშიც). კანონზომიერება კი მოვლენათა განსაზღვრულობას, ანუ, ფართო გაგებით დეტერმინირებულობას გულისხმობს. თავისუფალი განსაზღვრულობა ნონსენსია. სპეციალისტების უმეტესობას მიაჩნია, რომ ჰუმანისტურ ფსიქოლოგიაში თავისუფლების პრინციპის ჰიპერტროფია ფსიქოლოგიურ

მეცნიერებას კანონზომიერების გარეშე ტოვებს. ამ შეფასების სერიოზულობას ადასტურებს ის, რომ ამჟამად ჰუმანისტური და ეგზისტენციალური ფსიქოლოგია ფაქტობრივად ჩამოშორდა ფუნდამენტურ კვლევას და პრაქტიკული ფსიქოლოგიის დარგად გადაიქცა.

10. როგორც ვნახეთ, მას შემდეგ რაც ფსიქოლოგია დამოუკიდებელ მეცნიერებად ჩამოყალიბდა, იგი არსებითად განსხვავებული თვალსაზრისების პაექრობის ასპარეზს წარმოადგენს. საყოველთაოდ მისაღები, ერთიანი ფსიქოლოგიური სისტემის შემუშავება მომავლის საქმეა. ჭერ-ჭერობით კი შეიძლება ითქვას, რომ თანამედროვე ფსიქოლოგია ოთხ ვეშაბზე დგას; ესენია ცნობიერების, არაცნობიერის, ქცევისა და პიროვნების კატეგორიები. სწორედ ამ კატეგორიათა გარშემო მოიყარა თავი ძირითადმა ფსიქოლოგიურმა შეხედულებებმა. ისინი შემოსაზღვრავენ არეს, რომელსაც ფსიქიკურ ცხოვრებას ვუწოდებთ. ფსიქიკა ან ცნობიერია ან არაცნობიერი, ის ქცევის ფორმაში ვლინდება, ქცევას კი პიროვნება ახორციელებს. ეს მხოლოდ ძალზე პირობითი და გამარტივებული სქემაა, მაგრამ მაინც ერთგვარ წარმოდგენას გვიქმნის ფსიქოლოგიის შესასწავლი სფეროს შესახებ.

§ 3. ფსიქოლოგიის დარბევი

თანამედროვე ფსიქოლოგიური მეცნიერება ცალკეულ ფსიქოლოგიურ დისციპლინებს ან დარგებს აერთიანებს

ზოგადი ფსიქოლოგია შეისწავლის ზრდასრული, ნორმალური, კულტურის თანამედროვე დონეზე მდგომი ადამიანის ფსიქიკის ზოგად კანონზომიერებებს. ამ სახელმძღვანელოში განხილული მონაცემები ადამიანის შემეცნებითი, ემოციური და მოტივაციური პროცესების შესახებ, უმეტეს

წილად ზოგადი ფსიქოლოგიის სფეროს მიეკუთვნება.

დიფერენციალური ფსიქოლოგია შეისწავლის ადამიანთა შორის არსებულ ფსიქოლოგიურ სხვაობებს, იმ თავისებურებებს, რომლებიც ახასიათებს სხვადასხვა ტიპის, ასაკის, სქესის, პროფესიისა თუ ეროვნების ადამიანებს; აგრეთვე კონკრეტული პიროვნებების ინდივიდუალურ მახასიათებლებს.

გენეტიკური ფსიქოლოგია ფსიქიკის განვითარებას იკვლევს. ის, თავის მხრივ, რამდენიმე დისციპლინას შეიცავს:

ასაკობრივი ფსიქოლოგია შეისწავლის ადამიანის ფსიქიკის განვითარებას და ცვალებადობას ონტოგენეზში, ე.ი. მისი ცხოვრების განმავლობაში დაბადებიდან სიკვდილამდე.

შედარებითი ფსიქოლოგია შეისწავლის ფსიქიკის განვითარებას ფილოგენეზში – ცხოველთა განვითარების საფეხურზე. ფსიქიკის განვითარების ეს დაბალი ფორმები განიხილება ადამიანის ფსიქიკის დონესთან შედარების თვალსაზრისით ე.ი. მათი განვითარების ასპექტით.

სოციალური ფსიქოლოგია ადამიანის, როგორც საზოგადოებრივი არსების ფსიქიკურ თავისებურებებს იკვლევს. იგი შისწავლის იმ გავლენას, რასაც ადამიანის პიროვნებაზე, ფსიქიკურ პროცესებსა და ზოგადად ქცევაზე ახდენს სხვა ადამიანებთან ურთიერთობა, აგრეთვე ის როლები, რომელთაც იგი ასრულებს, როგორც მცირე სოციალური ჯგუფის (ოჯახი, მეგობართა წრე, სამუშაო კოლექტივი...), ისე უფრო ფართო საზოგადოებრივი სისტემის (სოციალური ფენა, ერი, სახელმწიფო...) წევრი (იხ. თავი სოციალური გავლენა).

პათოფსიქოლოგია შეისწავლის ფსიქიკის ანომალურ, პათოლოგიურად შეცვლილ ფორმებს, რაც თავს იჩენს ფსიქიკურ დაავადებათა შემთხვევაში. პათოფსიქოლოგიურ მონაცემებს ზოგაფსიქოლოგიური მნიშვნელობაც აქვს: ფსიქიკური მოვლენების პათოლოგიურად შეცვლილი ფორმების და-

პირისპირება ამ მოვლენათა ნორმალურ ფორმებთან, ამ უკანასკნელთა ბუნების გამოვლენას ემსახურება.

პედაგოგიური ფსიქოლოგია შეისწავლის აღზრდისა და სწავლების პროცესის ფსიქოლოგიურ საფუძვლებს მათი რაციონალიზაციის მიზნით. მაგალითად, რა მეთოდები უნდა იქნას გამოყენებული ინდივიდის ასაკობრივი თავისებურებების გათვალისწინებით; ბავშვის თუ მოზარდის ასაკიდან გამომდინარე, როგორი უნდა იყოს მასალის შინაარსი, სირთულე, საერთო სასწავლო დატვირთვა და ბევრი სხვა.

შრომისა და საინჟინრო ფსიქოლოგია შეისწავლის პროფესიული შრომის ფსიქოლოგიურ საფუძვლებს ამ პროცესის რაციონალიზაციის მიზნით. ამ დარგის ძირითადი ამოცანებია: ადამიანების მიზანშეწონილი განაწილება სხვადასხვა სახის საქმიანობაზე, ინდივიდების ფსიქიკური თავისებურებების, მათი უნარებისა და შესაძლებლობების მიხედვით; შრომითი ჩვევების ათვისების და შრომის პირობების რაციონალიზაცია; მათი შეთავსება ადამიანის ფსიქიკურ და ფსიქოფიზიკურ შესაძლებლობებთან და ამ გზით შრომის პროცესის გაადვილება, მისი ნაყოფიერების გაზრდა. მართვის ავტომატიზირებული სისტემების განვითარება განსაკუთრებით მოითხოვს ამ სისტემებთან „ადამიანი-ოპერატორის“ შეგუებას. ამ პრობლემის გაჭრას ემსახურება სპეციალური დარგი – საინჟინრო ფსიქოლოგია.

პრაქტიკული ფსიქოლოგია

ფსიქოლოგიაში, ისევე როგორც სხვა მეცნიერებებში, არის დარგები, რომლებიც ორიენტირებული არიან უპირატესად ცოდნის მოპოვებაზე, კვლევაზე და დარგები, რომლებიც უშუალოდ პრაქტიკის საჭიროებებს ემსახურებიან. პრაქტიკოს ფსიქოლოგებს შორის ერთნი დაკავებული არი-

ან ცალკეული ადამიანების პრობლემებით, მეორენი ჯგუფში (ოჯახი, გუნდი, კოლექტივი და ა.შ.) ურთიერთობების მოგვარებით, მესამენი ორიენტირებული არიან განათლების, გაჭრობისა თუ ჯანდაცვის სფეროში წარმოქმნილ პრობლემებზე, ხოლო სხვები ქმნიან პროგრამებს, რათა მოსახლეობის ყურადღება მიაპყრონ სხვადასხვა საზოგადოებრივ ღონისძიებებს (მაგ. არჩევნები, ბუნების დაცვის მოძრაობა და სხვა). ზოგიერთი მათგანი პირად კაბინეტში მუშაობს, სხვები კლინიკაში, სკოლაში, საწარმოში, საზოგადოებრივ, სახელმწიფო თუ კერძო დაწესებულებებში.

რა უბანზეც არ უნდა მუშაობდეს პრაქტიკოსი ფსიქოლოგი, მას ევალება გაერკვეს პრობლემის არსში, ე.ი. დასვას **დიაგნოზი** (ფსიქოდიაგნოსტიკა), გამოიმუშაოს რეკომენდაციები ნეგატიური მოვლენების **პროფილაქტიკის** ან **პრევენციის** (ფსიქოპროფილაქტიკა) კუთხით და უშუალოდ იმუშაოს ინდივიდთან ან ჯგუფთან **მდგომარეობის გამოსწორების** (ფსიქოკორექცია) მიზნით სხვადასხვა სპეციალური მეთოდების ან ტექნიკების გამოყენებით. ეს ტექნიკები წარმოადგენენ ისეთი ხერხების ერთობლიობას, რომლებიც საშუალებას გვაძლევენ, კონკრეტული პრობლემიდან გამომდინარე, გავაუმჯობესოთ ადამიანთა შორის ურთიერთობები, ვაგრძნობინოთ ადამიანს შვება, შევუმსუბუქოთ ტანჯვა, დავცხმაროთ თავისი ქცევის ორგანიზაციის ან ოპტიმიზაციის საქმეში და სხვა. აღსანიშნავია, რომ ამა თუ იმ ტექნიკის არჩევას, თვით პრობლემის ხასიათთან ერთად, განაპირობებს ის, თუ რომელ თეორიულ სისტემაზეა ორიენტირებული პრაქტიკოსი ფსიქოლოგი (ფსიქონალიზი, ბიჰევიორიზმი, კოგნიტივიზმი, ჰუმანისტური ფსიქოლოგია და ა.შ.).

ამრიგად, შეიძლება ითქვას, რომ პრაქტიკოსი ფსიქოლოგის საქმიანობის სამ ძირითად სფეროს წარმოადგენს **ფსიქოდიაგნოსტიკა**, **ფსიქოპროფილაქტიკა** და **ფსიქოკორექცია**.

ამ ჭრილში ფსიქოთერაპია, როგორც მკურნალობა ადამიან-ზე ფსიქიკური ზემოქმედების საშუალებით, ძალიან უახლოვდება ფსიქოკორექციას და, პრინციპში, მის სახეობად ან გარკვეულ ნაწილად შეიძლება ჩაითვალოს. ფსიქოთერაპიის ძირითად პრინციპებს და სახეობებს მკითხველი სპეციალურ თავში გაეცნობა (იხ. თავი კლინიკური ფსიქოლოგია).

თავი მეორე ჯვლევის მეთოდები

§ 1. ემპირიული კვლევის ზოგადი პრინციპები

თანამედროვე ფსიქოლოგია ემპირიული (ცდისეული) მეცნიერებაა. მისი კვლევა-ძიების სფერო ძალზე ფართოა — ელემენტარული ფსიქიკური მოვლენების ბიოქიმიური მექანიზმების დადგენიდან დაწყებული საერთაშორისო კონფლიქტების მოგვარების საშუალებათა გამოვლენით დამთავრებული. ფსიქიკური პროცესებისა და რეალური ქცევების თავისებურებათა შესწავლის მრავალი მეთოდია შემუშავებული. ჩვენი მსჯელობა ფსიქოლოგიაში მიმდინარე მეცნიერული კვლევის თავისებურებებსა და მის მიერ გამოყენებულ სხვადასხვა სახის მეთოდს ეხება.

ჰიპოთეზების შემუშავება და თეორიის მნიშვნელობა

მკვლევართა მიერ ამა თუ იმ პრობლემის დასმას მრავალი მიზეზი გააჩნია. ასეთი მიზეზი შეიძლება იყოს ფორმალური კონცეფცია, მოპოვებული ცდისეული მონაცემები, ადამიანთა ცხოვრებისეული პრაქტიკა ან თვით მკვლევარის პირადი გამოცდილება. ყოველ შემთხვევაში, ერთი პირობის არსებობა აუცილებელია — მკვლევარს შესასწავლი მოვლენის შესახებ რაიმე წინასწარი ჰიპოთეზა (გარაუდი) უნდა გააჩნდეს. ჰიპოთეზაში მოვლენათა შორის არსებული კავშირის შესახებ გამოთქმული ვარაუდი იგულისხმება, ხოლო ჰიპოთეზების სისტემური ერთობლიობა, რომლის მეშვეობით მოვლენების ახსნა და წინასწარმეტყველება ხდება, თეორიად განიხილება. მაგალითად, ადამიანთა ქცევის ამხსნელი ფსიქოანალიტიკური თეორია ყურადღებას არაღნიშნავს მოტივებზე ამახვილებს, ხოლო ბიჰევიორიზმი სტიმულსა და

რეაქციას შორის არსებულ კავშირებს შეისწავლის. ამ თეორიულ მიდგომებს შორის პრინციპული განსხვავება არსებობს, რაც, თავის მხრივ, კონკრეტული ჰიპოთეზების შინაარსსა და მათი შემოწმების მეთოდის შერჩევას განაპირობებს. უსვამდა რა ხაზს თეორიის მნიშვნელობას, გამოჩენილი ფსიქოლოგი კ. ლევინი ამბობდა, რომ „არ არსებობს იმაზე უფრო პრაქტიკული რამ, ვიდრე კარგი თეორია“. თეორია მოვლენათა მიმდინარეობის და მათ შორის არსებული კავშირების შესახებ გარკვეულ ცოდნას შეიცავს, მას ლოგიკურად ამთლიანებს და შემეცნებას ემპირიული კვლევა-ძიებისკენ წარმართავს.

ემპირიული შესწავლის დროს კონკრეტული თეორიული ვარაუდების შემოწმება ხდება. ამ შემთხვევაში მკვლევარი ორ ან მეტ ცვლადს შორის არსებულ კავშირს შეისწავლის. ცვლადებად განიხილება სიდიდეთა სახით წარმოდგენილი და მათემატიკური ხერხებით აღწერილი მოვლენები. მკვლევარი ისეთ ცვლადებს ზომავს, რომლებიც მისი აზრით, მნიშვნელოვან ურთიერთკავშირში იმყოფებიან. დავუშვათ, გვანტერესებს იმ კავშირის დადგენა, რომელიც სუბიექტის ოპტიმიზტობა-პესიმიზმისტობასა და მის ჯანმრთელობას შორის არსებობს. უფრო კონკრეტულად საკითხი ასე შეიძლება დაისვას: რა დამოკიდებულებაა ადამიანის ოპტიმიზმსა (პირველადი ცვლადი) და ქირურგიული ოპერაციის შემდეგ გამოჩანმრთელების სისწრაფეს შორის. ვთქვათ, ემპირიულმა კვლევამ აჩვენა, რომ ოპტიმიზტურად განწყობილი პაციენტები, პესიმიზტურად განწყობილებთან შედარებით, უფრო წარმატებულად გაივლიან პოსტოპერაციულ პერიოდს. ამ შემთხვევაში ოპტიმიზმი და ჯანმრთელობა ცვლადებად განიხილება, რადგან ამ მაჩასიათებლების მიხედვით ადამიანები ერთმანეთისაგან განსხვავდებიან. მოვლენებს, რომლებიც შეიძლება რაიმე ერთეულების მიხედვით გან-

ლაგდეს (ოპტიმიზმის ხარისხი, გონებრივი განვითარების დონე, გამოჯანმრთელების სისწრაფე და ა.შ.), უწყვეტ ცვლადებს უწოდებენ, ხოლო იმ მოვლენებს, რომლებიც მხოლოდ გარკვეული სახით დაჯგუფებას ექვემდებარებიან (სქესი, რასობრივი ან ეროვნული მიკუთვნებულობა, რაიმე ღონისძიებაში მონაწილეობის მიღება ან არ მიღება და ა.შ.) – კატეგორიულ ცვლადებს. კატეგორიული ცვლადები შეიძლება მხოლოდ ორ ჯგუფად დაიყოს.

ამონაყიბი და შედეგების განზოგადების ხაზისხი

ემპირიული კვლევის დროს, ადამიანთა ფართო პოპულაციის შესახებ გარკვეული ინფორმაციის მიღების მიზნით, კონკრეტული, შედარებით მცირე ზომის ჯგუფის შესწავლა წარმოებს. ერთი მხრივ, პოპულაცია საერთოდ ადამიანთა მთლიან მოცულობას შეიძლება გულისხმობდეს, ხოლო მეორე მხრივ, ის გარკვეული ქვეყნის სკოლამდელი ასაკის ბავშვების ჯგუფს აღნიშნავდეს. ჩვეულებრივ, გამოკვლევაში რაიმე პოპულაციის წარმომადგენელთა მხოლოდ მცირე რაოდენობა მონაწილეობს. ამონაკრებში პოპულაციის ძირითადი მახასიათებლების გამომხატველი ადამიანების გარკვეული ნაწილი იგულისხმება. ვთქვათ, რაიმე უმაღლესი სასწავლებლის სტუდენტების საერთო რაოდენობა 10.000-ს უდრის. ეს რიცხვი ამ დაწესებულების მთლიან პოპულაციას გამოხატავს. აქედან გამოკვლევაში მონაწილეობისთვის შერჩეული 100 სტუდენტი (მთლიანი რაოდენობის 1%) ამონაკრების როლში გამოვა. იმისთვის, რომ გამოკვლევის მონაცემები მთლიან პოპულაციაზე განვაზოგადოთ, აუცილებელია გამოკვლევაში მონაწილენი ამონაკრებში ე.წ. რანდომიზაციის წესით მოხვდნენ. რანდომიზაცია გამოკვლევაში მონაწილე ყოველი წევრის ამონაკრებში თანაბარი ალბათო-

ბით მოხვედრის უზრუნველყოფას ნიშნავს. რანდომიზაციის მოთხოვნა იმაში მდგომარეობს, რომ გამოკვლევაში მონაწილეთა საწყისი რაოდენობა შედარებით დიდი უნდა იყოს, ხოლო ამონაკრებში მათი მოხვედრა სხვადასხვა თვისებების გათვალისწინებით (ასაკი, სქესი, განათლების დონე, პროფესია, სოციალური მდგომარეობა და ა.შ.), შემთხვევითი არჩევანის წესით (ვთქვათ, მონეტის აგდებით) უნდა მოხდეს. ამგვარი პროცედურებით დადგენილი ამონაკრები, საკვლევ პოპულაციასთან მიმართებაში, რეპრეზენტატულობის (წარმომადგენლობის) თვისებას იძენს, რაც გამოკვლევის შედეგებს დამაჯერებელს გახდის.

კვლევის ობიექტურობა

მეცნიერულ კვლევა-ძიებაში ობიექტურობის პრინციპის დაცვა უმნიშვნელოვანესია. მოპოვებული შედეგი სხვა მკვლევარების მიერ უნდა იქნას შემოწმებული. ამისთვის, საკვლევი ცვლადები ისე უნდა შეირჩეს და განისაზღვროს, რომ მათი გაგება სხვებსაც ადვილად შეეძლოთ. ერთ-ერთი გამოკვლევის მიზანი იყო კონფლიქტების თავისებურებათა შესწავლა მოზარდებსა და მშობლებს შორის მყარი და გაყრილი ოჯახის ფაქტორის გათვალისწინებით. მანამდე არსებული მონაცემების თანახმად, გაყრილი ოჯახების დედები, რომლებიც მეორედ არ გათხოვილან, მყარი ოჯახების დედებთან შედარებით შვილებისადმი მეტ ლმობიერებასა და კონტროლის ნაკლებ ტენდენციას ამჟღავნებდნენ. ამოვიდნენ რა მოსაზრებიდან, რომ კონფლიქტების ძირითად მიზეზს მოზარდების მიერ საკუთარი ავტონომიის მოპოვების სწრაფვა წარმოადგენს, მკვლევარებმა ივარაუდეს, რომ იმ დედებთან ურთიერთობაში, რომლებიც შვილის მოქმედების თავისუფლებას ნაკლებად ზღუდავდნენ, მოზარდებს

ნაკლები კონფლიქტურობა უნდა გამოვევლინათ. ამ ვარაუდის ცდისეული შემოწმების დროს მკვლევართა წინაშე გარკვეული სირთულე წარმოიქმნა: როგორ უნდა გაიზომოს შვილებსა და მშობლებს შორის არსებული კონფლიქტი ობიექტურობის პრინციპის დაცვით? შვილებთან და მშობლებთან გასაუბრება ცალ-ცალკე ჩაატარეს, ხოლო ურთიერთობაში არსებული დაძაბულობა ხუთბაღიანი სისტემით შეფასდა. ამ გამოკვლევაში ინტერესის საგანს კატეგორიულურ (ზღუდავენ თუ არა დედები შვილების თავისუფლებას) და უწყვეტ (კონფლიქტის ხარისხის გარკვევა) ცვლადებს შორის სავარაუდო კავშირი წარმოადგენდა. მიღებული შედეგის მიხედვით, მყარი ოჯახების შვილებმა და დედებმა, გაყრილი ოჯახის წევრებთან შედარებით, კონფლიქტის უფრო მაღალი მაჩვენებლები გამოავლინეს.

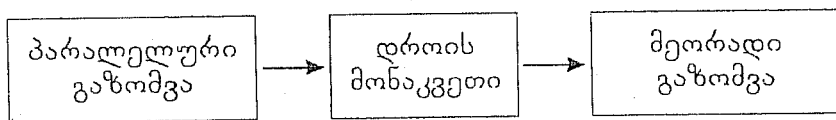
ზოგიერთი ცვლადების გაზომვა ნაკლებ პრობლემას წარმოადგენს. მაგალითად, კონტინგენტის სოციო-დემოგრაფიული მონაცემების (ეროვნება, პროფესია და ა.შ.) დადგენა უფრო ადვილია. ამავე დროს, უმრავლეს შემთხვევაში, შესასწავლი მოვლენის (ვთქვათ, ოპტიმიზმის და ჯანმრთელობის) ხარისხის დამდგენი საშუალების მონახვა და გამოყენება სერიოზულ სირთულეებს უკავშირდება. ამ შემთხვევაში მხედველობაში უნდა იქნას მიღებული საზომი ინსტრუმენტის ორი ძირითადი მახასიათებელი, კერძოდ, სანდოობა და დასაბუთებულობა (ვალიდობა).

გაზომვის სანდოობა და დასაბუთებულობა

1. ცდისეული კვლევით მიღებული მონაცემების ანალიზის დროს დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ცვლადების გაზომვასთან დაკავშირებული შეცდომების გათვალისწინებას. სანდოობა ემპირიული შედეგების სიმყარეზე მიაჩნდება. მი-

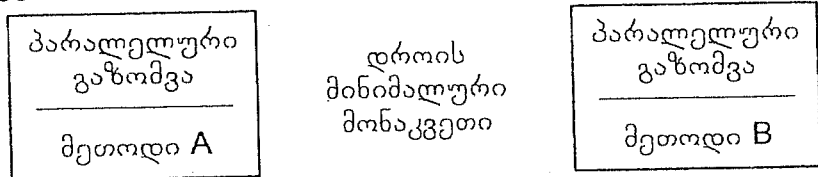
ღებულის მონაცემები, დროის თვალსაზრისით, სტაბილურობით და განმეორებადობით უნდა ხასიათდებოდნენ. არსებობს ფაქტორები, რომლებიც მიღებული შედეგების სანდოობას ამცირებენ. ცვლადების სანდოობის დადგენის სამნაირი ხერხი არსებობს: განმეორებითი გაზომვა, პარალელური გაზომვა და საზომი ინსტრუმენტის დაყოფა.

ა) გაზომვის შეცდომა მრავალჯერადი შემოწმებით შეგვიძლია დავადგინოთ. განმეორებით გაზომვაში ერთი და იგივე საზომი ინსტრუმენტით დროის გარკვეულ მონაკვეთში ერთი და იმავე ცვლადების ხელმეორედ გაზომვა იგულისმება. ამ მეთოდით დადგენილ სანდოობას რეტესტულ სანდოობასაც უწოდებენ. ეს პროცედურა შემდეგ ფორმას იღებს:



ამ შემთხვევაში სანდოობას ცვლადების ორჯერ გაზომვის შედეგად მიღებულ მონაცემებს შორის იგივეობის ხარისხის მაჩვენებელი გამოხატავს.

ბ) პარალელური გაზომვა ექვივალენტური საზომი ინსტრუმენტებით ცვლადების ერთდროულ გაზომვას ნიშნავს. ითვლება, რომ საზომი ინსტრუმენტები მაშინ არიან ტოლფასი, როდესაც მოვლენის ერთ მახასიათებელს ერთნაირი სიზუსტით ზომავენ. არსებითია, რომ პარალელური საზომი ინსტრუმენტებით მიღებულ მონაცემებს შორის გამოვლენილი თანხვედრის ხარისხი მათი ექვივალენტურობის მაჩვენებელს გვაძლევს. ამ მეთოდის გამოყენების პროცედურა შემდეგნაირად გამოისახება:



გ) ცალკეული საზომი ინსტრუმენტის სანდოობის დასადგენად მასში მოცემული დებულებების (შეკითხვების) ექვივალენტურ ჯგუფებად გადანაწილება საზომი ინსტრუმენტის დაყოფის მეთოდის გამოყენებას ნიშნავს. მაგალითად, სხვადასხვა სოციალური მოვლენების მიმართ ადამიანთა შეფასებითი დამოკიდებულების გასაზომი ინსტრუმენტის სანდოობის დადგენის შემთხვევაში, ჩვეულებრივ, მასში მოცემულ დებულებებს რანდომიზაციის საფუძველზე ორ თანაბარ ნაწილად ყოფენ. ამ ორი ერთმანეთისაგან განცალკევებული ნაწილის გამოყენების შედეგად მიღებულ მონაცემებს შორის დადგენილი მსგავსების ხარისხი საზომი ინსტრუმენტის სანდოობის მაჩვენებელია.

2. ცდისეული კვლევით მიღებული შედეგი არა მხოლოდ სანდო უნდა იყოს, არამედ ის ვალიდობით უნდა ხასიათდებოდეს. მიღებული მონაცემების განზოგადებისთვის მათი ვალიდობის დადგენას არსებითი მნიშვნელობა ენიჭება. ვალიდობის მაღალი მაჩვენებელი იმაზე მიანიშნებს, რომ მკვლევარის მიერ გამოყენებული საზომი ინსტრუმენტი (მეთოდი) სწორედ იმ მოვლენას შეისწავლის, რომლის გამოკვლევა მას მიზნად ჰქონდა დასახული. ამდენად, რაიმე მოვლენის შესწავლისას მასსა და გამოყენებულ მეთოდს შორის შესაბამისობის ხარისხი ვალიდობის მაჩვენებელი იქნება. გამოიყოფა ემპირიული, შინაარსობრივი და კონცეფტუური დასაბუთებულობის ფორმები.

ა) ფსიქიკური მოვლენებისა და ქცევითი მახასიათებლების გამზომი ინსტრუმენტის ვალიდობის დადგენის მიზნით, მკვლევარი მიღებულ მონაცემებს ობიექტურ კრიტერიუმებთან (მაგ. სწავლის ან შრომის ეფექტურობა, დაქორწინება, დანაშაულის ჩადენა, ჯანმრთელობაში მომხდარი ცვლილება და ა.შ.) მიმართებაში განიხილავს. მაგალითად, როდესაც ადამიანის ფსიქიკურ აქტივობაში გამოვლენილი რაიმე

პათოლოგიური დარღვევის (ვთქვათ, სხვადასხვა შიშების) გამწვანებით ინსტრუმენტის ვალიდობის შემოწმება ხდება, მაშინ ამ მეთოდით მიღებული მონაცემები ფსიქიატრიულ პრაქტიკაში აღიარებულ დიაგნოსტიკურ მაჩვენებლებს (კრიტერიუმებს) უნდა შედარდეს.

ბ) ცდისეული მონაცემების დამაჯერებლობის ხარისხს, რომელსაც შესასწავლ მოღენაში ღრმად გათვინობიერებული პირები ეთანხმებიან, შინაარსეული ვალიდობა ეწოდება. სწორედ ამიტომ არის, რომ მის დასადგენად, ჩვეულებრივ, ექსპერტულ შეფასებათა ხერხს იყენებენ. ყოველი ექსპერტიზის შემთხვევაში, საზომ ინსტრუმენტში მოცემული დებულებების დასაბუთებულობის დასადგენად საჭიროა კომპეტენტური ადამიანების შერჩევა, რომლებიც მათ სარგებლიანობას შეაფასებენ. თუ ექსპერტები ჩათვლიან, რომ მათ მიერ შეფასებული დებულებები რეალურ შინაარსს კარგად ასახავენ, მაშინ ისინი მაღალი ვალიდობით ხასიათდებიან, ხოლო საწინააღმდეგო შემთხვევაში საქმე დაბალი დასაბუთებულობის მაჩვენებელთან გვექნება. დავუშვათ, რომ მკვლევარს დანაშაულებრივი ქმედებისადმი მიდრეკილი სუბიექტების გამოვლენა აინტერესებს. იგი ვარაუდობს, რომ პოტენციურ დამნაშავეთა რიცხვი მრავალშვილიან ოჯახებში იქნება მეტი, ვინაიდან ასეთ დროს შვილები-სადმი მშობლების მზრუნველობისა და ყურადღების მაჩვენებელი ნაკლები უნდა იყოს. ამ შემთხვევაში საზომ ინსტრუმენტში ისეთი დებულებები უნდა იყოს გამოყენებული, რომელთა მეშვეობით სუბიექტის მიერ წარსულში ჩადენილ დანაშაულებრივ ქმედებათა დადგენა და მათი მომავალში განმეორების პროგნოზირება არის შესაძლებელი.

გ) როდესაც საზომ ინსტრუმენტში მოცემული მასალის (მაგ. კითხვარის) შეფასების ობიექტური კრიტერიუმები არ არის დადგენილი, მაშინ, ფაქტობრივად, ახალი მეთოდის

შექმნის ვითარებასთან გვაქვს საქმე. ამ შემთხვევაში დასაბუთებულობის დასადგენად კონცეფტურ ვალიდობას იყენებენ, რომელიც საზომი ინსტრუმენტის საფუძვლად მდებარე თეორიული პრინციპების დამაჯერებლობის ხარისხს გამოხატავს. დავუშვათ, შფოთვის (აგზნებადობის) დონის საზომი მეთოდის დასაბუთებულობის დადგენა გვაინტერესებს. როგორ უნდა დავრწმუნდეთ, რომ ეს მეთოდი მართლაც შფოთვის დონეს ზომავს? პირველ რიგში, ამ მოვლენის არსებითი მახასიათებლები უნდა გამოიყოს. შფოთვის დონე ჰიპოთეზური ცვლადია, მისი, ასე ვთქვათ, ფიზიკურად „დანახვა“ და მასთან „შეხება“ შეუძლებელია. სამაგიეროდ ცნობილია მისი ობიექტური გამოვლინებები, კერძოდ შფოთვის დროს მატულობს გულისცემა, ოფლიანობა, ადამიანი იწყებს კანკალს, განიცდის გულისრევას, უჭირს სუნთქვა, ეუფლება შიში, უმცირდება ყურადღების კონცენტრაცია და შრომისუნარიანობა. შესასწავლი მოვლენის ამ არსებითი ნიშნების გათვალისწინებით და სათანადო სტატისტიკური მეთოდების გამოყენებით მათ შორის არსებული მჭიდრო ურთიერთკავშირის დადგენა საზომი ინსტრუმენტის ვალიდობის მაჩვენებელი იქნება. თუ საზომი ინსტრუმენტი მაღალი კონცეფტური ვალიდობით ხასიათდება, მაშინ ზემოაღნიშნული მახასიათებლების გათვალისწინებით მაღალი და დაბალი შფოთვის მქონე სუბიექტებს შორის თვალსაჩინო განსხვავებას დავადგენთ. ამავე დროს აღსანიშნავია, რომ ყოველ გამოკვლევაში კონცეფტური დასაბუთებულობის გათვალისწინება არ არის საჭირო. როდესაც რაიმე კონკრეტული მოქმედების (ვთქვათ, ლოთობისადმი მიდრეკილი პირების მიერ ალკოჰოლის მიღება) პროგნოზირება გვსურს, მაშინ ემპირიული ან შინაარსობრივი ვალიდობის მონაცემებს უნდა მივმართოთ. კონცეფტური ვალიდობის დადგენა მაშინ არის მიზანშეწონილი, თუ საქმე გვაქვს ნაკლებ შეს-

წავლილ, ზოგადი თვისებების მქონე მოვლენასთან.

ემპირიული მეცნიერული კვლევის ეს ზოგადი პრინციპები განხორციელებულია სხვადასხვა სახის მეთოდებში, რომელთა შესახებ ქვემოთ ვისაუბრებთ.

§ 2. ალწერითი კვლევა

ალწერითი კვლევა მოვლენათა შორის მიზეზობრივი მიმართების დადგენას არ გულისხმობს. ამ შემთხვევაში მკვლევარის მიზანს მოვლენების ბუნებრივი თავისებურებებისა და მათ შორის არსებული ურთიერთკავშირის შესწავლა წარმოადგენს. მკვლევარის ძირითადი ამოცანა შესასწავლი მოვლენის შესახებ მრავალფეროვანი ალწერითი სახის ინფორმაციის მოპოვებაში მდგომარეობს. მიღებული შედეგი მას კონკრეტული ჰიპოთეზების წამოყენების შესაძლებლობას აძლევს, რომელთა შემოწმება მომდევნო გამოკვლევებით ხდება. ალწერითი კვლევა-ძიება შემდეგი სახის კითხვებზე პასუხის გაცემას ემსახურება: როგორ ალწერენ ადამიანის პიროვნულ ნიშან-თვისებებს სხვადასხვა კულტურის წარმომადგენლები — ერთგვაროვნად თუ განსხვავებულად? როდესაც ბავშვი ორი წლის ასაკში შიშების ან არაკომუნიკაბელობის მხრივ გარკვეულ სიძნელეებს აწყდება, იგი ხუთი წლისაც იგივე პრობლემების წინაშე იდგება? ანორექსიის ნევროზის (გასუქების შიშის) მქონე ახალგაზრდა ქალი თანატოლებისაგან რა ნიშან-თვისებებით განსხვავდება? განსხვავდება თუ არა თვითმკვლელობის ჩამდენი მოზარდი თავისი თანატოლებისაგან პირადი ცხოვრებისეული გამოცდილებით? ამგვარი საკითხების შესწავლის დროს სხვადასხვა მეთოდი გამოიყენება. აქ განვიხილავთ ბუნებრივი დაკვირვებისა და კორელაციური კვლევის მეთოდს.

1. ერთ სუბიექტზე ან ადამინთა მცირე ჯგუფზე წარმოებული დაკვირვება და შესაბამისი ანალიზი ცალკეულ შემთხვევათა კვლევის ნიმუშად გვევლინება. ამ მეთოდს მიმართავენ, როდესაც მოვლენა თავისი ბუნებით იმდენად რთულია, რომ მისი ექსპერიმენტული შესწავლა გაძნელებულია ან მაშინ, თუ ის მანამდე, ფაქტობრივად, შეუსწავლელი იყო. ამ მეთოდის გამოყენების თვალსაჩინო ნიმუშებს ფროიდთან ვხვდებით. ფროიდს მიაჩნდა, რომ მისი პაციენტების სიმპტომების (მაგ. პატარა ბიჭის მიერ ცხენების შიში ან ფიზიკურად ჯანმრთელი ქალის საკუთარი ჩვილის ძუძუთი კვების უუნარობა) მიზეზები მათ წარსულში უნდა ვეძებოთ. ცალკეულ სუბიექტებზე დაკვირვების საშუალებით მან სხვადასხვა სახის ფობიის (შიშის) გამომწვევი მიზეზების შესახებ გარკვეულ ჰიპოთეზები შეიმუშავა. შემდგომ სხვა მკვლევარებმა ამ თეორიული ვარაუდების ფართო პოპულაციაზე განზოგადების მიზნით, სათანადო ემპირიული კვლევა-ძიება განახორციელეს. ამ მეთოდის გამოყენება მაშინაც არის საჭირო, როცა გამოკვლევაში მონაწილეთა დიდი რაოდენობის ჩართვა შეუძლებელია. ამის ნათელი მაგალითია იმ პაციენტების შესწავლა, რომელთაც ქირურგიული ჩარევის შედეგად თავის ტვინის ჰემისფეროების შემადგენელი ქსოვილი განუცალკევეს. ასეთი პაციენტების ნეიროფსიქოლოგიური გამოკვლევის საფუძველზე ორივე ჰემისფეროს ფუნქციონირების თავისებურებათა შესახებ ძალზე მნიშვნელოვანი ცოდნა იქნა მოპოვებული.

ცალკეულ შემთხვევათა შესწავლის მეთოდის ნაკლი ისაა, რომ მასში მცირე რაოდენობის ადამიანები მონაწილეობენ და, ამავე დროს, თვით მკვლევარის მიერ გარკვეული მიკერძოების გამომჟღავნებაც არ არის გამორიცხული. მცირე ამონაკრების არსებობის გამო მიღებული შედეგების ფართო პოპულაციაზე განზოგადების შესაძლებლობა შეზღუდუ-

ლია. მაგალითად, ანორექსიით დაავადებული ერთი კონკრეტული პირის ჩაღრმავებულმა გამოკვლევამ შეიძლება გამოავლინოს, რომ პაციენტის მიერ შიმშილის სტრატეგიის არჩევის მიზეზი საკუთარი თავის გაკონტროლებაში (საკვების მიღების ცდუნების თავიდან აცილება) მდგომარეობს. შეიძლება გაჩნდეს ამგვარი ინტერპრეტაციის გავრცობის სურვილი ანორექსიის ყველა შემთხვევაზე. ასეთი განზოგადება შეცდომა იქნება, ვინაიდან სავსებით შესაძლებელია, რომ დადგენილი მიზეზი მხოლოდ გამოკვლეული სუბიექტისთვის იყოს დამახასიათებელი. გარდა ამისა, ამ მეთოდის გამოყენების დროს შესაძლებელია თვით მკვლევარმა გამოავლინოს ტენდენციურობა, რაც მიღებული შედეგის ფაქტობრივ მნიშვნელობას ეჭვის ქვეშ დააყენებს. მკვლევარმა შედეგში შეიძლება ის დაინახოს, რისი დანახვაც სურს. მაგალითად, ფსიქოთერაპევტს, რომელსაც სჯერა, რომ ანორექსიით შეპყრობილი სუბიექტი გარკვეულ სქესობრივ კონფლიქტებს განიცდის, მას უპირატესად ამ კუთხით დაახასიათებს და სხვა მნიშვნელოვან ფაქტორებს უგულვებელყოფს. ცალკეულ შემთხვევათა კვლევის მეთოდის გამოყენებისას მკვლევარმა შეიძლება მიღებული შედეგის ინტერპრეტაცია, არსებითად, თეორიულ თვალსაზრისზე დააფუძნოს და მისი ალტერნატიული შეფასების იგნორირება მოახდინოს.

2. აღწერითი კვლევის ერთ-ერთ ხერხს ბუნებრივი დაკვირვება წარმოადგენს. ამ შემთხვევაში შესასწავლი მოვლენის შესახებ ინფორმაციის მოპოვება მისი ბუნებრივ პირობებში მიმდინარეობის დროს ხდება. ადამიანის ბიოლოგიური და სოციალური განვითარების კანონზომიერებებით დაინტერესებული მკვლევარები ხშირად ამ მეთოდს მიმართავენ. ვთქვათ, კვლევის მიზანია სოციალურ ქცევასა და შეწყვილებას შორის კავშირის დადგენა. ამ შემთხვევაში შესაძლებელია ბუნებრივ პირობებში, სათანადო აუდიო-ვიდეო

აპარატურით, პრიმატებს (ადამიანთა მსგავსი მაიმუნები) შორის არსებულ ურთიერთობას დავაკვირდეთ. მამრი პრიმატების მდედრების გამო წარმოქმნილ მეტოქეობაზე უშუალო დაკვირვება ამგვარი ურთიერთობების ევოლუციის შესახებ დამაფიქრებელ მასალას იძლევა, სახელდობრ ადამიანთა ურთიერთობების, საზოგადოებაში გაბატონება-დაქვემდებარების მექანიზმების გააზრების თვალსაზრისით. ბუნებრივი დაკვირვების კლასიკური ნიმუშია თამაშის ვითარებაში ბავშვების ქცევაზე სისტემატური დაკვირვება, რომელსაც აწარმოებდა გამოჩენილი შვეიცარიელი ფსიქოლოგი ჟან პიაჟე და მისი კოლეგები. დაკვირვების პროცესში ზუსტად აღინუსხებოდა ყველაფერი, მათ შორის ბავშვების საუბარი. კვლევამ ე.წ. „კოლექტიური მონოლოგის“ საინტერესო მოვლენა გამოავლინა – ბავშვები ერთდროულად ისე „საუბრობდნენ“, რომ ერთმანეთს ყურს არც კი უგდებდნენ. ხშირად საერთოდ გაუგებარი რჩებოდა, ვინ იყო მათი საკომუნიკაციო ადრესატი.

ამ მეთოდის გამოყენებას თან ახლავს გარკვეული სირთულეები. როდესაც ადამიანმა იცის, რომ მასზე დაკვირვება წარმოებს, მაშინ მისი მოქმედება სწორედ რომ „არაბუნებრივი“ შეიძლება გახდეს, რაც დაკვირვების მონაცემების საბუთიანობას ეჭვის ქვეშ აყენებს. არსებობს ბუნებრივი დაკვირვების შედეგების მთლიან პოპულაციაზე განზოგადების პრობლემაც. განა შედარებით მცირე ჯგუფის ქცევაზე დაკვირვებით მიღებული მონაცემები გენერალურ ერთობლიობაზე უყოყმანოდ გავრცელების შესაძლებლობას იძლევა? რა თქმა უნდა – არა. დაბოლოს, სხვა აღწერითი მეთოდების მსგავსად, ბუნებრივი დაკვირვება, უპირველეს ყოვლისა, სუბიექტების მიერ გამოვლენილ ქცევას აღწერს, ხოლო მათი რეალური მიზეზების დადგენა, ფაქტობრივად, არ ხდება.

3. აღწერითი კვლევის მესამე ფორმაა შერჩევითი გამოკვ-

ლევა. მასში გამოკითხულთა გარკვეულ ამონაკრებიდან სა-
თანადო სტანდარტიზირებული კითხვების გამოყენებით ემ-
პირიული მასალის მოპოვება და მისი ადამიანთა ფართო პო-
პულაციაზე განზოგადების შესაძლებლობა იგულისხმება.
აღნიშნული მეთოდის გამოყენების ნიმუშად შემდეგი გა-
მოკვლევა გამოდგება. მკვლევართა ჯგუფმა შეისწავლა
აშშ-ს წარმატებულ სამრეწველო კომპანიებში მომუშავეთა
პროფესიული გავარჯიშების შინაარსეული მხარე და მისი
ეფექტურობა. 500 ინდუსტრიული ორგანიზაციის საშუალო
რგოლის მენეჯერთა მთლიანი შემადგენლობიდან შემთხვე-
ვითი არჩევანის პრინციპის (წარმომადგენლობითი ამონაკ-
რების დადგენის ძირითადი საშუალება) გამოყენების სა-
ფუძველზე 2000 მმართველი იქნა შერჩეული. ეს ის ხალხია,
რომლებმაც აღნიშნულ სამრეწველო ორგანიზაციაში მომუ-
შავეთა პროფესიული გავარჯიშების ღონისძიებები განახორ-
ციელეს. ამ გამოკვლევით გამოიყო ძირითადი ფაქტორები,
რომლებიც თანამშრომელთა კვალიფიკაციის ამაღლებას გა-
ნაპირობებენ. როგორც აღვნიშნეთ, შერჩევითი გამოკითხვის
ჩატარების დროს გადამწყვეტი მნიშვნელობა გამოკითხულ-
თა წარმომადგენლობითი ამონაკრების გამოყოფას ენიჭება.
ამგვარი ამონაკრების დადგენაში, ზემონახსენები შემთხვე-
ვითი არჩევანის წესის გარდა, მკვლევართა მიერ კიდევ ორი
მნიშვნელოვანი მეთოდური პრინციპი იყო გათვალისწინე-
ბული. პირველი – დემოგრაფიული მახასიათებლების დად-
გენა (მაგ. სქესი, რასა, ეროვნება, განათლების დონე, სოციო-
ეკონომიური სტატუსი), და მეორე – გამოკითხულთა მთლია-
ნი რაოდენობის პროპორციული განაწილება ამ მახასიათებ-
ლების მიხედვით. აღნიშნულმა პროცედურებმა შესაძლებე-
ლი გახადა გამოკვლევის მონაცემების განზოგადება ხსენე-
ბულ სამრეწველო ორგანიზაციებში მომუშავე მენეჯერთა
მთლიან პოპულაციაზე.

შერჩევით გამოკვლევას, როგორც ცდისეული შესწავლის
მეთოდს, გარკვეული ნაკლოვანებებიც გააჩნია. გამოკით-

ხულთა დიდი რაოდენობის შემთხვევაში უბასუხოდ დარჩენილი შეკითხვების რაოდენობა საკმაოდ მრავალრიცხოვანი შეიძლება აღმოჩნდეს, რაც მიღებული შედეგების მთლიან პოპულაციაზე განზოგადების შესაძლებლობას საგრძნობლად ამცირებს. გარდა ამისა, ამგვარ გამოკვლევაში, ძირითადად, სტანდარტიზირებულ შეკითხვებს იყენებენ, რაც გამოკითხულთა თვალსაზრისებისა და მათი შეფასებითი დამოკიდებულებების გაზომვას გულისხმობს; რეალური მოქმედების მახასიათებლებს კი სათანადო ყურადღება არ ექცევა. დაბოლოს, შეკითხვებზე პასუხების გაცემის დროს რესპონდენტი, ნებისთ თუ უნებლიეთ, საკუთარი თავის „გარდისფერ ფერებში“ წარმოიჩინას ცდილობს, ის საზოგადოებრივ ნორმებსა და მოლოდინებს უწევს ანგარიშს, რაც მიღებული მონაცემების სანდოობასა და ვალიდობას ამცირებს.

4. როდესაც მკვლევარის მიზანი მოვლენებს შორის ბუნებრივად არსებული კავშირების შესწავლაა, მაშინ საქმე გვაქვს კორელაციურ გამოკვლევასთან. ამ ბოლო ხანებში ინტენსიური შესწავლის საგანი ადამიანის ჯანმრთელობისა და მისთვის დამახასიათებელი სოციალურ-ფსიქოლოგიური თვისებების ურთიერთმიმართება გახდა. ერთ-ერთ გამოკვლევაში ადამიანის სოციოეკონომიკურ სტატუსსა (საზოგადოებაში დაკავებული ადგილი, სიმდიდრე, ძალაუფლებრივი პოზიცია და ა.შ.) და მის ჯანმრთელობას შორის არსებული სავარაუდო კავშირის შესასწავლად შოტლანდიის დედაქალაქის ძველ სასაფლაოებს მიაშურეს. ჯანმრთელობის მაჩვენებლის გამომხატველად საფლავზე აღნუსხული ადამიანის სიცოცხლის ხანგრძლიობა ჩათვალეს, ხოლო მათი სოციოეკონომიკური სტატუსის მონაცემად ვერტიკალურად აღმართული საფლავის შემორჩალური ქვები მიიჩნიეს (იგულისხმება, რომ საფლავის ქვის სიმაღლე მისი ფასისა და, შესაბამის-

სად, გარდაცვალებულის სიმდიდრის მაჩვენებელია). მიღებულია შედეგებმა ამ ორ ცვლადს შორის პირდაპირი კორელაცია (კავშირი) გამოავლინა: საფლაგზე აღმართული უფრო მაღალი და მასიური ქვა იმათ აღმოაჩნდა, ვინც შედარებით მეტ ხანს იცოცხლა.

კორელაციურ გამოკვლევათა თავისებურების გაგებისთვის არსებითი მნიშვნელობა აქვს საკუთრივ კორელაციის, როგორც სტატისტიკური ცნების მნიშვნელობის გააზრებას. როდესაც ერთი ცვლადის (ან ცვლადების) ცოდნა მეორე ცვლადის (ან ცვლადების) შესახებ პროგნოზს აუმაჯობებს, მაშინ ითვლება, რომ ისინი ერთმანეთთან ურთიერთდაკავშირებული არიან. თუ ორ მოვლენას შორის მნიშვნელობის მქონე (სტატისტიკის თვალსაზრისით) კორელაცია არსებობს, ეს თავის გამოხატულებას იმაში უნდა პოულობდეს, რომ ერთი მოვლენის ცოდნა მეორის განუსაზღვრელობას შეამცირებს. თავის მხრივ, განუსაზღვრელობის ამგვარი შემცირება ამ ორ მოვლენას შორის არსებული კორელაციის სიძლიერეს გამოავლენს და მის შინაარსსაც დაგვიხასიათებს. ორ ცვლადს შორის არსებული კავშირის სიძლიერე და მისი შინაარსი (დადებითობა—უარყოფითობის მნიშვნელობით) კორელაციის კოეფიციენტშია ასახული. კორელაციის კოეფიციენტი $+1$ და -1 დიაპაზონში ცვალებადობს: რაც უფრო ახლოა 1 -თან მის მაჩვენებელი, მით უფრო ძლიერია მოვლენებს შორის კავშირი. დადებითი კორელაციის არსებობის შემთხვევაში ერთი ცვლადის მაღალ მაჩვენებელს მეორე ცვლადის მაღალი მნიშვნელობა უკავშირდება და ერთის დაბალი მაჩვენებელი — მეორის დაბალ მაჩვენებელს (მაგ. ადამიანის სხეულის სიმაღლესა და მის წონას შორის დადებითი კორელაცია არსებობს). უარყოფითი კორელაციის დადგენის შემთხვევაში, ერთი ცვლადის დაბალი მაჩვენებელი მეორე ცვლადის მაღალ მნიშვნელობას უკავ-

შირდება და პირიქით (მაგ. სტუდენტების მიერ ლექციების გაცდენასა და მათ აკადემიურ მიღწევებს შორის უარყოფითი კავშირია: ვინც მეცადინეობებს უფრო ხშირად აცდენს, ის გამოცდებზეც უფრო დაბალ შეფასებებს იმსახურებს).

კორელაციური გამოკვლევა, სხვა აღწერითი მეთოდების მსგავსად, შესასწავლ მოვლენებს შორის არსებულ ურთიერთკავშირს აღწერს. როდესაც ორ მოვლენას შორის მნიშვნელობის მქონე კორელაცია დასტურდება, მაშინ, ბუნებრივად დაისმის შემდეგი კითხვა: არის კი ერთი მათგანი მეორის მიზეზი, თუ გამოვლენილი კორელაცია რაიმე სხვა მოვლენით არის გამოწვეული? ზემოთ მოყვანილ მაგალითში სოციოკულტურულ სტატუსსა და ჯანმრთელობას შორის პირდაპირი სახის დამოკიდებულებაიყო შესწავლილი. ამ შემთხვევაში ჩნდება დიდი სურვილი, რომ ერთი მეორის მიზეზად მივიჩნიოთ. შეიძლება ვივარაუდოთ, რომ მაღალი სოციოეკონომიკური სტატუსი, გარკვეულ ფარგლებში, ადამიანის ჯანმრთელობის გაუარესების შესაძლებლობას ამცირებს. ამავე დროს, არც საპირისპირო ვითარებაა გამორიცხული – იქნებ პიროვნების ცხოვრებისეული შემართება და სათანადო წარმატება სწორედ მისმა კარგმა ჯანმრთელობამ განსაზღვრა. დავუშვათ, რაიმე ემპირიულმა გამოკვლევამ აჩვენა, რომ პორნოგრაფიული ჟურნალების გაცნობასა და ქალების მიმართ ჩადენილ ძალადობათა რაოდენობას შორის დამაჯერებელი დადებითი კორელაცია არსებობს. ამ შედეგიდან იმ დასკვნის გაკეთება, რომ მეორე მოვლენა პირველითაა უშუალოდ გაპირობებული, შემდეგი გარემოების გამო არ იქნება სწორი: განა გამოვლენილი მოძალადეების გარდა პორნოგრაფიის მომხმარებელი ცოტაა?! მიზეზობრივი კავშირის თვალსაზრისით, ამ შემთხვევაში სავარაუდო შედეგია – მოძალადეების მიერ პორნოგრაფიით გატაცება და მათ მიერ ჩადენილი დანაშაულებრივი საქციელიც შე-

საძლოა მესამე მოვლენით (ცვლადით), კერძოდ, მათთვის დამახასიათებელი რაიმე სექსუალური პათოლოგიით იყოს განსაზღვრული. ამდენად, კორელაციური კვლევა ფენომენებს შორის სავარაუდო კავშირების წინასწარმეტყველების საშუალებას გვაძლევს, ხოლო მის საფუძველზე მოვლენებს შორის არსებული მიზეზობრივი დამოკიდებულების შესახებ დასკვნის გაკეთება არ შეგვიძლია.

§ 3. ექსპერიმენტული კვლევა

ადამიანის ფსიქიკურ პროცესებზე და მის რეალურ ქცევაზე ზემოქმედების მიზნით ექსპერიმენტატორის მიერ შესასწავლი მოვლენების (ცვლადების) გეგმაზომიერი მანიპულირება და გაკონტროლება ექსპერიმენტული გამოკვლევისთვის დამახასიათებელი პროცედურის განხორციელებას ნიშნავს. თეორიული ვარაუდის შემოწმების საუკეთესო საშუალებას ექსპერიმენტი წარმოადგენს. მისი ჩატარების ძირითადი არსი ექსპერიმენტატორის მიერ შესასწავლი ცვლადების (ფსიქიკური პროცესები, ქცევის ფორმები, ადამიანზე ზემოქმედის ვითარებების თავისებურება და ა.შ.) მიზანდასახულ მანიპულირებასა და გაკონტროლებაში მდგომარეობს. ექსპერიმენტში ოპერირება ორგვარი სახის მოვლენით, კერძოდ, დამოუკიდებელი და დამოკიდებული ცვლადებით ხდება. მოვლენა, რომლის მანიპულირებას ექსპერიმენტატორი აწარმოებს, დამოუკიდებელ ცვლადად განიხილება, ხოლო მოვლენას, რომელიც დამოუკიდებელი ცვლადის ზემოქმედებას განიცდის, დამოკიდებულ ცვლადს უწოდებენ. ამდენად, დამოუკიდებელი ცვლადი ისეთი მოვლენაა, რომლის ვარიირება შეუძლია ექსპერიმენტატორს სხვადასხვა ვითარების შექმნით. რაც შეეხება დამოუკიდებელ ცვლადს,

მას ექსპერიმენტატორი მის მიერვე განხორციელებული მანბულაციის შედეგის დასადგენად ზომავს. მიზნებისა და დაგეგმარების მიხედვით, ექსპერიმენტული კვლევა მრავალფეროვანია. ამავე დროს, მისი ჩატარების ძირითადი პრინციპი თავის არსით ერთგვაროვანია. ექსპერიმენტის ჩატარების შემდეგ საფეხურებს გამოყოფენ: ჰიპოთეზების წამოყენება, ცვლადების ოპერაციონალიზაცია, ექსპერიმენტული პირობების შექმნა, ცდისპირების შერჩევა, შედეგების განხილვა და მათი შეჯამება.

1. ექსპერიმენტის დაგეგმარების პირველი ეტაპი გარკვეული ჰიპოთეზების შემუშავებას გულისხმობს. ფორმირებული ჰიპოთეზა ორ ან მეტ ცვლადს შორის ურთიერთკავშირის არსებობას გარაუდობს. მაგალითად, ერთ-ერთი ექსპერიმენტი ე.წ. სიტუაციური მეხსიერების თავისებურებათა შესწავლას გულისხმობდა. ამგვარი მეხსიერების კომიკური ფორმით ჩვენების შესანიშნავი ნიმუში ჩარლი ჩაპლინის ცნობილი ფილმი „დიდი ქალაქის ჩირაღდნებია“. თვით რეჟისორის მიერ განსახიერებული გმირი მთვრალ მილიონერს დაუმეგობრდა. მათი ურთიერთობის ორიგინალური თავისებურება იმაში მდგომარეობდა, რომ მილიონერი მაწანწალას მხოლოდ მაშინ ცნობდა და მასპინძლობდა, როცა მთვრალი იყო, ხოლო ფხიზელ მდგომარეობაში იგი მას სრულიად უცნობ ადამიანად აღიქვამდა და სახლიდანაც აგდებდა. მისი ასეთი მოქმედება სიტუაციური მეხსიერების (ვითარებათა ცვლილება ალკოჰოლის ზემოქმედებაზეა დამოკიდებული) ფუნქციონირებით არის გაპირობებული. აღნიშნულ ექსპერიმენტში მეხსიერების ამ ფორმის გამოკვლევის დროს მკვლევარებმა შემდეგი ივარაუდეს: რაიმე ინფორმაციის მიღების შემთხვევაში კარგ გუნება-განწყობაზე (დადებითი გრძნობადი შინაარსით შეფერილი მდგომარეობა) მყოფი სუბიექტები მიწოდებული შეტყობინების დადებით ასპექტს

უკეთ დაიმახსოვრებენ და შემდეგ გაიხსენებენ, ხოლო ცუდ გუნება-განწყობაზე (უარყოფითი გრძნობადი შინაარსით შეფერილი მდგომარეობა) მყოფნი პირიქით – მის უარყოფით მხარეს უკეთ დაიმახსოვრებენ და შემდგომში გაიხსენებენ კიდევ. ამ შემთხვევაში შესასწავლ ცვლადებს შორის შემდეგი მიზეზობრივი მიმართება იგულისხმება: გარკვეულ გუნებაზე ყოფნის დროს რაიმე სემანტიკური მასალის გაცნობა (დამოუკიდებელი ცვლადი) მისი მოგონების შინაარსსა და გახსენების უნარს (დამოკიდებული ცვლადი) განაპირობებს.

2. ექსპერიმენტული კვლევის მომდევნო საფეხური ცვლადების ოპერაციონალიზაციასთან არის დაკავშირებული. **ცვლადის ოპერაციონალიზაცია** ქცევითი მანასიათებლების დადგენითა და გათვალისწინებით შესასწავლი მოვლენის ამსახველი ზოგადი ცნების კონკრეტული ცვლადის სახით წარმოდგენას ნიშნავს. აღნიშნულ ექსპერიმენტში დამოუკიდებელი ცვლადის ოპერაციონალიზაცია შემდგომში მდგომარეობდა: ცდისპირების ერთ ჯგუფს სასიამოვნო სუნის ვითარებაში (ნუშის ექსტრაქტით გამოწვეული სურნელება სუბიექტს კარგ გუნებაზე აყენებს), ხოლო მეორე ჯგუფს უსიამოვნო სუნის სიტუაციაში (პირიდინის ხსნარით გამოწვეული სიმყრალე სუბიექტს ცუდ გუნებას უქმნის) ერთი და იგივე შინაარსის ტექსტს აკითხებდნენ (სამედიცინო პრაქტიკიდან მოყვანილი დადებითი და უარყოფითი მაგალითების შემცველი ინფორმაცია). თავის მხრივ, დამოკიდებული ცვლადის ოპერაციონალიზაცია შემდეგს გულისხმობდა: გარკვეული დროის გასვლის შემდეგ ცდისპირებს წაკითხული ტექსტის გახსენება მოსთხოვეს. ამით მათ მიერ დადებითი და უარყოფითი ინფორმაციის (ტექსტში მოყვანილი წარმატებული და წარუმატებელი კლინიკური ღონისძიებების მაგალითები) დამახსოვრების მაჩვენებელს ადგენდნენ.

3. კვლევის შემდგომი საფეხური სათანადო ექსპერიმენტული პირობების შექმნაში მდგომარეობს. ამ შემთხვევაში ექსპერიმენტატორი ყურადღებას ამახვილებს იმაზე, რომ ცდისპირების პასუხებში გამოვლენილი განსხვავებები შესასწავლ მოვლენებს შორის მიზეზობრივი განსხვავების შესახებ სათანადო დასკვნის შესაძლებლობას იძლეოდეს. ამისთვის სხვადასხვა პირობებში მყოფ (კარგი და ცუდი გუნების სიტუაციები) ცდისპირებს ერთი და იმავე ინფორმაციას აწვდიან, რაც იმის გარანტიას იძლევა, რომ მათ პასუხებში გამოვლენილი სხვაობა მხოლოდ დამოუკიდებელი ცვლადის ზემოქმედებას მიეწეროს. გარდა ამისა, ექსპერიმენტი მინიმუმ ორი ჯგუფის მონაცემების შედარებას გულისხმობს. განხილულ ექსპერიმენტში ცდისპირების დაჯგუფების საფუძველს მათი განსხვავებულ ვითარებაში (ცუდი და კარგი გუნება) ყოფნა წარმოადგენდა. ამავე დროს, ორივე შემთხვევაში დამოუკიდებელი ცვლადის მანიპულაცია წარმოებდა და, ამდენად, ისინი ექსპერიმენტულ ჯგუფებს წარმოადგენდნენ. გარდა ამისა, ექსპერიმენტულ კვლევაში საკონტროლო ჯგუფსაც იყენებენ, რომელშიც დამოუკიდებელი ცვლადის მანიპულაცია არ ხდება. ექსპერიმენტული და საკონტროლო ჯგუფების მონაცემების შედარება მკვლევარს შესასწავლ ცვლადებზე მის მიერ განხორციელებული ზემოქმედებისა და გაკონტროლების ქმედითუნარიანობას მეტ დარწმუნებულობას მატებს.

4. ექსპერიმენტის დაგეგმარებაში უმნიშვნელოვანესია შესასწავლი ბოპულაციისთვის ცდისპირთა ისეთი შერჩევის განხორციელება, რომელიც მონაწილეთა შემთხვევითი არჩევანის წესით მათ დაკომპლექტებას უზრუნველყოფს. ცდისპირთა რანდომიზაციას ექსპერიმენტის ჩატარებაში არსებითი მნიშვნელობა აქვს: ამ მოთხოვნის დაკმაყოფილების შემთხვევაში მიღებულ მონაცემებზე ხელშემშლელი,

გაუთვალისწინებელი ფაქტორების ზემოქმედების შესაძლებლობა მინიმუმამდე დადის. მაგალითად, ჩვენს მიერ განხილულ ექსპერიმენტში, თუ „კარგი“ გუნების აღმძვრელ ვითარებაში ცდისპირებად მხოლოდ მამაკაცები აღმოჩნდნენ, ხოლო „ცუდი“ გუნების წარმომქმნელ სიტუაციაში ქალები, მაშინ გაუგებარი იქნება, თუ რამ განაპირობა მათ მიერ ინფორმაციის გახსენების რაგვარობა – ამა თუ იმ გრძნობად მდგომარეობაში (გუნება) ყოფნამ, თუ სქესმა. ამ შემთხვევაში ცდისპირთა სქესი ხელისშემშლელ ცვლადად უნდა მივიჩნიოთ, რომლის ექსპერიმენტულ ვითარებაში ჩარევა მიღებული შედეგის სანდოობასა და ვალიდობას ეჭვის ქვეშ აყენებს. ამის თავიდან ასაცილებლად ექსპერიმენტატორი ცდისპირთა პიროვნული, დემოგრაფიული, სოციოეკონომიკური და ა.შ. მახასიათებლების გათვალისწინებით ჯგუფში მათი თანაბარი განაწილების პრინციპს იყენებს.

5. ექსპერიმენტის ჩატარების შემდეგ მოპოვებული მასალის ანალიზი წარმოებს. ამ შემთხვევაში მკვლევარმა შემდეგი უნდა გაითვალისწინოს: პირველი, მან მიღებული მონაცემების აღწერის საშუალებით მათ შორის გამოვლენილი მიმართებები უნდა დაახასიათოს (ვთქვათ, მონაცემების ცხრილებითა და გრაფიკებით გამოხატვა). ამის შესაძლებლობას აღწერითი სტატისტიკა იძლევა. მეორე, ექსპერიმენტში მონაწილე ცდისპირთა ამონაკრების საფუძველზე, მას მოპოვებული რეზულტატების მთლიან პოპულაციაზე უნდა განაზოგადოს (ვთქვათ, დაადგინოს მონაცემებს შორის სხვაობა), რაც დასკვნითი სტატისტიკის გამოყენებით ხორციელდება. ამის შემდეგ, მკვლევარი მიღებულ შედეგებს გარკვეული თეორიული თვალსაზრისის საფუძველზე გაანალიზებს, ანუ მათ სანდოობასა და დასაბუთებულობას შეაფასებს და იმ პასუხგაუცემელ საკითხებსაც გამოყოფს, რომელთა კვლევა-ძიება მომავალში უნდა განხორციელდეს.

მეთოდების უხიოხითშეცხება

ზემოაღწერილი მეთოდებისთვის დამახასიათებელი ღირსებებისა და ნაკლოვანებების თვალსაზრისით მათი ურთიერთშედარება შემდეგ სურათს გვაძლევს:

- ა) ცალკეულ შემთხვევათა კვლევა: **ღირსება** – ავლენს ადამიანის ფსიქიკაში მიმდინარე სიღრმისეულ მოვლენებს; ამჟღავნებს ისეთ რთულ პროცესებს, რომელთა ექსპერიმენტული შესწავლა ძალზე რთულია; იძლევა ახალი ჰიპოთეზების შემუშავების საშუალებას. **ნაკლი** – საკმაოდ საეჭვოა შედეგების განზოგადების შესაძლებლობა; გამოკვლევის განმეორება თითქმის განუხორციელებელია; გლინდება მკვლევარის ტენდენციურობა; მიზეზობრივი დამოკიდებულების დადგენა შეუძლებელია.
- ბ) ბუნებრივი დაკვირვება: **ღირსება** – ამჟღავნებს ბუნებრივ პირობებში მიმდინარე მოვლენებს; გვაძლევს ჰიპოთეზების წამოყენების საფუძვლად მდებარე მონაცემებს. **ნაკლი** – კითხვის ქვეშ დგას მონაცემების განზოგადების შესაძლებლობა; რთულია გამოკვლევის განმეორება; დაკვირვების ობიექტის ქცევაზე დამკვირვებლის თანდასწრებამ არასასურველი ზემოქმედება შეიძლება მოახდინოს; მიზეზობრივი მიმართებების დადგენა არ ხდება.
- გ) შერჩევითი გამოკითხვა: **ღირსება** – ხდება ადამიანთა ფართო ამონაკრების თვალსაზრისებისა და მათი მოქმედებების თავისებურებათა აღნუსხვა. **ნაკლი** – პასუხების გაცემის დროს გლინდება გამოკითხულთა ტენდენციურობა; მიზეზობრივი მიმართებების დადგენა არ წარმოებს.
- დ) კორელაციური გამოკვლევა: **ღირსება** – მჟღავნდება მოვლენათა შორის ბუნებრივი კავშირები. **ნაკლი** – ვერ ხერხდება მიზეზობრივი მიმართებების გამოვლენა.

ე) ექსპერიმენტული კვლევა: ღირსება – დგინდება მოვლენებს შორის მიზეზობრივი დამოკიდებულება. ნაკლი – მრავალი რთული ბუნების მქონე მოვლენა შეუსწავლელი რჩება; სათანადოდ ვერ სწვდება პიროვნულად მნიშვნელოვან სიღრმისეულ პროცესებს.

დაბოლოს, აღსანიშნავი შემდეგია. ტრადიციულად, ფსიქიკური პროცესების, პიროვნული ნიშან-თვისებების, ვითარებათა მახასიათებლებისა და ღია ქცევის თავისებურებათა შესწავლის დროს სხვადასხვა თეორიული ორიენტაციის მიმდევარი ავტორები ზემოაღწერილი მეთოდების ამა თუ იმ ფორმას ანიჭებენ უპირატესობას. ფსიქოლოგიის განვითარების თანამედროვე ეტაპზე ვითარება მნიშვნელოვნად შეიცვალა: დღეს მკვლევართა უმრავლესობის მიერ მეცნიერული შესწავლის ობტიმალურ საშუალებად მეთოდთა მრავალსახეობის ერთდროული გამოყენებაა მიჩნეული.

თავი მესამე
ფსიქიკის განვითახება ფილოგენეზში

**§ 1. ცხოველთა ფსიქიკური აქტივობის მართივი და
თანდაყოლილი ფორმები**

ფსიქიკა იქ არის, სადაც სიცოცხლეა. მაგრამ ყოველივე ცოცხალს არ გააჩნია ფსიქიკა. მეცნიერებაში დღეს ამაზე არ დავობენ. თუმცა თავის დროზე არსებობდა თვალსაზრისი (**ბიოფსიქიზმი**), რომლის თანახმადაც სიცოცხლის ყოველგვარი ფორმა, მცენარეების ჩათვლით, ფსიქიკის მატარებელია. უფრო შორსაც მიდიოდნენ და სულიერებას მთელ ბუნებას, მათ შორის არაცოცხალსაც მიაწერდნენ (**ბანფსიქიზმი**). **ანთროპოფსიქიკური** თეორია, პირიქით, ავიწროებდა ფსიქიკით დაჯილდოებულთა წრეს; მის მიხედვით, ფსიქიკა მხოლოდ ადამიანს გააჩნია.

ფსიქიკისა და ქცევის ცხოველური ფორმების განვითარების ანუ **ფილოგენეზის** დახასიათება უნდა დავიწყოთ იმ საკითხის განხილვით, თუ სად იწყება ფსიქიკური სინამდვილე, რა არის ფსიქიკის კრიტერიუმი, ცოცხალი ორგანიზმის ფუნქციონირების რა ნიშანი მიუთითებს იმაზე, რომ ეს არსება უკვე ფსიქიკის მატარებელია. პასუხი მრავალნაირია: ძიებითი ქცევის უნარი, გარემოსთან „მოქნილი“ შეგუების, ანუ დასწავლის უნარი და ა.შ. აღსანიშნავია, რომ ყველა ეს გარაუდო ფსიქიკის ობიექტურ კრიტერიუმს ეხება, ანუ ისეთ გარედან დაკვირვებად ნიშან-თვისებას, რომელიც უფლებას მოგვცემს ვამტკიცოთ, რომ ორგანიზმს აქვს ფსიქიკა. სუბიექტური კრიტერიუმი აქ მართლაც არ გამოდგება, ვინაიდან ჩვენ ვერასოდეს ვიტყვით დანამდვილებით, აქვს თუ არა განცდა ქიაყელას და თუ აქვს – როგორი.

ამჟამად ყველაზე მიღებული შეხედულება ფსიქიკის ობიექტურ კრიტერიუმად განიხილავს ცოცხალი ორგანიზმების თვისებას – რეაგირება მოახდინონ ბიოლოგიურად ნეიტრალურ ზემოქმედებაზე. ბიოლოგიურად ნეიტრალური, ანუ აბიოტური ზემოქმედებები ესაა ენერგიის ის სახეები, ან საგნების ის თვისებები, რომლებიც უშუალოდ არ მონაწილეობენ ნივთიერებათა ცვლაში. ამგვარი ზემოქმედება თავისთავად არც სასარგებლოა და არც მავნე; ის არ კვებავს ორგანიზმს და არც ანგრევს მას. მაშ რატომაა სასარგებლო მისი ასახვა ან მასზე რეაგირება? იმიტომ, რომ ის იმყოფება მდგრად კავშირში ბიოლოგიურად მნიშვნელოვან ობიექტებთან და, მაშასადამე, მათ პოტენციურ სიგნალს წარმოადგენს. თუ ორგანიზმს უჩნდება უნარი ასახოს ბიოლოგიურად ნეიტრალური თვისება და დაუკავშიროს იგი ბიოლოგიურად მნიშვნელოვან თვისებებს, მისი სასიცოცხლო პოტენციალი განუზომლად იზრდება. მაგალითად, ბგერით არ იკვებება არც ერთი ცხოველი ისევე, როგორც არც ერთი ცხოველი არ იღუპება ჩვეულებრივი ინტენსიობის ბგერისაგან. მაგრამ ბგერები ბუნებაში უმნიშვნელოვანესი სიგნალია საკვების არსებობის ან საფრთხის მოახლოების შესახებ.

ბიოლოგიურად ნეიტრალური თვისებების ასახვა მჭიდროდ არის დაკავშირებული ცოცხალი არსებების აქტივობის თვისობრივად ახალ ფორმასთან – ქცევასთან. აქამდე ცხოველქმედების პროცესები დაიყვანებოდა საკვები ნივთიერებების შეთვისებაზე, გამოყოფაზე, ზრდაზე, გამრავლებაზე და ა.შ. ახლა ჩნდება ახალი სახის აქტივობა, რომელიც, ასე ვთქვათ, „ჩასმულია“ აქტუალურ სიტუაციასა და სასიცოცხლო აქტს – ნივთიერებათა ცვლას შორის. ამ აქტივობის (ქცევის) აზრი ისაა, რომ მიღწეულ იქნას ბიოლოგიურად სასარგებლო შედეგი იქ, სადაც პირობები მისი უშუალოდ მიღების საშუალებას არ იძლევა.

ფსიქიკის ეს კრიტერიუმი (ბიოლოგიურად ნეიტრალური ზემოქმედების ასახვა და სასიგნალო ქცევა) არ გააჩნია მცენარეებს; იგი თავს იჩენს უმარტივესი, ერთუჭრედიანი ორგანიზმების დონეზე. მცენარე მხოლოდ ბიოლოგიურად მნიშვნელოვან გამლიზიანებლებზე რეაგირებს. ამ თვისებას **გამლიზიანებადობა** ეწოდება. მცენარის ფესვები გამლიზიანებადნი არიან ნიადაგში არსებული საკვები ნივთიერებების მიმართ, რომელთაც შეიწოვენ. ცხოველებისთვის დამახასიათებელია აგრეთვე ე.წ. **გრძნობიერება**, რაც მათთან ფსიქიკის გაჩენას უკავშირდება. გრძნობიერება, როგორც აბიოტური გამლიზიანებლის ასახვა, ორ ასპექტს შეიცავს: ობიექტურს და სუბიექტურს. ობიექტური თვალსაზრისით, ასახოდა იყო მგრძნობიარე, ნიშნავს რეაგირება მოახდინო მოცემულ აგენტზე გარკვეული **მოძრაობის** სახით. გრძნობიერების სუბიექტური ასპექტი საგნის თუ მოვლენის შინაგან **განცდაში** გლინდება. აბიოტური გამლიზიანებელი, მაგალითად ბგერა, შეგრძნების ანუ განცდის სახით უნდა მოგვეცეს, რათა მან თავისი სასიგნალო ფუნქცია შეასრულოს.

ფსიქიკის განვითარება ამ ორი ურთიერთდაკავშირებული მხარის გართულებაში მდგომარეობს. ფსიქიკის საწყის საფეხურზე მოცემულია გამლიზიანებლის უმარტივესი, დიფუზური შეგრძნების უნარი. განცდათა სამკვიდრო, პირველ ყოვლისა, შეგრძნებების გამრავალფეროვნების გზით ვითარდება. ორგანიზმებს, გარემოსთან შეგუების პროცესში, უჩნდებათ სხვადასხვა გამლიზიანებლის ასახვის უნარი შესაბამისი გრძნობის ორგანოების მეშვეობით. დიფუზური, პირველადი შეგრძნება დიფერენცირდება შეხების, გემოს, ტემპერატურის, სუნის, სმენის, მხედველობის და სხვა შეგრძნებებად. ფსიქიკის ფილოგენეტური განვითარების შემდგომ ეტაპზე თანდათანობით ჩნდება არა მხოლოდ ერთეული გამლიზიანებლების – საგნების ცალკეული თვისებების შე-

გრძნების, არამედ მთლიანი საგნების ასახვის, მათი აღქმის უნარი. ეს ნიშნავს ე.წ. **სენსორული** (შეგრძნებითი) სტადიიდან **პერცეპტულ** (აღქმით) სტადიაზე გადასვლას.

პარალელურად მიმდინარეობს ცხოველთა ქცევის განვითარების პროცესიც. ეს ქცევები არსებითად ორი სახისაა: **თანდაყოლილი და შეძენილი**. ამ უკანასკნელთა მნიშვნელობა ფილოგენეტიურ განვითარებასთან ერთად მატულობს. რაც შეეხება თანდაყოლილი ქცევის პირველად ფორმას, მას **ტაქსისი** ეწოდება და, უპირველესად, უმარტივეს ერთუჯრედოვან ორგანიზმებს ახასიათებს. ტაქსისი იმაში მდგომარეობს, რომ ორგანიზმი ან უახლოვდება, ან განერიდება გარკვეულ გამლიზიანებელს. ასეთი ქცევა ზოგჯერ გვხვდება უფრო მაღალი ორგანიზაციის არსებებშიც. მაგალითად, მწერებს სალამოთი იზიდავს ანთებული ლამპარი, რაც ტაქსისის გამოვლინებაა.

ტაქსისი ორგანიზმის პირველადი რეაქციაა გარემოს ერთ გამლიზიანებელზე. ევოლუციურ კიბეზე ასვლასთან ერთად ხშირდება უფრო ზუსტი და დიფერენცირებული რეაქციები სხვადასხვა გამლიზიანებლებზე, რაც ნერვული სისტემის ფორმირებასთან არის დაკავშირებული. რომელიმე შეგრძნების ორგანოდან სიგნალი ნერვული სისტემით გადაეცემა სამოძრაო ან სეკრეტორულ სისტემას და იწვევს სათანადო რეაქციას. **რეფლექსი** არის ცხოველის თანდაყოლილი, დაპროგრამებული და ორგანიზმის გარკვეულ ნაწილში ლოკალიზებული რეაქცია¹, მაგალითად თვალის დახუჭვა ან ნერწყვის გამოყოფა სათანადო გამლიზიანებელზე.

1 უნდა ითქვას, რომ რეფლექსები შეიძლება იყოს შეძენილიც, ე.წ. პირობითი. ამ შემთხვევაში დასწავლის შემდეგ რეფლექსური რეაქცია უკავშირდება რაიმე ახალ, არასპეციფიკურ გამლიზიანებელს. მაგალითად ძაღლში ნერწყვის გამოყოფას იწვევს არა ხორცის დანახვა (უპირობო რეფლექსი), არამედ ზარის გაგონება (პირობითი რეფლექსი).

ბუნებრივ პირობებში ცხოველები ახორციელებენ საკმაოდ რთულ ქცევებს, რომლებშიც მრავალი რეფლექსური რეაქცია ერთიანდება. ესაა საჭმლის მოპოვებასთან, თავდაცვასთან, საცხოვრებლის მშენებლობასთან, გამრავლებასთან, შთამომავლობის პატრონობასთან და ა.შ. დაკავშირებული ქცევები, რომლებიც ხშირად გვაოცებენ თავისი სირთულით, სიზუსტით და მიზანშეწონილობით. მათ ინსტინქტები ეწოდებათ.

მოვიყვანოთ მხოლოდ ერთი მაგალითი: ბზიკი – სფექსი, სანამ კვერცხების დადებას დაიწყებდეს, უზრუნველყოფს თავის მატლს საკვებით – „კონსერვირებული“ კალიით. სფექსი თავს ესხმის კალიას, ზუსტად ჩხვლეტს მას სამ ნერვულ კვანძში, რომლებიც კიდურების მოძრაობას აკონტროლებენ და ამით მის პარალიზებას ახდენს. შემდეგ იგი შეათრევს კალიას სპეციალურად გაკეთებულ სოროში და ფრთხილად დებს კვერცხს მის მკერდზე.

ინსტინქტური აქტების ამ სერიაში ყველაფერი ძალზე მიზანშეწონილია; ჯერ ერთი, მსხვერპლის პარალიზება: მკვდარი კალია მანამ გაიხრწნება, სანამ მატლი გამოიჩეკება, ხოლო აქტიურ მდგომარეობაში დარჩენილი ადვილად მოკლავს მატლს; მეორე – სფექსის მიერ კალიის განგლიების საოცრად ზუსტი ჩხვლეტა; და ბოლოს, ის აკურათულობა, რომლითაც კვერცხი თავსდება სწორედ კალიის მკერდზე. ეს ერთადერთი უსაფრთხო ადგილია, საიდანაც მატლს არ შეუძლია გადმოვრდნა, რადგან ჯერ კიდევ ცოცხალი კალია ამოძრავებს მუცელს, ყბებს და ულვაშებს. ხოლო, თუ უსუსური მატლი მიწაზე აღმოჩნდება, იგი აუცილებლად დაიღუპება.

ინსტინქტების მაღალი მიზანშეწონილება ოდითგანვე კვებავდა შეხედულებას მათი „გონივრულობის“ შესახებ. დროთა განმავლობაში მისი ადგილი დაიკავა საწინააღმდეგო შე-

ფასებამ. დაიწყო ლაბარაკი ინსტინქტების „სიბრმავეზე“. ამის საბაზი გახდა ცდები, რომლებითაც ირკვევა, რომ თუ ცხოველების ინსტინქტურ მოქმედებებს დავუკარგავთ აზრს, ისინი მათ მაინც შეასრულებენ. მაგალითად, უკვე აღწერილი სფექსი, დადებს რა კვერცხს კალიის მკერდზე, გულმოდგინედ ამოქოლავს სოროს, მიუხედავად იმისა რომ მეცნიერმა ახლახან ამოიღო იქიდან კალია. ამასთან, სანამ სოროს დალუქავს, სფექსი აუცილებლად შედის მასში და შეუძლებელია არ ხედავდეს, რომ ის ცარიელია. საბოლოო მოქმედება აზრს უკარგავს ყველა წინამორბედ მოქმედებას.

ამ და მსგავსი ფაქტებიდან თითქოს შეიძლება გაკეთდეს დასკვნა ინსტინქტების „სიბრმავის“ შესახებ. მაგრამ იგი არ იქნება კორექტული ისევე, როგორც დასკვნა მათი „გონივრულობის“ თაობაზე. ამ უკანასკნელის ნაცვლად უნდა ვილაპარაკოთ ინსტინქტების ბიოლოგიურ მიზანშეწონილობაზე, ხოლო „სიბრმავის“ ნაცვლად – მათ ფიქსირებულობაზე. ინსტინქტები მართლაც კარგად არიან მორგებულნი სრულიად გარკვეულ გარემო პირობებს. სიტუაციის ტლანქი, ხელოვნური შეცვლა, რასაც ადგილი აქვს ცდებში, იწვევს ინსტინქტების „სიბრმავის“ ილუზიას. სიტუაციის ასეთი ცვლილებები ბუნებრივ პირობებში ნაკლებ მოსალოდნელია. ინსტინქტის მექანიზმი „სწორ“ სიტუაციაზეა გათვლილი.

ამასთან ერთად, ისიც რეალობაა რომ აქტივობის სიტუაცია ბუნებრივ პირობებში მუდმივად და ხშირად მნიშვნელოვნად ცვალებადობს. ბზიკის მაგალითი ის შემთხვევაა, როდესაც ცოცხალი არსება აღდოს ვერ უღებს ახალ ვითარებას; რამდენჯერაც არ უნდა ჩატარდეს ცდა, იგი ერთი და იგივეს გაიმეორებს – ვერ გამოიმუშავებს არასტანდარტულ მოქმედებასთან დაკავშირებულ ახალ გამოცდილებას. არა და, ბევრი ცხოველი ხომ სწორედ იმით გამოირჩევა, რომ მას

შეუძლია ქცევის ახალი ფორმების შექმნა, რაც მას ცვალებად გარემოსთან შეუდარებლად უფრო შეგუებადს ხდის.

§ 2. ცხოველთა უსიძიკური აქტივობის შეამნილი ზორმები

რთულ ინსტინქტურ მოქმედებებს ყველაზე მნიშვნელოვანი ადგილი უკავია თანდაყოლილი ქცევების იერარქიაში. ცხოველების ქცევის შემდგომი განვითარება აქტივობის ახალი ადაპტური ფორმების შეთვისების უნარის გამომუშავებასთან არის დაკავშირებული. რაც უფრო მრავლადაა ცხოველის ქცევის რებერტუარში შექმნილი, დასწავლილი მოქმედებები და რაც უფრო ნაკლებია მასში თანდაყოლილი, ინსტინქტური მოქმედებები, მით უფრო მაღალ საფეხურზე იმყოფება იგი ევოლუციური განვითარების რიგში. ეს მართლაც ასეა, მაგრამ არ არის მართებული თანდაყოლილისა და შექმნილის, ინსტინქტურისა და დასწავლილის მკაცრი დაპირისპირება, მით უფრო მათი ერთმნიშვნელოვანი მიწერა ცხოველთა სხვადასხვა სახეობისთვის: დაბალგანვითარებულისთვის და მაღალგანვითარებულისთვის.

იკვება, რომ ახალ სიტუაციასთან მორგება, გამოცდილების შექმნა უმდაბლეს ცხოველებსაც შეუძლიათ. სპეციალური ცდებით დადგინდა, რომ უმარტივესი ნერვული სისტემის მქონე ჭიაყელას შესაძლებელია ვასწავლოთ მოუხვიოს მარჯვნივ T-ს მაგვარ ლაბირინთში. თუმცა ამისთვის მას მრავალი მცდელობა დასჭირდა, როცა მარცხნივ მოხვევისას ეჯახებოდა მავთულს, რომელშიც დენი გადიოდა. დასწავლის ეს უნარი ფილოგენეტური განვითარების კვალობაზე საგრძნობლად მატულობს და უმაღლესი ცხოველების ცხოვრებაში გადამწყვეტ როლს ასრულებს.

ამ უნარს ცხოველთა სამყაროში მუდამ ვხვდებით. ხშირად იგი მჟღავნდება იმდენად ადრეულ ასაკში, რომ იქმნება ილუზია, თითქოს ქცევა თავიდან ბოლომდე თანდაყოლილია. ამის ნათელ მაგალითს წარმოადგენს ე.წ. **იმპრინტიზი (აღბეჭვდა)**. ეს მოვლენა აღმოაჩინა ცხოველთა ქცევის უდიდესმა სპეციალისტმა კონრად ლორენცმა. იგი დარწმუნდა, რომ ახალ გამოჩეკილი ბატის ჭუკები აუცილებლად თავის დედას კი არ მიჟვებიან, არამედ იმ ობიექტს, რომელსაც ისინი გამოჩეკვისას პირველად ნახულობენ. ამ შემთხვევაში ეს იყო თვით ლორენცი, რომლისადმი ეს ბატები მოზრდილობაშიც გასაოცარ მიჯაჭვულობას ამჟღავნებდნენ. ბუნებრივ პირობებში ის, ვისი აღბეჭვდაც ხდება, დედაა და ჭუკებიც მას ავტომატურად დაჟვებიან. მაგრამ სინამდვილეში ეს ინსტინქტის კი არა, ადრეული დასწავლის გამოვლინებაა. იმპრინტიზის მექანიზმი განაპირობებს ხერხემლიანთა ბევრ ისეთ მოქმედებას, რომელიც დაკავშირებულია მშობლების, თავის გარემოცვის, სასიცოცხლო გარემოს ნიშან-თვისებების ცნობასთან.

საზოგადოდ, ცხოველთა ქცევაში ინსტინქტურისა და დასწავლილის ურთიერთმიმართება რთული და მრავალფეროვანია. უწინ ერთმანეთს უპირისპირებდნენ ინსტინქტზე და დასწავლაზე დაფუძნებულ ქცევებს. ითვლებოდა, რომ ინსტინქტური მოქმედებები მკაცრად არის დაპროგრამებული და ცხოველებს შეუძლიათ მათი შესრულება ყოველგვარი ინდივიდუალური გამოცდილების გარეშე. თანამედროვე მონაცემებით ეს ასე არ უნდა იყოს. ნაჩვენებია, რომ ზოგიერთმა ინსტინქტურმა მოქმედებამ ცხოველის ინდივიდუალური განვითარების მსვლელობაში უნდა გაიაროს ჩამოყალიბებისა და გარჯიშის პერიოდი. დასწავლის ასეთმა ფორმამ მიიღო **ობლიგატური (აუცილებელი)** დასწავლის სახელწოდება. ასე მაგალითად, მიუხედავად იმისა რომ წიწილა გა-

მოჩეკვისთანავე ახორციელებს ინსტინქტურ საკენკ მოძრაობებს, მათი სიზუსტე ძალზე მცირეა. პირველი დღეების განმავლობაში იგი მნიშვნელოვნად მატულობს. ობლიგატური დასწავლის მეორე მაგალითს წამოადგენს ჩიტების ფრენა. დასაწყისში ყველა ბარტყი აქნევს ფრთებს და მხოლოდ გარკვეული ხნის შემდეგ აფრინდება ჰაერში. მაგრამ მისი ფრენა, განსაკუთრებით დაშვებისას, პირველ ხანებში მაინც ძალიან არასრულყოფილია; ჩიტის გალობა ობლიგატური დასწავლის კიდევ ერთი მაგალითია. ზოგიერთ მაგლობელ ჩიტს არ შეუძლია გაიმეოროს თავისი სახეობის ჩიტების გალობა, თუ ის გაიზარდა იზოლაციაში ან სხვა სახეობის ჩიტების გარემოცვაში. მაშასადამე, ბევრი ინსტინქტური (თანდაყოლილი) აქტი საჭიროებს სრულყოფას ცხოველის ინდივიდუალურ გამოცდილებაში და, შეიძლება ითქვას რომ ასეთი დასწავლა აგრეთვე დაპროგრამებულია. იგი უზრუნველყოფს ინსტინქტური მოქმედების მორგებას გარემო პირობებისადმი.

ქცევის ბევრად მეტ პლასტიკურობას უზრუნველყოფს ე.წ. ფაკულტატური დასწავლა. ამ ტერმინით აღინიშნება ახალი, ნამდვილად ინდივიდუალური ქცევის ფორმების ათვისების პროცესი. თუ ობლიგატური დასწავლის დროს ამ სახეობის ყოველი წარმომადგენელი იწაფება სახეობისთვის დამახასიათებელ ერთსა და იგივე მოქმედებაში, ფაკულტატური დასწავლისას ცხოველები შეითვისებენ ქცევის ინდივიდუალურ, განსაკუთრებულ ფორმებს, რომლებიც ხელს უწყობენ მათ შეგუებას ინდივიდის არსებობის კონკრეტული პირობებისადმი. ამის ფართოდ გავრცელებულ მაგალითად შეიძლება გამოდგეს შინაური ცხოველების ყოველგვარი სასარგებლო ჩვევა ან ცხოველთა წვრთნა ცირკში. თუმცა, ბუნებრივ პირობებშიც ამის მაგალითი მრავლადაა.

არსებითად, ცხოველის ყოველ ქცევაში შერწყმულია სა-

ხეობისთვის დამახასიათებელი და შეძენილი ქცევის ელემენტები. საქმე ისაა, რომ ყველა ქცევითი აქტი შედგება ორი ძირითადი ფაზისაგან: ძიებითი (მოსამზადებელი) და დამამთავრებელი მოქმედებისაგან. პირველი ფაზა ყოველთვის რაიმე მოთხოვნილებით არის აქტივირებული. იგი გამოიხატება საერთო აღგზნებადობაში და ცხოველის ძიებით ქცევაში, ანუ არამიმართულ გადაადგილებაში, გარემოს გამოკვლევაში. ამ აქტივობის პროცესში ცხოველი, როგორც წესი, წააწყდება ხოლმე ე.წ. ჩამრთველ სტიმულებს, რომლებიც აღძრავენ საკუთრივ ინსტინქტურ მოქმედებას, ან, უფრო ხშირად, მოქმედებათა წყებას. მაგალითად, მტაცებლის კვებითი ქცევა იწყება ქაოტური სირბილით და ტერიტორიის გამოკვლევით. ნადავლის გამოჩენა ქცევას ორიენტირებულს ხდის: ცხოველი ჯერ ეპარება, მერე მისდევს და ბოლოს კლავს თავის მსვერბლს, შემდეგ გლეჯს ნანადირევს და ყლაპავს ხორცს. აქტების ამ რიგში მხოლოდ ორი უკანასკნელი წარმოადგენს საკვების მოპოვების ქცევის დამამთავრებელ, საკუთრივ ინსტინქტურ ფაზას. ყველაფერი, რაც მას წინ უსწრებს, შეიძლება მიეწეროს ძიებით, ანუ არა-ინსტინქტურ ფაზას.

ქცევა ყველაზე უფრო პლასტიკურია ძიებით ფაზაში. სწორედ აქ ითვისებს ცხოველი ქცევის ახალ ხერხებს. რაც უფრო გუახლოვდებით დამამთავრებელ ფაზას, მით უფრო სტერეოტიპული ხდება მოძრაობები; საკუთრივ დამამთავრებელ ფაზაში კი მოძრაობები აბსოლუტურად სტერეოტიპულია. ამიტომ ხშირად ინსტინქტურის ნაცვლად მათ ფიქსირებული მოძრაობების კომპლექსს (ფმკ) უწოდებენ. ყველა სახეობას მისთვის დამახასიათებელი ფმკ გააჩნია. კვლევის შედეგად ზოგიერთი მათგანისთვის გამოიყო სპეციფიკური ჩამრთველი სტიმულები. ისინი, შესაძლოა, სრულიად განსხვავებული გამღიზიანებლების სახით წარმოგვიდგნენ:

გარკვეული ფერის, ფორმის, სუნის, ხმის, მოძრაობებისა და ა.შ. ძიებითი და დამამთავრებელი ფაზების თანაფარდობა განსხვავდება სხვადასხვა ცხოველებში. მთავარი კი ის არის, რომ რაც უფრო მაღალია ცხოველის ფსიქიკური ორგანიზაცია, მით უფრო გაშლილი და ხანგრძლივია ძიებითი ფაზა, მით უფრო მდიდარი და მრავალფეროვანი გამოცდილების მიღება შეუძლია ცხოველს.

ახალი ქცევის, გამოცდილების შეძენის პროცესი ცხოველებში მცდარი მოქმედებებიდან სწორი მოქმედებების გამოდიფერენცირებასა და ამ უკანასკნელთა განმტკიცებას გულისხმობს. გამოცდილების მიღების ასეთ ხერხს ცდისა და შეცდომის მეთოდს უწოდებენ. რაც უფრო ხშირად შეასრულებს ცხოველი შეუძცდარ, სასარგებლო მოქმედებას, რომელიც მის რაიმე მოთხოვნილებას აკმაყოფილებს, მით უფრო განმტკიცდება იგი, მით უფრო ძლიერი და მყარი იქნება კავშირი მოცემულ სტიმულსა და ახალ მოქმედებას შორის. ახალი ქცევის შეძენა, ანუ დასწავლა, ჩვევის ჩამოყალიბების ანალოგიურად, თანდათანობით, ეფექტური მოქმედების მრავალჯერადი გამეორების გზით ხორციელდება.

§ 3. ცხოველთა ფსიქიკური აქტივობის მაღალი ფორმები

ცხოველთა სამყაროში არსებობს ქცევის უფრო მაღალი ფორმაც – გონიერი ქცევა, რომლისთვისაც დამახასიათებელია ახალ სიტუაციასთან სწრაფად შეგუებისა და ახალი ამოცანის უცბად გადაწყვეტის უნარი, მოქმედებათა მრავალჯერადი გამეორების გარეშე (ე.წ. ინსაიტი). ქცევის ეს სახეობა – გონიერი ქცევა, ბევრად უფრო მაღალ საფეხურს წარმოადგენს. ჯერ ერთი, ჩვევისაგან განსხვავებით, ინ-

დიდი ახალი სიტუაციის შესატყვის მოქმედებას მიაგნებს (ახორციელებს) ყოველგვარი გაწვრთნისა და წინასწარი გავარჯიშების გარეშე; მაგალითად, გალიაში მყოფი ადამიანის მსგავსი მაიმუნი (ანთროპოიდი) შორს დადებული საკვების ხელში ჩასაგდებად გამოიყენებს შორიახლოს მდებარე ჯოხს, თუმცა მას არასდროს ამ მიზნისთვის ჯოხი არ უხმარია; ან მაღლა კალათით დაკიდებული ბანანის მისაწვდომად შიმპანზე მოიტანს და ერთმანეთზე დადგამს მახლობლად მდებარე ცარიელ ყუთებს, ავა მათზე და მიწვდება საჭმელს, თუმცა მსგავსი ქცევის გამოცდილება მას არ ჰქონია და ა.შ.

მნიშვნელოვანია გონიერი ქცევის მეორე განსხვავებაც დასწავლით შეძენილი ქცევისაგან. ეს არის ერთგვარი პრაქტიკული განზოგადება: ახალი ამოცანის ერთჯერადი გადაწყვეტა საკმარისია, რომ ინდივიდი ამ მოქმედებას „ერთხელ და სამუდამოდ“ დაეუფლოს. არავითარი გაწვრთნა, ამ მოქმედებათა გამეორება ამისთვის საჭირო არ არის, რადგან მოქმედება გონიერია. თუ, მაგალითად, შიმპანზე ერთხელ შეძლებს ყუთების გამოყენებას მაღლა დაკიდებული საგნის მისაღწევად, იგი სხვა ანალოგიურ სიტუაციაშიც უმაღლეს გამოიყენებს ამ საშუალებას. ამას გადატანა ან ტრანსპოზიცია ეწოდება.

ის გარემოება, რომ გონიერ ქცევას ახასიათებს ინსაიტი და ტრანსპოზიცია, იმას მოწმობს, რომ იგი აზროვნების პირველი გამოვლინებაა. მას გარკვეული ადგილი უკავია ადამიანის ქცევით რებერტუარშიც. რაც შეეხება ცხოველთა სამყაროს, აქ გონიერი ქცევა განვითარების მწვერვალს წარმოადგენს. იგი დასტურდება ყველაზე მაღალგანვითარებულ ცხოველებში – ანთროპოიდებში, როგორც ექსპერიმენტულ, ასევე ბუნებრივ პირობებში. გალიაში მყოფი ძაღლის წინ რომ მოათავსოთ ძაფის წვერი, რომლის ბოლოს საკვებია მიბმული, იგი ვერასდროს მიხვდება, რომ ის თავისკენ უნდა

მოწიოს და მხოლოდ შემთხვევით თუ გააკეთებს ამას, რის შემდეგაც ანალოგიურ სიტუაციაში ისევ უსუსური აღმოჩნდება. ანთროპოიდის მაშინვე მოისაზრებს, როგორ უნდა ჩაიგდოს ხელში საკვები ამ ვითარებაში და შეძლებისდაგვარად სხვა სიტუაციებშიც გამოიყენებს ამ თავის მიგნებას.

ყველაფერი, რაც ითქვა ცხოველთა ინსინქტების შესახებ, ძალიან მნიშვნელოვანია სპეციფიკურად ადამიანური ქცევის ფორმების ბიოლოგიური წინა ისტორიის გასაგებად. მათ პირველ რიგში მიეკუთვნება ცხოველების ენა და ურთიერთობა და, აგრეთვე, მათ მიერ იარაღების გამოყენება.

ცხოველთა ენა წარმოადგენს სიგნალიზაციის რთულ სისტემას. სრულიად განსხვავებული სახის სიგნალების – ხმა, მოძრაობა, პოზა, სუნი, ფერი და სხვათა საშუალებით ცხოველები ერთმანეთს გადასცემენ ინფორმაციას ბიოლოგიურად მნიშვნელოვანი მოვლენებისა და მდგომარეობების შესახებ. ესაა განგაშის, მუქარის, დამორჩილების, „არშიყის“ თუ ბევრი სხვა სიგნალი.

ცხოველის ენის ადამიანის ენისაგან უმნიშვნელოვანეს განმასხვავებელ ნიშანს ის წარმოადგენს, რომ მას არ გააჩნია სემანტიკური ფუნქცია. ეს იმას ნიშნავს, რომ ცხოველის ენის ელემენტები არ აღნიშნავენ გარეგან საგნებს თავის თავად, მათ აბსტრაქტულ თვისებებსა და მიმართებებს. ისინი ყოველთვის დაკავშირებული არიან კონკრეტულ ბიოლოგიურ სიტუაციასთან და ემსახურებიან კონკრეტულ ბიოლოგიურ მიზნებს. ბევრი სიგნალი, გამოსახავს რა ცხოველის ემოციურ მდგომარეობას, მოქმედებს ემოციური „გადადების“ მექანიზმის მეშვეობით. მაგალითად, განგაშის ან შფოთვის სიგნალი, რომელსაც გამოსცემს ჩიტების გუნდის ერთ-ერთი წევრი, აიძულებს გუნდის დანარჩენ წევრებს რომ აფრინდნენ. ანალოგიურად მოქმედებს ფუტკრების ქიმიური სიგნალიზაცია. ფუტკარი, რომელიც გესლავს მტერს, გა-

მოყოფს გარკვეული სუნის მქონე ნივთიერებას. ეს ნივთიერება აგრესიულად განაწყობს სხვა ფუტკრებს, რომლებიც მიემართებიან მტრისკენ და გესლავენ მას. ამის შედეგად საგრძნობლად იზრდება ქიმიური სიგნალის ინტენსიობა და, მასთან ერთად, შეტევაზე გადასული ფუტკრების რაოდენობაც.

ცხოველთა ენის განმასხვავებელი ნიშანია აგრეთვე მისი გენეტიკური ფიქსირებულობა. იგი წარმოადგენს დახურულ სისტემას სიგნალების შეზღუდული რეპერტუარით, თუმცა სიგნალების რაოდენობა შეიძლება არც ისე მცირე იყოს. ასე მაგალითად, ქათმებთან გაშიფრულია 20-მდე სხვადასხვა სიგნალი, ადამიანის მსგავს მაიმუნებთან 90-მდე. სავსებით სამართლიანი იქნება იმის თქმა, რომ ცხოველთა სამყაროს ყოველმა წარმომადგენელმა პრინციპში დაბადებიდან იცის თავისი ენა. რაც შეეხება ადამიანს, იგი ენას ცხოვრების განმავლობაში, სხვა ადამიანებთან ურთიერთობის პროცესში ითვისებს. ცხოველთა ენისაგან განსხვავებით, ადამიანის ენა ღია სისტემაა: იგი მუდმივად ვითარდება, მდიდრდება ახალი ცნებებითა და სტრუქტურებით.

ცხოველთა ენის გენეტიკური ფიქსირებულობა იმაში გამოიხატება, რომ მისი ელემენტები წარმოადგენენ „ჩამოთვლელ სტიმულებს“, რომლებიც იწვევენ ან ამუხრუჭებენ ინსტინქტურ მოქმედებას. ბარტყების გამოკვების პერიოდში ბევრი ფრინველი აქტიურად ესხმის თავს მცირე ზომის ყველა მოძრავ არსებას, რომელიც ბუდის სიახლოვეს აღმოჩნდება (ასეთებია პატარა მტაცებლები, რომლებიც ბარტყებით იკვებებიან). გაჩნდა კითხვა, რატომ არ ერჩიან ფრინველები თავის საკუთარ ბარტყებს? გამოიკვია, რომ ბარტყებს იცავს მათი წრიბინი. ეს სიგნალები ამუხრუჭებს ფრინველთა აგრესიას და აძლიერებს მშობლის ინსტინქტთან დაკავშირებულ ქცევებს. ერთ ცდაში ბუდეში ბაწრით

უშვებდნენ ბარტყის ფიტულს – ჩიტი გააფთრებული ეკვეთებოდა მას, მაგრამ ბარტყის წრიბინის ჩანაწერის ჩართვისთანავე შეტევა მკვეთრად მუხრუჭდებოდა. მეორე ცდაში დაჟრუხებული ინდაური უმაღლეს კლავდა წიწილებს.

ცხოველთა ენის თაობაზე მოყვანილი ზოგადი დებულებების კარგ ილუსტრაციად გამოდგება მდიდარი მასალა, რომელიც არსებობს „პოზებისა და მოძრაობების ენასთან“ დაკავშირებით. დიდ მეცნიერულ მონაბოვრად უნდა ჩაითვალოს ფუტკრების „ცეკვების“ მნიშვნელობის გაშიფრვა, რაშიც ავსტრიელმა სწავლულმა ფრიშმა ნობელის პრემია დაიმსახურა. ფუტკარი, რომელმაც აღმოაჩინა ნექტარი, სკაში დაბრუნებისას ახორციელებს მოძრაობათა რთულ კომპლექსს, სადაც შედის წრიული გარბენები ფიჭაში, მუცლის ქნევა და ა.შ. ამ მოძრაობათა ხასიათი, მათი ორიენტაცია და ინტენსიობა ზუსტ შესაბამისობაში იმყოფება საკვებისკენ ფრენის მიმართულებასა და სიშორესთან. ფუტკრები ეხებიან „მოცეკვავე“ ფუტკარს და იღებენ დამატებით ინფორმაციას გემოსა და სუნის მეშვეობით საკვების შემადგენლობის შესახებ. ამ ერთობ რთული ინფორმაციის კოდირება-დეკოდირების უნარი ფუტკრებს თანდაყოლილი აქვთ.

ფართო გავრცელება ჰპოვა დამორჩილების პოზების აღწერამ, რომელთა მეშვეობითაც უფრო სუსტი ცხოველები აჩერებენ მოწინააღმდეგის აგრესიას; ისინი განსაკუთრებით გავრცელებულია მტაცებელ ცხოველებთან. ორი მგლის ჩხუბისას დამარცხებული მგელი შეშდება ჩვენთვის წარმოუდგენელ პოზაში: იგი გაწევს თავს მოწინააღმდეგისაგან და მიუშვერს დაუცველ კისერს – იმ ადგილს, სადაც ვენა გადის. მაგრამ სწორედ ეს პოზა აქვავებს ადგილზე გააფთრებულ მოწინააღმდეგეს; უკიდურესად აგზნებული, იგი ჯერ კიდევ კანკალებს და კბილებს აღრჭიალებს, მაგრამ მას უბრალოდ „ძალა არ შესწევს“ მიეკაროს მიშვერილ კისერს. მი-

სი დანახვა მოქმედებს როგორც ჩამრთველი სტიმული, რომელიც ამუხრუჭებს, ბლოკირებას უკეთებს აგრესიულ მოქმედებას. საკმარისია მსხვერპლმა შეიცვალოს პოზა, რომ შეტევა უმაღლესად განახლებდეს.

ურთიერთობის განსაკუთრებით რთულ ფორმებს ვხვდებით იმ ცხოველებში, რომლებსაც ჭგუფური ცხოვრების წესი აქვთ. ცხოვრება ჯოგში, გუნდში, ოჯახში ფართოდაა გავრცელებული ცხოველთა სამყაროში. ცხოველთა ბევრი ჭგუფის დამახასიათებელ თვისებას მისი წევრების იერარქია წარმოადგენს. თითოეულმა ინდივიდმა, ჩვეულებრივ, იცის ვინაა მასზე ძლიერი და ვინ სუსტი. იერარქია მკვიდრდება ურთიერთობის სხვადასხვა აქტების მეშვეობით: წაკინკლავება, რიტუალები, ტურნირები და სხვა. უფრო ძლიერი ინდივიდები უპირატესობით სარგებლობენ საკვების განაწილებისას, სექსუალური პარტნიორის შერჩევისას და ა.შ. მაღალი რანგის ინდივიდებს, განსაკუთრებით წინამძღოლებს, უფრო დიდი „ავტორიტეტი“ აქვთ, მათ ემორჩილებიან, ბაძავენ, მიჰყვებიან. გუნდის ან ჯოგის წინამძღოლად, ჩვეულებრივ, ხდება ყველაზე ძლიერი და გამოცდილი ინდივიდი. ეს ხელს უწყობს სრულფასოვანი მემკვიდრეობისა და მდიდარი ინდივიდუალური გამოცდილების გადაცემას.

ზოგიერთ ჭგუფში ვაკვირდებით ინდივიდებს შორის ფუნქციების მკაფიო დაყოფას. ამის საფუძველს ქმნის სქესობრივი, ასაკობრივი თუ რანგული ნიშან-თვისებები. ფუნქციების დაყოფა ყველაზე უფრო მკაფიოდ წარმოადგენილია რებროდუქციულ სფეროში. ბევრი სახეობის მამრი მოიპოვებს და მიაქვს საკვები მდიდართან, რომელიც ზის კვერცხებზე ან უვლის შვილებს. მაგრამ ეს ყოველთვის ასე არ არის. არც თუ იშვიათად, მდიდარი და მამრი ფრინველი რიგრიგობით სხედან კვერცხებზე.

განსაკუთრებით შთამბეჭდავია თანაცხოვრების ორგანიზა-

ციის სირთულე ფუნქციების მკაფიო განაწილებით ისეთ საზოგადოებრივ მწერებთან, როგორიცაა ფუტკრები, ჭიანჭველები და სხვა. ფუტკარის ოჯახი შედგება ერთი დედა ფუტკრისაგან, ბევრი ასეული და, შესაძლებელია, ათასი მუშა ფუტკრისა და, გარკვეულ პერიოდში, მამრი ფუტკრებისაგან. დედა ფუტკარი დაკავებულია მხოლოდ კვერცხების დებით; მუშა ფუტკრები უვლიან მას და ასრულებენ მრავალრიცხოვან ფუნქციებს: აშენებენ და წმენდენ ფიჭას, უზრუნველყოფენ მატლების კვებას, აგროვებენ თაფლის მარაგს, აწესრიგებენ სკას და იცავენ მას მტრის შემოსევისაგან. ამასთან, მუშა ფუტკრებს შორის აღინიშნება ვიწრო სპეციალიზაცია: მათ შორის არიან „აღმზრდელები“, „ამკრეფები“, „მცველები“ და სხვა. მამალი ფუტკრები სამუშაოში არ მონაწილეობენ და არსებობენ მხოლოდ იმისთვის, რომ გაანაყოფიერონ მდედრი. შემოდგომაზე მათ კლავენ, ან აგდებენ სკიდან.

მაიმუნების ჯოგში აგრეთვე არსებობს ფუნქციების მკაცრი განაწილება. ახალგაზრდა მამრები, რომლებიც განსაკუთრებით მოძრავნი არიან და ჯოგის ადგილსამყოფელიდან საკმაოდ შორს გადაადგილდებიან, გუშაგების როლს ასრულებენ. ბებერი და გამოცდილი წინამძღოლი თვალს ადევნებს წესრიგს ჯოგში და უზრუნველყოფს გარეგან უსაფრთხოებას. დიდი მტაცებლის მოახლოებისას მას გააჩნია ჯოგი უსაფრთხო ზონაში. ჯოგის გადაადგილებისას შვილებიან მდედრებს გარს ერტყმიან ღონიერი მამრები: ერთნი წინამძღოლთან ერთად სათავეში უდგანან მსვლელობას, ხოლო მეორენი – ბოლოში.

მოყვანილი ფაქტების განზოგადებისას უნდა გამოიყოს მთავარი, რაც განასხვავებს ცხოველების ჯგუფურ ქცევას ადამიანის საზოგადოებრივი ცხოვრებისაგან – ესაა მისი დაქვემდებარებულობა მხოლოდ და მხოლოდ ბიოლოგიური

მიზნებისადმი, კანონებისადმი და მექანიზმებისადმი. ცხოველების ჯგუფური ქცევა განმტკიცებულია ბუნებრივი შერჩევის გზით; ფიქსირდება მხოლოდ ქცევის ის ფორმები, რომლებიც უზრუნველყოფენ პირდაპირი ბიოლოგიური ამოცანების – კვების, თვითშენახვისა და გამრავლების უკეთეს გადაწყვეტას. თანამედროვე ევოლუციური ფსიქოლოგია ადამიანთა იდვიდულურ თუ კოლექტიურ ქცევებშიც ბოლოებს ბევრ ისეთ მომენტს, რომელთაც აშკარად ბიოლოგიური ძირი აქვთ. მაგრამ ადამიანთა საზოგადოებას არსებითად სხვა საფუძვლებიც გააჩნია, მათ შორის, ალბათ, ძირეულია ერთობლივი შრომითი ქცევა, რომელიც ცხოველებისთვის უცხოა და მიუწვდომელი. ამის გამო ანთროპოგენეზის გარკვეული ეტაპზე ადამიანი გამოვიდა ბიოლოგიური კანონების აბსოლუტური ტყვეობიდან და სულ უფრო მეტად დაექვემდებარა სოციალურ კანონებს.

წარმოებითი შრომა შესაძლებელი ხდება იარაღის გამოყენების გამო. შრომა იარაღის შექმნით იწყება. ამიტომ, იარაღის გამოყენებაზე დაფუძნებული ცხოველების ქცევა განიხილება, როგორც ანთროპოგენეზის ერთ-ერთი ბიოლოგიური პირობა. ადრე მიიჩნევდნენ, რომ იარაღის გამოყენება მისაწვდომია მხოლოდ ადამიანის მსგავსი მაიმუნებისთვის. ბოლო დროს დადგინდა იარაღის გამოყენების ფაქტები ბევრი სახეობის ცხოველებში, მათ შორის დაბალ მაიმუნებში, ჩიტებში და მწერებშიც კი. ბუნებრივ პირობებში შიმპანზეს ქცევაზე დაკვირვებამ აჩვენა, რომ ისინი იყენებენ ჯოხებს იმისთვის, რომ გააკეთონ ხვრელი ტერმიტების საცხოვრებელში და ამოიყვანონ იქიდან მწერი; ლეჟავენ რა ფოთლებს, მაიმუნები ამზადებენ თავისებურ „ღრუბელს“, რისი მეშვეობითაც ამოაქვთ წყალი ხეებში არსებული ღრმულებიდან. ნიშანდობლივია, რომ ორივე შემთხვევაში ცხოველები არა მარტო იყენებენ, არამედ ამზადებენ და

სრულყოფენ იარაღებს: ტოტების გამოყენებისას აცლიან მათ ფოთლებს და გვერდითა ყლორტებს; ფოთლები „ღრუბლებისთვის“ ილეკება. მაგრამ უცილობელ ფაქტად რჩება ცხოველების უუნარობა დაამზადონ იარაღი სხვა იარაღის საშუალებით. აქ უნდა გადიოდეს ის საზღვარი, რომელიც გამრყოფს ცხოველს ადამიანისაგან.

ცხოველები ამუშავებენ იარაღებს ბუნებრივი საშუალებებით, თავისი ორგანოებით: კბილებით, კიდურებით და სხვა. პირველყოფილმა ადამიანმა კი დაიწყო იარაღის კეთება ქვის ქვაზე ან ხეზე ზემოქმედებით. ეს, ერთი შეხედვით უმნიშვნელო წინსვლა ასახავს ფუდამენტურ პროგრესულ ცვლილებას პირველყოფილი ადამიანის ქცევასა და ფსიქიკაში. იარაღის დამზადება მეორე საგნის დახმარებით ნიშნავს მოქმედების გამოყოფას ბიოლოგიური მოტივისაგან და ამით ქცევის ახალი სახეობის – შრომის აღმოცენებას. იარაღის დამზადება შესაძლებლად გულისხმობს მომავალი მოქმედების წარმოდგენის არსებობას, ე.ი. ცნობიერების სფეროს წარმოქმნას. იგი გულისხმობს შრომის განაწილებასაც, ანუ სოციალური ურთიერთობების დამყარებას თავისი შინაარსით არაბიოლოგიური ქცევის საფუძველზე. ეს ნიშნავს შრომითი ოპერაციების მატერიალიზაციას (იარაღის ფორმაში), ამ გამოცდილების შენახვას და შემდგომი თაობებისთვის გადაცემას.

ცხოველთა საგნობრივ ქცევას ჩამოთვლილი ნიშნები არ ახასიათებს. ცხოველები მიმართავენ იარაღის გამოყენებას მხოლოდ ბიოლოგიური მოტივების საფუძველზე და მხოლოდ კონკრეტულ სიტუაციაში. ისინი არასოდეს შედიან ერთმანეთთან ურთიერთობაში იარაღის გამოყენებასა და, მით უფრო, მის დამზადებასთან დაკავშირებით. ყოველივე ეს საშუალებას იძლევა ცხოველის მიერ იარაღის გამოყენება განისაზღვროს, როგორც ბიოლოგიური ადაპტაციის ერთ-

ერთი ფორმა. მას მხოლოდ გარეგანი მსგავსება აქვს ადამიანის შრომით საქმიანობასთან.

დასასრულს, ჩამოვთვალოთ მთავარი თავისებურებანი, რომლებიც განასხვავებენ ცხოველთა ფსიქიკურ აქტივობას ადამიანის ფსიქიკისაგან.

1. ცხოველების მთელი აქტივობა განსაზღვრულია ბიოლოგიური მოტივებით. ეს კარგადაა გამოხატული ერთ ცნობილ გამონათქვამში: ცხოველს არ შეუძლია უაზრო რაიმეს გაკეთება, ამის უნარი მხოლოდ ადამიანს გააჩნია.
2. ცხოველების მთელი ქცევა შეზღუდულია თვალსაჩინო კონკრეტული სიტუაციების ჩარჩოებით. მათ არა აქვთ უნარი დაგეგმონ თავისი მოქმედება, იხელმძღვანელონ „იდეალურად“ წარმოდგენილი მიზნით. ეს მჟღავნდება მაგალითად იმაში, რომ ისინი ვერ ამზადებენ იარაღს შესანახად.
3. ცხოველების ქცევის საფუძველს ყველა სფეროში, ენისა და ურთიერთობის ჩათვლით, წარმოადგენს თანდაყოლილი სახეობითი პროგრამები. დასწავლა მათთან შეზღუდულია ინდივიდუალური გამოცდილების შეძენით, რომლის მეშვეობითაც შესაძლებელი ხდება სახეობითი პროგრამების შეგუება ინდივიდის არსებობის კონკრეტულ პირობებთან.
4. ცხოველებთან არ არსებობს თაობათა გამოცდილების განმტკიცება, დაგროვება და გადაცემა მატერიალური კულტურის საგნების ფორმაში, მეტადრე ენის საშუალებით.

თავი მეოთხე
ფსიქიკის განვითახება ონკოგენეზში

§ 1. ბავშვობა

სპერმატოზოიდის კვერცხუჯრედთან შეერთებით წარმოიქმნება უჯრედი — ზიგოტა — რომელიც ატარებს ახალი ორგანიზმის შექმნისათვის საჭირო გენეტიკურ ინფორმაციას. მისი სწრაფი გამრავლების შედეგად უკვე 8 კვირის განმავლობაში ხდება ჩანასახის სტრუქტურული განვითარება. სხეულის ზრდა არათანაბრად მიმდინარეობს: ზედა ნაწილი უფრო სწრაფად იზრდება, ვიდრე — ქვედა, ხოლო ტანი უფრო სწრაფად ვითარდება, ვიდრე კიდურები. ჩასახვიდან 6 თვის ბოლოსთვის შინაგანი ორგანოები უკვე იმდენად არის განვითარებული (ფუნქციონირებს გრძნობის ორგანოები, ჩნდება წოვის, ძლიერ ბგერებზე რეაგირების და სხვა რეფლექსები), რომ ნაადრევი მშობიარობის შემთხვევაში ნაყოფმა შეიძლება შეინარჩუნოს სიცოცხლე.

მუცლადყოფნის მთელ პერიოდში ნაყოფის განვითარებაზე გავლენას ახდენს გენეტიკური და გარემო ფაქტორები: დედის მიერ მავნე ნივთიერებების (თამბაქო, ალკოჰოლი, ნარკოტიკი, წამლები) მოხმარებამ შეიძლება გამოუსწორებელი ზიანი მიაყენოს ნაყოფს.

ახალშობილი — სიცოცხლის უნარიანი არსებაა. მიუხედავად ძლიერი სტრესისა, როგორიცაა მშობიარობა, იგი ახერხებს შეგუებას გარემოსთან თანდაყოლილი მექანიზმების საშუალებით. იგი არსებობას იწყებს არა მხოლოდ ფიზიკურ, არამედ სოციალურ გარემოში, რომელიც, უმეტეს შემთხვევაში, შეესაბამება ცოცხალი ორგანიზმის ძალთა განვითარების დონეს... ბავშვის ძალთა განვითარება მასზე მოქმედ ასაკობრივ გარემოზეა დამოკიდებული — ამბობდა დ. უზნაძე.

ახალშობილის პერცეპტული და მოტორული ჩვევების განვითარება ხელს უწყობს სხვა სისტემების განვითარებას. უპირველეს ყოვლისა, ვითარდება თავის მოძრაობის უნარი, 5 თვიდან ბავშვს შეუძლია ჯდომა და ცდილობს ხელით საგნების ტაცებას, 9-10 თვის ასაკში იწყებს ხოხვას, 1 წლისა კი ცდილობს დამოუკიდებლად ფეხზე დგომას და სიარულს. ყველაფერი, რასაც ბავშვი აკეთებს თავისი ცხოვრების პირველ წლებში, ხდება ფიზიკური, კოგნიტური, სოციალური და ემოციონალური განვითარების საფუძველი.

2-3 წლის ასაკში ყველაზე შესამჩნევია ცვლილებები მსხვილი მოტორიკის განვითარებაში – ბავშვს აქვს ისეთი მოძრაობების შესრულების უნარი, რომელიც მთელი სხეულის მონაწილეობას ითხოვს (მაგ. სირბილი, ხტომა). უფრო ნელა ხდება წვრილი მოტორიკის განვითარება. ეს არის ხელის მტევნითა და თითებით მცირე ამპლიტუდის მოძრაობების (მაგ. ხატვა, კოვზის ხმარება) შესრულების უნარი. 6-7 წლისთვის ვითარდება თვალისა და ხელის კოორდინაცია, რაც უაღრესად მნიშვნელოვანია წერის დაუფლებისთვის.

გენდერული სხვაობა მსხვილი მოტორიკის განვითარებაში სქესობრივ მომწიფებამდე უმეტესად ცხოვრების პირობებითა და კულტურული თავისებურებებით არის განსაზღვრული, ვიდრე ბავშვების ფიზიკური მონაცემებით. 6-12 წლის ასაკში ხდება მოძრაობების დახვეწა, იზრდება მოძრაობის სიზუსტე და ძალა. დიდი მნიშვნელობა აქვს გამოცდილებას – რაც მეტად ექნება ბავშვს მომწიფებული ფუნქციების ამოქმედების საშუალება, მით უფრო სწრაფად ხდება მათი განვითარება. თანდათან ნელდება ზრდის ტემპი.

დაბადებიდან პირველსავე დღეებში ახალშობილებს შეუძლიათ დედის სახის, ხმის, სუნის ცნობა. პირველ თვეებში ვითარდება სამეტყველო და არასამეტყველო ბგერების გარჩევის უნარი, ვიზუალური და მოტორული აქტიობის კოორ-

დინაცია და სიღრმის აღქმა.

პირველი წლის ბოლო თვეებში ბავშვი ახერხებს ბგერათა კომპლექსების წარმოთქმას, მაგრამ მეტყველებას წლინახევრის ასაკიდან იწყებს. მისი ლექსიკური მარაგი ჯერ არსებითი სახელებით მდიდრდება, შემდეგ ზმნებითა და სხვა კატეგორიის სიტყვებით. მეორე წლის ბოლოსთვის ორ და მეტ სიტყვიან წინადადებებს წარმოთქვამს, ორწლინახევრის ბავშვს კი შეუძლია დამოკიდებულებების ხმარება - ე.ი. მას არა მარტო აზრის ლოგიკური დამოკიდებულება ესმის, არამედ ისიც, რომელია მთავარი და რომელი დამოკიდებული. მეტყველების დაუფლების ტემპი ინდივიდუალურია და ძირითადად დამოკიდებულია სოციალურ გარემოზე.

3-4 წლის ასაკში ბავშვები უკვე ეუფლებიან გრამატიკულ წესებს, სწრაფად ამდიდრებენ ლექსიკას (ხშირად 2-3 სიტყვით დღეში). ბავშვები უბრალოდ კი არ წარმოთქვამენ სიტყვებს და ფრაზებს. ისინი საუბრობენ უფროსებთან, ერთმანეთთან და საკუთარ თავთანაც კი. ამ უკანასკნელს „ეგოცენტრული მეტყველება“ ეწოდება. მისი სიხშირე 4-5 წლამდე მატულობს, 8 წლისათვის კი მცირდება. 6-12 წლებში თვალშისაცემია ზეპირი მეტყველების განვითარება, მაგრამ პირველ პლანზე მაინც წერა-კითხვის დაუფლება დგას. კითხვა არაა ასოების ცნობა და გახმოვანება, წერა კი - წვრილი მოტორიკის ჩვევების განვითარება. კითხვა არის დაწერილი ტექსტის აზრის აღქმა. გაგება, ხოლო წერა - აზრის წერილობითი ფორმით გამოხატვა/გადაცემა. ეს არის სიმბოლური კომუნიკაციის ფორმა, რომელიც ითხოვს ყურადღების, აღქმის, მეხსიერების განვითარებას. ამ უნარებისა და ჩვევების განვითარება მნიშვნელოვნად არის გაპირობებული სოციალური და კულტურული გარემოთი.

აზროვნების განვითარება ფუნდამენტურად შეისწავლა ჟან პიაჟემ. იგი თვლიდა, რომ ადამიანი არის აქტიური, დი-

ნამიური და შემოქმედებითი არსება. სამყაროსთან ურთიერთობის პროცესში იგი მოიპოვებს, გადაამუშავებს და ორგანიზებულ სახეს აძლევს ინფორმაციას მენტალური (გონებრივი) სტრუქტურების – სქემების – მეშვეობით. განვითარების პროცესში სქემების შემუშავება და განვითარება-სრულყოფაა შესაძლებელი. ამას უზრუნველყოფს ისეთი პროცესები, როგორიცაა ერთი მხრივ, ასიმილაცია (ახალი ობიექტების და პრობლემური სიტუაციების ჩართვა გამზადებულ სქემაში) და მეორე მხრივ, აკომოდაცია (არსებული სქემის შეცვლა ახალი სიტუაციის თუ ინფორმაციის ზეგავლენით). ინტელექტის განვითარება განიხილება, როგორც გარკვეული გონებრივი სტრუქტურების თანმიმდევრული ცვალებადობის პროცესი.

ეს პროცესი ოთხ სტადიას გაივლის. პირველი – სენსოროტორული ინტელექტის სტადია, რომელიც გრძელდება დაბადებიდან 1,5-2 წლამდე. ესაა პერცეპტული და პრაქტიკული მოქმედებების პლანში მიმდინარე რეაქციების ხანა. იგი ამზადებს ეტაპს, როდესაც აქტივობა საკუთრივ გონებრივი მოქმედებით, ანუ შინაგან პლანში იწარმოებს. ამ დროს ინტელექტი თავისი განვითარების მეორე სტადიაზე გადადის, რომელიც 7-8 წლამდე გრძელდება და ოპერაციამდელი სტადია ეწოდება. მართალია ამ სტადიაზე უკვე მოხდა გარეგანი მოქმედებებიდან შინაგან მოქმედებებზე გადასვლა (ე.წ. ინტერიორიზაცია ანუ გაშინაგნება), მაგრამ ეს მოქმედება ჯერ კიდევ არ წარმოადგენს ინტელექტუალურ ოპერაციას. ამისთვის მან შექცევადობის თვისება უნდა შეიძინოს. ოპერაცია ფაქტობრივად რაიმეს გონებრივი გარდაქმნაა, რადგან ამ დროს ობიექტი ან პროცესი ერთი მდგომარეობიდან მეორეში გადადის. ამიტომ ყველა გონებრივ ოპერაციას უნდა გააჩნდეს საწინააღმდეგო, სიმეტრიული ოპერაცია, რომელიც აღადგენს ამოსავალ მდგომარეობას (მაგ. შეკრე-

ბის ოპერაციის საპირისპიროა გამოკლება). ოპერაციამდელ სტადიაზე ეს ჯერ არ მომხდარა. ამის საჩვენებლად პიაჟემ მრავალი გონებამახვილური ექსპერიმენტი ჩაატარა. მაგალითად, თუ უფროსი სკოლამდელი ასაკის ბავშვს ვთხოვთ გადასხას სითხე დაბალი და ფართო ჭურჭლიდან მაღალ და ვიწრო ჭურჭელში, იგი გვეტყვის, რომ სითხის რაოდენობა გაიზარდა. ამ შემთხვევაში ბავშვს არ შეუძლია გონებაში შეაბრუნოს გადასხმის მოქმედება. იგი იმყოფება უშუალოდ დანახულის შთაბეჭდილების ქვეშ; ვინაიდან მაღალყელიან ჭურჭელში სითხის დონემ აიწია, მაშასადამე მისი რაოდენობა მეტია. სკოლამდელი ბავშვის აზროვნება, პიაჟეს თქმით, თვალსაჩინოა. 7 წლიდან მოყოლებული ბავშვები ამგვარ შეცდომებს აღარ უშვებენ, მათი გონებრივი მოქმედებები შექცევადი ხდებიან, რაც კონკრეტული ოპერაციების სტადიაზე გადასვლას მოასწავებს. ბავშვი ასრულებს გონებრივ ოპერაციებს (შედარება, შეფასება, კლასიფიკაცია, დათვლა, გაზომვა და სხვა), თუმცა, როგორც წესი, ეყრდნობა კონკრეტულ მასალას. კონკრეტულ მოვლენებთან მიმართებაში იგი იწყებს ისეთი კატეგორიებით ოპერირებას, როგორიცაა რაოდენობა, სიდიდე, რიცხვი, წონა, მოცულობა, ფართობი და ა.შ. 11 წლიდან ბავშვი გადადის ფორმალური ოპერაციების სტადიაზე. მას უკვე შეუძლია ფორმალურად განსაზღვროს ცნებები, რომლებსაც მანამდეც იყენებდა, მაგრამ გერ განსაზღვრავდა. ჩნდება გონებრივი მოქმედების აბსტრაქტულ პლანში წარმართვის უნარი, უნარი მსჯელობისა არა მხოლოდ რეალურსა და არსებულზე, არამედ ჰიპოთეტურსა და შესაძლებელზე. ასეთია პიაჟეს შეხედულება.

ხშირად ხდება ისე, რომ სრულიად ნორმალურ ბავშვებს, რომლებსაც არ აქვთ გონებრივ, სენსორულ და მოტორულ განვითარებაში შეფერხება, უჭირთ კითხვის, წერის ან არითმეტიკის სწავლა და განსაკუთრებულ დამოკიდებულებას

ითხოვენ. გამოყოფენ ასეთი ბავშვების ორ კატეგორიას: ბავშვების ერთ ნაწილს სიძნელეები აქვს კითხვის სწავლისას (დისლექსია) და ბევრი მათგანისთვის დამახასიათებელია ასეთივე სირთულეები წერაში (დისგრაფია); ზოგს კი თვლა და ანგარიში უჭირს (დისკალკულაცია). მეორე ჯგუფს მიეკუთვნება ბავშვები ყურადღების დეფიციტით, რომლებსაც არა აქვთ საგანზე ყურადღების დიდი ხნით შეჩერების უნარი. ბევრ მათგანს არ შეუძლია დიდხანს მშვიდად ჯდომა, მოუსვენარია – რასაც ჰიპერაქტიურობას უწოდებენ.

ჩვილობის ასაკში პირველივე დღეებიდან ხდება „მიჯაჭვულობის“ ფორმირება, რაშიც დიდ როლს ასრულებს სხეულებრივი კონტაქტები დედასთან. კვლევებმა აჩვენა, რომ უცხო გარემოში დედის მიმართ ბავშვების დაახლოებით 60% ავლენს მყარ, დანარჩენი კი – არამდგრად მიჯაჭვულობას. დედასთან მყარი მიჯაჭვულობა ხელს უწყობს სოციალურ ადაპტაციას. ბავშვები იწყებენ დედასთან უერთიერთობისას შეძენილი ჩვევების გამოყენებას სხვა ადამიანებთან ან ბავშვებთან (სათამაშოს ჩვენება, გადაცემა სხვისთვის), თავს გრძნობენ უფრო დაჯერებულად და მეორე წელიწადში უკვე ნაკლებ ეგოცენტრულები არიან.

ბავშვობის ასაკში მნიშვნელოვანია პოზიტიური მე-ს განცდა. 6 წლის ასაკისთვის ბავშვებმა უკვე იციან თავისი სქესი, ფიზიოლოგიური თავისებურებები, შეუძლიათ საკუთარი თავის სხვა ბავშვებთან შედარება. 8-10 წლისთვის მათი მე-ს ხატი სტაბილური ხდება და დაახლოებით 12 წლისთვის ბავშვების უმეტესობას უკვე აქვს ფორმირებული მე-კონცეფცია. ბავშვები პოზიტიური მე-კონცეფციით არიან მიმნდობები, დამოუკიდებლბელი, ოპტიმისტები.

ოჯახში არსებული აღზრდის სტილი გავლენას ახდენს ბავშვის მე-კონცეფციის ფორმირებაზე. ზოგი მკვლევარი გამოყოფს აღზრდის სტილის 4 ფორმას:

ავტორიტარული მშობელი ადგენს ქცევის წესებს და ითხოვს მის უპირობო შესრულებას. მაგალითად, შვილის კითხვაზე, „რატომ“? პასუხობს: „იმიტომ, რომ მე ასე ვთქვი“.

ავტორიტეტული მშობელიც ადგენს წესებს, მაგრამ, ამასთანავე, უხსნის ბავშვს მათ არსს და აუცილებლობას. ის მომთხოვნია, მაგრამ გულისხმიერიც – შეუძლია დაუშვას წესიდან გამონაკლისი.

ლიბერალური მშობელი თითქმის ყველაფრის უფლებას აძლევს ბავშვს არ არის მომთხოვნი და იშვიათად იყენებს დასჯას.

ინდიფერენტული მშობელი არავითარ შეზღუდვას არ აწესებს, გულგრილია საკუთარი შვილის მიმართ, რადგან უფრო საკუთარი პრობლემებითაა დაკავებული.

ასაკთან ერთად ფიზიკურ სამყაროზე წარმოდგენების ცვლილების მსგავსად იცვლება წარმოდგენები სოციალური სამყაროს შესახებაც. სოციალური შემეცნება 6-12 წლის ასაკში დაკავშირებულია მეგობრობის გაგებასთან და მორალური მსჯელობის უნარის განვითარებასთან.

ზოგი მკვლევარის აზრით, მეგობრობის განვითარებაში შეიძლება გამოიყოს ოთხი სტადია: 6 წლამდე მეგობრობა ემყარება ფიზიკურ ან გეოგრაფიულ ფაქტორებს. მეგობარი მათთვის, არის პარტნიორი თამაშში, რომელიც ახლოს ცხოვრობს ან კარგი სათამაშოები აქვს. ბავშვები ეგოცენტრულები არიან და არ შეუძლიათ სხვისი პოზიციის გაგება, ამიტომ მეგობრის გრძნობებს დიდ ყურადღებას არ აქცევენ. 7-დან 9 წლამდე მეგობრობაში მთავარი ხდება ქცევა და მისი შეფასება მეგობრის მიერ. ხდება ურთიერთდამოკიდებულებისა და სხვა ადამიანის გრძნობების გაცნობიერება. 9-დან 12 წლამდე მეგობრობა ემყარება ნამდვილად თანასწორ დამოკიდებულებას: მეგობრები არიან ის ადამიანები, რომ-

ლებიც ერთმანეთს ეხმარებიან. ხდება ერთმანეთის ქცევების შეფასება. ჩნდება წარმოდგენები მოვალეობებზე. 11-12 წლიდან მეგობრობა უკვე გაგებულია, როგორც მყარი, ხანგრძლივი ურთიერთობა, რომელსაც საფუძვლად უდევს მოვალეობები და ურთიერთნდობა.

აღმოჩნდა, რომ **მორალური მსჯელობის განვითარებასაც** სტადიური ხასიათი აქვს. პიაჟემ გამოყო ორი სტადია. ზნეობრივი რეალიზმის სტადიაზე ბავშვები თვლიან, რომ მორალური ნორმები არის რეალურად არსებული პირობები. ქცევის ზნეობრიობაზე კი მსჯელობენ მისი შედეგების და არა განზრახვის მიხედვით. 7 წლიდან ბავშვები გადადიან ზნეობრივი რელატივიზმის სტადიაზე: თვლიან, რომ ქცევის ნორმებს ადამიანები აწესებენ და შეიძლება შეიცვალოს ურთიერთშეთანხმების საფუძველზე. ისინი აცნობიერებენ, რომ ქცევის ზნეობრიობა დამოკიდებულია ადამიანის განზრახვაზე და არა მის შედეგებზე.

კოლბერგმა მორალური მსჯელობის 3 დონე განსაზღვრა: პრეკონვენციალური, კონვენციალური, პოსტკონვენციალური. გილიგანის თანახმად, არსებობს 2 სხვადასხვა ტიპის მორალური მსჯელობა. ერთი ემყარება აბსტრაქტული სამართლიანობის ცნებას, მეორე – ადამიანურ ურთიერთობებს და მოყვასზე ზრუნვას. პირველი დამახასიათებელია მამაკაცების აზროვნებისათვის, მეორე კი – ქალებისათვის. თუმცა, ეს სხვაობა არაა აბსოლუტური და არ შეინიშნება 10 წლამდე ასაკის ბავშვებთან.

მოზარდობის ასაკი არის ფიზიკური განვითარებისა და სქესობრივი მომწოფების პერიოდი. მოზადის ორგანიზმში ცვლილებებს ჰიპოთალამუსისა და ენდოკრინული ჯირკვლების ზემოქმედება იწვევს. ყველაზე შესამჩნევი სხეულებრივი ცვლილებაა სიმაღლეში ზრდის ტემპის მკვეთრი მატება, სწრაფი განვითარება რეპროდუქციული ორგანო-

ბის და მეორადი სქესობრივი ნიშნებისა (თმა სხეულზე, კუნთური მასის მატება და სხვა). მატულობს წონა და იცვლება სხეულის პროპორციები – ჯერ ვითარდება ხელის მტევნები და ტერფები, შემდეგ ფეხები და ხელები. ამას მოსდევს მხრების სრულად განვითარება. მატულობს კუნთური ძალა და გამძლეობა, რის გამოც მოზარდის მოძრაობები ხშირად არის მოუქნელი, მოუხეშავი. ეს იწვევს უხერხულობის განცდას. მათ უძლიერდებათ ინტერესი სხეულის აღნაგობის, წონის, საკუთარი მიმზიდველობის მიმართ. განსაკუთრებით ისეთი კომპონენტებისადმი, როგორიცაა სახე და კანის ფერი, კბილები. გოგონები დიდ ყურადღებას აქცევენ თვალებს, ფეხების სისქეს, წელს და მკერდს. ბიჭები კი სიმაღლეს, მხრების სიგანეს და კისერს.

მნიშვნელოვანია მოზარდების ფიზიკური მომწიფების გადღები. ადრე მომწიფების შემთხვევაში ბიჭები გარკვეულ შეფოთვას გრძნობენ, ხშირად მათგან ითხოვენ მოზრდილისთვის დამახასიათებელ ქცევას და გაზრდილი მოლოდინების გამო ზეწოლას განიცდიან. თუმცა მთლიანობაში ეს ვითარება მათთვის მაინც უპირატესობაა, რადგან ხელს უწყობს სოციალურ ურთიერთობებს. გვიან მომწიფებული მოზარდები კი ხშირად იტანჯებიან არასრულფასოვნების გრძნობით, რომელიც მოზრდილობის ხანაშიც შეიძლება შენარჩუნდეს.

ადრე მომწიფებული გოგონები თავიდან გარკვეულ უხერხულობას გრძნობენ, თუმცა შემდგომ ეს ცვლილება ხელს უწყობს მაღალი თვითშეფასების ფორმირებას, ზოგადად კი ოჯახში ადაპტაციას, ჰარმონიული პირადი ურთიერთობების განვითარებას. გვიან მომწიფებული გოგონები აშკარად უარეს სოციალურ მდგომარეობაში არიან. განვითარების პროცესში ეს სირთულეები, როგორც წესი, ქრება.

კოგნიტური განვითარების თვალსაზრისითაც მნიშვნელოვანი ცვლილებები ხდება. აზროვნების დროს მოზარდებს

შეუძლიათ ლოგიკური მსჯელობა და აბსტრაქტული ცნებებით ოპერირება კონკრეტული ობიექტებისაგან დამოუკიდებლად. ვითარდება აბსტრაქტული და ლოგიკური აზროვნების უნარი (შეუძლიათ ყველა მნიშვნელოვანი ფაქტისა და არის გათვალისწინება და სწორი დასკვნების გაკეთება, ჰიპოთეზების ფორმულირება და ცვლადების გათვალისწინება).

ფორმალურ აზროვნებას დაუფლებული ინდივიდები ორიენტირებული არიან მომავალზე, ხშირად ოცნებობენ. ოცნების შინაარსი არის პოზიტიური და კონსტრუქტული, მასში ნაკლებადაა დანაშაულის გრძნობა და მარცხის შიში.

მოზარდები უკეთ ახერხებენ ინფორმაციის დამუშავებას და სწორი გადაწყვეტილების მიღებას. კოგნიტურ განვითარებაზე შეიძლება გავლენა მოახდინოს გარემო ფაქტორებმაც (ურბანიზაციის, წიგნიერების, განათლების დონე). მოზარდის მიერ გადაწყვეტილების მიღებისას მნიშვნელოვანია რამდენად დამოუკიდებელია იგი. დაბალი თვითშეფასება, ზეწოლა თანატოლების მხრიდან, მკაცრად განსაზღვრული პირობები ოჯახში შეიძლება ქმნიდეს წინააღმდეგობებს გადაწყვეტილების მიღებისას.

მოზარდის თვითშეფასების დონე გავლენას ახდენს, აგრეთვე, ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე, ინტერპერსონალურ ურთიერთობებზე, სოციალურ ადაპტაციაზე, სასწავლო აქტივობის წარმატებაზე, პროფესიულ მისწრაფებებზე და ხშირად, კანონსაწინააღმდეგო ქცევის სიხშირეზე. კვლევებმა აჩვენა, რომ მოზარდობის ხანის დასაწყისში თვითშეფასება უფრო მაღალია, შემდგომ კი შედარებით დაბლა იწევს. გოგონების თვითშეფასება უფრო მაღალია იმავე ასაკის ბიჭებთან შედარებით. ამასთან, გოგონების თვითშეფასებაზე ყველაზე დიდ გავლენას მეგობრები ახდენენ, ბიჭებისაზე კი — მამები.

პოზიტიური თვითშეფასების ფორმირებისთვის უაღრესად მნიშვნელოვანია, თუ როგორია მოზარდის დამოკიდებულება მშობლებთან – ბედნიერი თუ უბედური, მეგობრული თუ კონფლიქტური. ნაკლებად მნიშვნელოვანია, სრულია თუ ნაწილობრივ, ახლად შექმნილი თუ განქორწინებული. ჩვეულებრივ, დაბალი სოცოეკონომიური სტატუსის ოჯახებში მოზარდების თვითშეფასება უფრო დაბალია, თუმცა ბევრი რამ არის დამოკიდებული მშობლების თვითშეფასებაზე. მოზარდის თვითშეფასებაზე გავლენას ახდენს მის წინაშე მდგარი პრობლემების რაოდენობა და ხასიათი. ერთი გამოკვლევის თანახმად, სწავლა პრობლემური სფეროა ყველა მოზარდისთვის, მაგრამ გოგონებს ასევე აწუხებთ ჯანმრთელობისა და მშობლებთან ურთიერთობის პრობლემები, ბიჭებს – სოციალური და ფსიქოლოგიური ურთიერთობები.

ოჯახის შეჭიდულობა ყველაზე მაღალია როცა ბავშვები ჯერ კიდევ პატარები არიან. შემდგომ იზრდება დისტანცია მოზარდისა და მშობლების ურთიერთობებში (ყმაწვილებთან უფრო სწრაფად, ვიდრე გოგონებთან). უფრო ადრე ჩნდება სწრაფვა ქცევითი ავტონომიისკენ, ვიდრე ემოციონალური ავტონომიისკენ. საერთოდ, მშობლებსა და მოზარდებს შორის საკმაოდ ჭარმონიული ურთიერთობა ყალიბდება. თუ კონფლიქტი მაინც გაჩნდა, მის ხასიათსა და მიმდინარეობაზე შეიძლება გავლენა მოახდინოს სხვადასხვა ფაქტორმა (მოზარდის ასაკი და სქესი, ატმოსფერო ოჯახში, გარემო პირობები, მშობლების რეაქცია ოჯახის წევრთა რაოდენობა).

დედამამიშვილებსაც მნიშვნელოვანი როლი აქვთ მოზარდის განვითარებაში. უფროსი და-ძმა უმცროსებისთვის შეიძლება გახდეს მოდელი ქცევის, სუროგატული მშობელი ან ამხანაგიც კი. მათ შეუძლიათ დააკმაყოფილონ ერთმანეთის მოთხოვნილება თბილი, ნდობით გამსჭვალული და ღრმა

ადამიანური ურთიერთობებისა. თუმცა არის კონფლიქტური, ეჭვიანი და შურიანი ურთიერთობის შემთხვევებიც. მოზარდზე პოზიტიური გავლენის მოხდენა შეუძლიათ ასევე ბებებიცა და ბაბუებს.

მოზარდობის ხანაში მკვეთრად მატულობს **ახლო მეგობრების ყოლის მოთხოვნილება**. ცდილობენ რა მშობლების გადაჭარბებული ზრუნვისაგან განთავისუფლებას, მოზარდები მიისწრაფიან მათკენ, ვისთანაც საერთო ინტერესები აქვთ და ვისაც შეუძლია დაეხმაროს მათ საკუთარი თავის შეცნობასა და მარტოობის განცდისაგან განთავისუფლებაში. მარტოობის განცდას იწვევს სიძნელეები ურთიერთობების დამყარებისას დაბალი თვითშეფასების, შფოთვის ან დათრგუნულობის, ადამიანებისადმი უნდობლობის ან ზოგ შემთხვევაში საკუთარი შესაძლებლობებისადმი სკეპტიკურობის გამო.

მოზარდობის ხანის დასაწყისში ბავშვს ბევრი ამხანაგი სჭირდება, შემდგომ ერთი-ორი, ოღონდ ნამდვილი მეგობარიც საკმარისია. ამასთან, გოგონებში უფრო ახლო ემოციური კონტაქტებია, ვიდრე ბიჭებს შორის. საშუალო ასაკის მოზარდებისთვის დამახასიათებელია სწრაფვა თანატოლთა რომელიმე ჯგუფის წევრად გახდომისკენ. მოზარდთა ერთობა შეიძლება იყოს ფორმალური (ძირითადად სასკოლო) და არაფორმალური (სკოლის მიღმა არსებული). მაღალი სოციალ-ეკონომიური სტატუსის მოზარდები უფრო აქტიურად მონაწილეობენ ფორმალურ საზოგადოებებში. ჯგუფის წევრების მხრიდან აღიარებისთვის ისინი ცდილობენ მიაღწიონ წარმატებას სხვადასხვა სასკოლო ან სპორტულ ღონისძიებებში, დაემსგავსონ ჯგუფის წევრებს გარეგნობის, ჩაცმის, ურთიერთობის სტილის მიხედვით. ზოგი აღიარებას აღწევს დევიანტური ქცევის დახმარებით, რომელიც შეიძლება მიღებული იყოს ამა თუ იმ ჯგუფისთვის.

მეგობრული ურთიერთობების მოთხოვნილება შეიძლება გახდეს საფუძველი ახლო ურთიერთობების განვითარებისა – ჩნდება სიყვარული რეალური ან ზოგჯერ წარმოსახული ადამიანის მიმართ. პაემანზე სიარულს საშუალოდ 16 წლის ასაკისათვის იწყებენ გოგონებიც და ბიჭებიც. ასეთი ურთიერთობები ხშირად ადრეული ქორწინებით სრულდება. მიზეზი ადრეული ქორწინების შეიძლება იყოს: სექსუალური მოთხოვნილება, ორსულობა, სოციალური გარემოს ზეწოლა, არარეალისტურად პოზიტიური შეხედულებები ცოლქმრულ ურთიერთობებზე, ამ გზით პირადი ან სოციალური პრობლემების გადაწყვეტის მცდელობა, ეკონომიური კეთილდღეობა.

ასეთი ქორწინების ერთ-ერთი სერიოზული პრობლემაა ადრეულ ასაკში მშობლად ქცევა, რისთვისაც ხშირად ახალგაზრდა წყვილი მომწიფებული არ არის. შეიძლება იყოს ფინანსური სიძნელეები, სექსუალურ ურთიერთობათა სიხშირესა და ხარისხთან დაკავშირებული უთანხმოება, სოციალურ ურთიერთობებში არათანაბარი ჩართულობა, უთანხმოებები მშობლებთან, გაზრდილი ფიზიკური დატვირთვა, პასუხისმგებლობის მატება და სხვა. ადრე ქორწინება ხშირად ხელს უშლის ახალგაზრდას განათლების მიღებაში და შემდგომ წარმატებულ პროფესიულ საქმიანობაში კვალიფიკაციის არ ქონის გამო.

პროფესიის არჩევა და შრომითი საქმიანობისთვის მზადება არის მოზარდობის ხანის ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი ამოცანა. გააზრებული და რეალისტური არჩევანი შესაძლებლობას მისცემს მოზარდს გამოავლინოს თავისი შესაძლებლობები. შემთხვევითმა და დაუფიქრებელმა არჩევანმა შეიძლება გააჩინოს იმედგაცრუების, დაუკმაყოფილებლობის განცდა. არჩევანის გაკეთება საკმაოდ რთულია. ეს პროცესი შეიძლება დაიყოს სამ სტადიად: ფანტაზიის სტადია

(11 წლამდე); ჰიპოთეტური სტადია (11-17 წწ) და რეალისტური სტადია (17 წლიდან). თუმცა კარიერის არჩევანი ყოველთვის არ სრულდება პირველი პროფესიის შერჩევით. მრავალი ფაქტორი მოქმედებს მოზარდის არჩევანზე: მშობლების, თანატოლების და მასწავლებლების აზრი, გენდერული და კულტურული ფაქტორები. ასევე მნიშვნელოვანია ინტელექტი, ინდივიდუალური უნარები, ინტერესები, სამუშაო ადგილების არსებობა, მატერიალური ანაზღაურება, მორალური კმაყოფილება, საზოგადოებრივ-ეკონომიური სტატუსი, პრესტიჟულობა, ეროვნული ტრადიციები და სხვა.

§ 2. მოზრდილობა

ადამიანის ფიზიკური და მოტორული შესაძლებლობები მაქსიმუმს 25-30 წლის ასაკში აღწევს. შემდეგ კი ნელა და თანდათან ქვეითდება მაგრამ 50 წლის ასაკამდე ეს პროცესი არაა მკვეთრი. 40 წლამდე ფიზიკური შესაძლებლობები ძალიან მაღალ დონეზეა. მართალია სიმპტომები ჯერ არაა შესამჩნევი, მაგრამ განვითარებას იწყებს შინაგანი ორგანოების, ძვალ-კუნთოვანი სისტემის, სტრესთან დაკავშირებული და გენეტიკური დაავადებები.

ვითარება იცვლება შუახნის პერიოდში 40-დან 60-65 წლამდე. ზოგისთვის 40 წლის შემდეგ დგება როგორც ბიოლოგიური, ისე ფსიქოლოგიური კრიზისების ხანა. ჭაღარა, წონის მომატება, მენოპაუზა ან ისეთი მოვლენები, როგორიცაა განქორწინება ან სამუშაოს დაკარგვა, შეიძლება გახდეს ბიოგენული კრიზისის მიზეზი.

ადამიანთა უმრავლესობისთვის მოზრდილობის შუა ხანი შეიძლება იყოს ცხოვრების, პროფესიული კარიერის ან შემოქმედებითი უნარების აღმავლობის პერიოდი. მაგრამ სულ

უფრო ხშირად ჩნდება კითხვები როგორ შეინარჩუნონ ახლო ურთიერთობები ნათესავებთან და მეგობრებთან, მომავალი თაობისთვის გამოცდილებისა და ცოდნის გადაცემის აუცილებლობის შესახებ, ზოგჯერ ჩნდება შიშიც დაკარგული შესაძლებლობათან დაკავშირებით. მოზრდილობის შუა ხანი არის პერიოდი, როდესაც ადამიანები კრიტიკულად აფასებენ თავის ცხოვრებას. ერთნი კმაყოფილი არიან თავისი თავით და თვლიან, რომ შესძლეს თავისი შესაძლებლობების რეალიზება. სხვებისთვის კი განვლილი წლების ანალიზი შესაძლოა მტკივნეული პროცესი იყოს

შუახნის ასაკში უმნიშვნელოდ ქვეითდება მხედველობა, სმენა, გემოს, სუნისა და ტკივილის შეგრძნებები. მატულობს რეაქციის დრო და დაღლის სისწრაფე. 48-51 წლის ქალებისათვის ყველაზე რთული მორფო-ფიზიოლოგიური ცვლილებაა მენოპაუზა – ანუ მენსტრუაციის შეწყვეტა. ზოგ შემთხვევებში ფიზიოლოგიურ ცვლილებებს (ოფლიანობა, თავის ტკივილი და სხვა) დაერთვის ცვლილებები ემოციონალურ სფეროშიც. ქალი შეიძლება დათრგუნულად გრძნობდეს თავს რეპროდუქციული ფუნქციის შეწყვეტის გამო. უშვილო ქალებთან შეიძლება გაჩნდეს განცდა სინანულის, დანაკარგის ან განვითარდეს დეპრესია. თუმცა ქალების უმრავლესობა ასეთი პრობლემები არა აქვს.

შუახნის მამაკაცებთანაც ხდება ფიზიოლოგიური ცვლილებები, როგორიცაა იმპოტენცია, ხშირი შარდვა, კუჭის წყლულოვანი დაავადებები. რიგ შემთხვევებში ამას თან სდევს ცვლილებები ემოციონალურ სფეროში. მაგალითად, დაურწმუნებლობისა და დათრგუნულობის განცდა, დაღლა, გაღიზიანებადობა.

გრძელდება თუ არა კოგნიტური განვითარება მოზრდილობის ხანაში? XX ს-ის 40-იან წლებამდე ჩატარებული კვლევების მიხედვით 15-25 წლის ახალგაზრდები ინტელექ-

ტულურ ტესტებში უკეთეს შედეგებს აჩვენებდნენ, ვიდრე უფრო დიდი ასაკის ადამიანები. შემდგომში, ერთი და იგივე ადამიანის ხანგრძლივი შესწავლის, ანუ ლონგიტუდური მეთოდოლოგიით შესრულებულმა კვლევებმა აჩვენა, რომ 50 წლის ადამიანები, არც თუ იშვიათად, უფრო მაღალ შედეგებს აღწევენ, ვიდრე 20 წლის ასაკში. მაშ, რა ხდება – ცვლილებები ეხება ინტელექტს თუ ადამიანის კომპეტენციას?

ზოგი მეცნიერის აზრით, საუბარი შეიძლება არა იმდენად ინტელექტის განვითარებაზე, რამდენადაც იმაზე, მოქნილად იყენებს თუ არა ამ ასაკის ადამიანი უკვე განვითარებულ კოგნიტურ უნარებს. ბავშვობის, მოზარდობისა და ჭაბუკობის ხანაში ადამიანი თანდათან იძენს სამყაროს შემეცნების სულ უფრო რთულ სტრუქტურებს, რაც ფორმალური ოპერაციების დაუფლებით სრულდება, ამას შეიძენის პერიოდი ეწოდება. მას მოსდევს მიღწევების პერიოდი, როდესაც ხდება აზროვნების, პრობლემების გადაწყვეტისა და გადაწყვეტილების მიღების უნარის ცხოვრებაში გამოყენება პროფესიული კარიერისა და ცხოვრების სტილის არჩევისას – მოზრდილი ადამიანი იღებს გადაწყვეტილებებს, რომლებიც ეხება მის პირად ცხოვრებას და არა აბსტრაქტულ პრობლემებს. შემდგომი ეტაპია სოციალური მოვალეობების პერიოდი. შუახნის ადამიანი კოგნიტურ უნარებს იყენებს უკვე სხვა ადამიანების პრობლემების გადასაწყვეტად – ოჯახში, სამსახურში, საზოგადოებაში. ბოლოს, ხანდაზმულობაში გადასაწყვეტი პრობლემების ხასიათი იცვლება – ხდება მთელი განვლილი ცხოვრების გააზრება და შეფასება. როგორც ჩანს, კოგნიტური განვითარების არსი მოზრდილობაში არის ინტელექტის მოქნილად გამოყენება ცხოვრების სხვადასხვა პერიოდში, რაც უაღრესად მნიშვნელოვანია.

მიმართებების დამყარების, პრობლემის ანალიზის, ამოცანის გადაწყვეტის სტრატეგიათა დაუფლების უნარი ხშირად იზრდება მთელი ცხოვრების მანძილზე. ამ უნარს კრისტალიზებულ ინტელექტს უწოდებენ – რომელიც დიდი ხნის მანძილზე დაგროვილ ცოდნასა და გამოცდილებას ეყრდნობა. შესაძლოა ამით აიხსნება, რომ დიდი ცოდნისა და გამოცდილების მქონე ადამიანები 40, 50 და ზოგჯერ 70 წლის ასაკშიც კი, უფრო პროდუქტიულები არიან, ვიდრე ახალგაზრდობაში.

მოზრდილი ადამიანის განვითარება სამი დამოუკიდებელი სისტემის ერთიანობაში ხდება. ესაა პიროვნება, ოჯახი, სამსახური.

ოჯახური ცხოვრება რამდენიმე პერიოდს მოიცავს მშობლების სახლის დატოვება ქორწინების შემდეგ (ან მანამდე) არის პირველი ეტაპი. მეორე მნიშვნელოვანი მოვლენაა ქორწინება, სხვა პიროვნებასთან და ახალ ნათესავებთან ურთიერთობის ფორმირება. მესამე ტიპური მოვლენაა პირველი ბავშვის დაბადება. ოჯახურ ციკლში შეიძლება იყოს სხვა მნიშვნელოვანი მოვლენებიც: პირველი ბავშვის სკოლაში წასვლა, ბოლო ბავშვის დაბადება და მისი წასვლა ოჯახიდან, მეუღლის სიკვდილი. იმ ოჯახებში, სადაც რამდენიმე თაობის წარმომადგენელია, შეიძლება რამოდენიმე ასეთი ციკლის ურთიერთქმედება.

უაღრესად მნიშვნელოვანია პირველი ბავშვის დაბადება, როდესაც მეუღლეები ხდებიან მშობლები. მშობლად ქცევა სერიოზულ ცვლილებებს იწვევს მათ პირად ცხოვრებაში. კვლევების თანახმად, გარკვეული კორექტივების გაკეთება ორივე მშობელს ჯერ კიდევ ბავშვის მუცლად ყოფნის დროს უწევთ. ბავშვის გაჩენის შემდეგ ორივე განიცდის სიამაყისა და გაზრდილი პასუხისმგებლობის გრძნობას. მათ უწევთ იმ დროის შემცირება, რომელსაც ერთმანეთს ან სხვა პირად ინ-

ტერესებს უთმობდნენ. საერთო საზრუნავის მიუხედავად, დედები და მამები განსხვავებულად რეაგირებენ პირველი ბავშვის გაჩენაზე. ქალები, როგორც წესი, პრიორიტეტს ანიჭებენ ოჯახურ და მშობლის როლებს. კაცები კი, ხშირად, უფრო მეტს მუშაობენ, რომ უკეთ უზრუნველყონ ოჯახი. ზოგჯერ წყვილებს უჩნდებათ კომუნიკაციური და სექსუალური ხასიათის პრობლემები, ხშირია კონფლიქტები. მიუხედავად ამისა, პირველი ბავშვის გაჩენა არის არა კრიზისი, არამედ ოჯახის განვითარების ახალ საფეხურზე გადასვლა. მშობლის როლთან შეგუებისას დედისთვის გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს სოციალურ მხარდაჭერას, განსაკუთრებით ქმრის მხრიდან. ასევე მნიშვნელოვანია ინდივიდის თვითშეფასება, ბავშვის თავისებურებები, მშობელთა ასაკი და სხვა.

ამ სირთულეებთან გამკლავება განსაკუთრებით მარტოხელა მშობლებისთვის არის რთული. ისინი განიცდიან მარტოობას, ხშირად არიან დათრგუნული, უჭირთ მეგობრების წრის შენარჩუნება და ემოციური მხარდაჭერის მიღება.

შუახნის ადამიანის დამოკიდებულება შვილებთან კარგავს იერარქიულობას და ხდება თანასწორი. ეს გარდაქმნა უცბად და უმტკივნეულოდ არ ხდება. მშობელსა და შვილს შორის ავტორიტარული ურთიერთობის არსებობისას თანასწორობის ჩამოყალიბებას შესაძლოა წლები დასჭირდეს.

მნიშვნელოვანია შუახნის ადამიანთა დამოკიდებულება მშობლებისადმი. სანამ მშობლები ჯანმრთელად არიან და შეუძლიათ დამოუკიდებლად ცხოვრება, ურთიერთობა არის თანასწორი. მაგრამ ჯანმრთელობის გაუარესებისას ურთიერთობის ხასიათი, ჩვეულებრივ იცვლება, რაც აისახება ურთიერთობის რეგულარობაზე, ფინანსურ და სოციალურ დახმარებაზე და ა.შ. მნიშვნელოვანია, რომ ბებიები და ბაბუები, ხშირად, იღებენ პასუხისმგებლობას ბავშვებზე ზრუნ-

ვისა, როცა მშობლები მუშაობენ.

სამწუხაროდ იმატა განქორწინების რაოდენობამ. შუახნის ასაკში ამ მოვლენის გადატანა განსაკუთრებით ძნელია: ხდება ცხოვრების ჩვეული რიტმის რღვევა, საცხოვრებელი ან სამუშაო ადგილის ცვლა. ადამიანი ხდება დამოუკიდებელი, ზოგჯერ სულ მარტოც რჩება. უმეტესობა განქორწინებას აღიქვამს როგორც მარცხს, ხშირად ჩნდება დამცირებისა და უსუსურობის განცდა. საბოლოო გადაწყვეტილების მიღება მუდამ სტრესია, რომელსაც შეიძლება მოჰყვეს სევდი-სა და დანაშაულის განცდა. ცხოვრების ახალ სტილზე გადასვლას ზოგი ადვილად ახერხებს, ზოგი – ძნელად. უმეტესობა 2-3 წელში თავს ართმევს პრობლემებს. განქორწინებული შუახნის მამაკაცები 3-ჯერ უფრო ხშირად ქორწინდებიან ხელმეორედ, ვიდრე იმავე ასაკის განქორწინებული ქალები. კრიზისული პერიოდის გადატანას ხელს უწყობს აქტიური ცხოვრება და მაღალი სოციალურ-ეკონომიური სტატუსი.

არანაკლებ მნიშვნელოვანია ადამიანის განვითარებისთვის მისი პროფესიული საქმიანობა, რომელიც იწყება პროფესიის არჩევით ამ სფეროში საქმიანობით და სრულდება პენსიაზე გასვლით. შეიძლება გამოიყოს პროფესიული განვითარების ხუთი ეტაპი: 1. ზრდის ეტაპი (დაბადებიდან 14 წლამდე). ამ პერიოდში ბავშვები მოსინჯავენ თავის შესაძლებლობებს, როლებით თამაშის დროს, სხვადასხვა მეცადინეობებზე თუ კლასგარეშე აქტივობაში ისინი აცნობიერებენ რა მოსწონთ, რა გამოსდით კარგად, ჩნდება ინტერესები, რომლებმაც შესაძლოა გავლენა მოახდინონ პროფესიული კარიერის არჩევანზე. 2. ძიების ეტაპი (15-24წწ). ახალგაზრდები ცდილობენ განსაზღვრონ თავისი ინტერესები, უნარები, შესაძლებლობები, შეარჩიონ პროფესია და დაეუფლონ მას. 3. კარიერის განმტკიცების ეტაპი (25-44წწ), როდესაც ინდივიდები ცდილობენ მყარი მდგომარეობის დაკავებას

არჩეულ პროფესიულ სფეროში. 4. მიღწეულის შენარჩუნების ეტაპი (45-64წწ). 5. დაცემის ეტაპი (65 წლის შემდეგ). ფიზიკური და კოგნიტური უნარები სუსტდება, რაც იწვევს შრომითი საქმიანობის ხასიათის შეცვლას და საბოლოოდ მის შეწყვეტას.

დღეს სწრაფად ცვალებად, მაღალტექნოლოგიურ საზოგადოებაში ყველა არ გადის ერთი და იგივე თანმიმდევრობით ამ ეტაპებს, თანაც ყველა პროფესიასთან დაკავშირებით. ახალგაზრდები ხშირად იცვლიან სამუშაოს, სანამ საბოლოო არჩევანს გააკეთებენ. მოზრდილობის ასაკშიც ბევრი იცვლის სამუშაო ადგილს, რომ ჰქონდეს უკეთესი ანაზაურება, თანამდებობა, სამუშაო პირობები. ზოგი კი იძულებულია შეიცვალოს სამუშაო შრომით ბაზარზე არასტაბილური სიტუაციის თუ ცუდი ეკონომიური მდგომარეობის გამო. პროფესიის არჩევაზე გავლენას ახდენს: სოციალ-ეკონომიური მდგომარეობა, ეთნიკური მიკუთვნებულობა, ინტელექტი, სპეციალური უნარები, სქესი, მშობლების პროფესია.

ადამიანებს, რომლებიც სამუშაოდან დაითხოვეს ან აიძულებს პენსიაზე გასვლა, ხშირად აქვთ ემოციონალური პრობლემები. შუახნის ასაკში სამუშაოს დაკარგვა, შესაძლოა, უფრო მძიმე იყოს, ვიდრე შედარებით ახალგაზრდებისთვის, რადგან ადამიანი: ა) კარგავს სიმყარისა და სტაბილურობის განცდას; ბ) რაც მეტია ასაკი, მით ნაკლებია სხვა სამუშაოზე ან გადასამზადებელ კურსებზე მიღების ალბათობა; გ) თუ მოხერხდა ახალი სამუშაოს მოძებნა, ის ჩვეულებრივ, ნაკლებ პრესტიჟული და ნაკლებ ანაზაურებადია.

§ 3. ხანდაზმულობა

ხანდაზმულობა მოიცავს პერიოდს 65 წლიდან სიცოცხლის ბოლომდე. XX საუკუნეში ამ ასაკის ადამიანთა რიცხვმა მნიშვნელოვნად იმატა. ვარაუდობენ, რომ 2050 წელს დედამიწის მოსახლეობის ყოველი მეხუთე წარმომადგენელი ამ ასაკობრივი ჯგუფიდან იქნება.

დაბერება გარდაუვალი პროცესია. ფიზიკური შესაძლებლობების კლება მოზრდილობაში იწყება, მაგრამ 60-65 წლამდე თითქმის შეუმჩნეველია. შემდეგ ჩნდება ჭაღარა, კანი კარგავს ელასტიურობას, ხდება მშრალი და ნაოჭიანი. მცირდება სხეულის კუნთური მასა, ძალა და გამძლეობა. იცვლება ძვლოვანი სისტემის სტრუქტურა და შემადგენლობა, ის ხდება მყიფე, რაც ხშირად ტრავმებისა და მოტეხილობების მიზეზია.

ამ ასაკში ძალიან გავრცელებულია სმენის დაქვეითება, განსაკუთრებით მამაკაცებში. მოხუცები კარგავენ მხედველობის სიმახვილეს, უჭირთ ობიექტზე მზერის ფოკუსირება. შესამჩნევად უარესდება ყნოსვა, გემოს შეგრძნება კი თითქმის არ იცვლება. სუსტდება იმუნური სისტემა და სტრესთან გამკლავების უნარი.

დაბერების პროცესში ხდება იმ ნეირონების დაშლა თავის ტვინში, რომლებიც აცეტილქოლინს გამოიმუშავებენ. ეს კი გონებასუსტობას (დემენცია) და ალცჰეიმერის დაავადებას იწვევს – ზიანდება ჯერ მეხსიერება, შემდეგ კი აზროვნება და მეტყველება. დაავადებიდან 5 წლის შემდეგ ადამიანი ყველა ორიენტირს კარგავს.

არსებობს შეხედულება, რომ ხანდაზმული ადამიანები გონებრივი შესაძლებლობებით ჩამორჩებიან ახალგაზრდებს. ეს სიმართლეა თუ სტერეოტიპი? ექსპერიმენტებმა აჩვენა, რომ ხანდაზმულებთან დახსოვების ეფექტურობა გა-

დასაწყვეტი დავალების ხასიათზეა დამოკიდებული. როცა საჭიროა მასალის ცნობა, გაუარესება დახსომებისა არაა მნიშვნელოვანი. ვითარება უარესდება თუ გახსენება დახმარების გარეშე ხდება. სამაგიეროდ, მდიდარი ცხოვრებისეული გამოცდილება ეხმარება ხანშიშესულ ადამიანებს აზრიანი მასალის უკეთ დახსოვნებაში, განსაკუთრებით თუ ის მათთვის ნაცნობ სფეროს მიეკუთვნება.

ხდება თუ არა ინტელექტის თანდათან დაქვეითება ხანდაზმულობაში? ამის შესახებ არაერთმნიშვნელოვანი მონაცემები არსებობს. ხანდაზმულებთან ინფორმაციის გადამუშავების ნეირონული მექანიზმები შედარებით ნელა ფუნქციონირებს, მაგრამ ეს ჯერ კიდევ არ ნიშნავს ინტელექტის დაქვეითებას. ტესტებს, სადაც ფასდება ლექსიკური მარაგი, ცოდნა, ინფორმაციის განზოგადების უნარი, ამ ასაკის ადამიანები საკმაოდ კარგად ართმევენ თავს. რიგ შემთხვევებში სხვაობა ახალგაზრდებსა და მოხუცებს შორის განპირობებულია არა ფიზიკური და კოგნიტური ცვლილებებით, არამედ ოჯახთან და სამსახურთან დაკავშირებული გარემოებებით.

ხანშიშესული ადამიანებისთვის, ხშირად, უდიდესი სიამოვნებაა შვილიშვილებთან ურთიერთობა. მათთან ხშირი და მოსიყვარულე კონტაქტები ქმნის მეგობრულ დამოკიდებულებას. იგივე შეიძლება ითქვას დიდი ბებიებისა და ბაბუების შესახებაც – შვილთაშვილები მათ ცხოვრებას მრავალფეროვნებას ანიჭებენ, სიამაყისა და განახლების განცდას უჩენენ.

ხანდაზმულ ასაკში, სამწუხაროდ, იშვიათი არაა ნათესავის, მეგობრის ან მეუღლის სიკვდილი. მწუხარების განცდა განსაკუთრებით მწვავეა მეუღლის დაკარგვის დროს. რვაქცია საყვარელი ადამიანის სიკვდილზე განსხვავდება პიროვნების, ასაკის, სქესის, კულტურული ტრადიციებისა და გარ-

დაცვლილისადმი დამოკიდებულების მიხედვით. მოარული შეხედულება, რომ მწუხარებისა და ემოციების აქტიურად გამოხატვა ხელს უწყობს ამ მდგომარეობიდან გამოსვლას, სიმართლეს არ შეესაბამება – საჭიროა ადაპტაციის ხანგრძლივი პერიოდი, განსაკუთრებით მეუღლის დაკარგვის შემდეგ. ზოგი მეცნიერის აზრით, ახლობელი ადამიანის სიკვდილზე პირველი რეაქცია არის შოკი, ფაზა, რომელიც, ხშირად გრძელდება რამდენიმე დღე, ზოგჯერ კი გაცილებით მეტიც. მოულოდნელი სიკვდილის შემთხვევაში ახლობლები შესაძლოა სრულად გერაცნობიერებდნენ დანაკარგს და გაოგნებულნი იყვნენ. მეორე ფაზაზე შესაძლოა მწუხარება უფრო აქტიურად გამოიხატოს (ტირილი, მოთქმა). ჩნდება ტანჯვისა და მონატრების განცდა. ზოგჯერ შეიწინებება სისუსტე, უძილობა, უმადობა, ინტერესის დაკარგვა, შეიძლება გამოვლინდეს დეპრესიის ნიშნებიც. დროთა განმავლობაში თანდათან ხდება ახალ გარემოებებთან შეგუება. მარტო მცხოვრებ ქვრივებს ხშირად უჩნდებათ პრაქტიკული და ფსიქოლოგიური სიძნელეები (ყოფითი პრობლემების მოგვარება, სოციალური კონტაქტების შენარჩუნება და სხვა). მათ მხარდაჭერას ცდილობენ ნათესავები, მეგობრები, მაგრამ ყველაზე დიდი წილი მაინც შვილებზე მოდის. ყველაზე მარტოსულად თავს უშვილო ქვრივი ქალები გრძნობენ.

მოხუცების და უკუურნებელი სენით შეპყრობილი ადამიანების დამოკიდებულება მოახლოებული სიკვდილისადმი რამდენიმე სტადიას გაივლის: უარყოფის სტადიაზე ადამიანს არ უნდა აღიაროს, რომ შეიძლება მოკვდეს და ეძებს სხვა, იმედის მომცემ არგუმენტებს და დიაგნოზებს. როცა აცნობიერებს, რომ მართლა კვდება, ეუფლება ბრაზი, წყენა და შური სხვა ადამიანების მიმართ („რატომ მე?“) – ეს არის რისხვის სტადია. ვაჭრობის სტადიაზე ადამიანი ეძებს საშუ-

აღებებს, რომ გაიხანგრძლივოს სიცოცხლე, შეიმსუბუქოს ტკივილი, ტანჯვა. მზადაა დადოს პირობა და შეთანხმება ღმერთთან, ექიმთან, სხვა ადამიანთან. შემდეგ ადამიანს შეიძლება დაეუფლოს უიმედობის განცდა. დგება **დებრესის სტადია**. მომაკვდავი წუხს, რომ უზდება განშორება ახლობლებთან. **მიღების სტადიაზე** ადამიანი ემორჩილება ბედს და მშვიდად ელის აღსასრულს.

მოახლოვებულმა სიკვდილმა შეიძლება აიძულოს ადამიანი გადახედოს თავის ცხოვრებას, განსაზღვროს რა არის მისთვის მნიშვნელოვანი, რას წარმოადგენს ის სინამდვილეში. როცა ადამიანს შეუძლია უთხრას თავის თავს: „მე კმაყოფილი ვარ?“ – სიკვდილის მას აღარ ეშინია. ასეთი ადამიანები თავისი ცხოვრების გაგრძელებას შთამომავლებში და საკუთარ ნამოღვაწარში ხედავენ. ერიქსონი მათ ეგო-ინტეგრირებულთა კატეგორიას მიაკუთვნებდა. მაგრამ არიან ადამიანები, რომლებისთვისაც ცხოვრება მხოლოდ არარეალიზებული შესაძლებლობებისა და შეცდომების თანმიდევრობაა. ახლა ისინი აცნობიერებენ, რომ გვიანია ყველაფრის თავიდან დაწყება. ეგო-ინტეგრაციის არ არსებობა (ან ნაკლებობა) მათში აჩენს შიშს სიკვდილისადმი, გამუდმებული უიღბლობის განცდასა და სინანულის განცდას. ისინი წუხან იმაზე „რა შეიძლება მოხდეს?!“ და ახდენენ საკუთარი ნაკლის პროექტირებას გარე სამყაროზე.

„არა არის რა ავი იმაში, რომ განიცდი ცვალებადობას, ისევე როგორც არა არის რა კეთილი იმაში, რომ არსებობს წორედ ამ ცვალებადობის შედეგად“. – მარკუს აგრელიუსი „ფიქრები“.

თავი მეხუთე
ცნობიერების ფსიქოლოგია

§ 1. ცნობიერების ზოგადი დახასიათება

ფსიქიკური სამყარო, პირველ ყოვლისა, განცდების სამყაროა¹. განცდა შინაგანი ცხოვრების პირველადი ფაქტია. როდესაც ჩვენ ვხედავთ ან გვესმის, გვცოცხდება ან გვშოი, გვეშინია ან გვიყვარს, რაიმე წარმოდგენა ან აზრი გვაქვს, ეს ყველაფერი განცდებია.

ფსიქიკის აღმოცენება ცოცხალ სამყაროში სხვა არაფერია, თუ არა განცდის ე.წ. **გერძნობელობის**, ანუ პრიმიტიული დიფუზური შეგრძნების გაჩენა. ცოცხალი ორგანიზმების ფსიქიკის განვითარება განცდებისა და მათთან დაკავშირებული ფსიქიკური პროცესების დიფერენციატაცია და გართულებაა. განცდა ხომ თავისით არ წარმოიქმნება, ის გარკვეული პროცესის შედეგია, რომელთანაც განუყოფელ მთლიანობას ქმნის. ჩამოთვლილ განცდებს ისეთი ფსიქიკური პროცესები შეესაბამება, როგორიცაა შეგრძნება-აღქმა, მოთხოვნილება, გერძნობა, მეხსიერება, აზროვნება.

ფსიქიკური პროცესები და განცდები, თავის მხრივ, ცოცხალი არსების ქცევას, მოქმედებას ემსახურება. შეგუება აქტივობის გზით ხორციელდება, ხოლო ფსიქიკა ადაპტაციის ყველაზე მაღალ დონეს წარმოადგენს. ქცევა და ფსიქიკა ერთმანეთისაგან დაუშორებელია. ქცევის აღმოცენება და რეგულაცია ფსიქიკის მეშვეობით ხდება. ქცევის მიმდინარეობის, მისი დაწყებისა თუ დასრულების აუცილებლობის შესახებ ცოცხალ არსებას შესაბამისი განცდები ატყობინებენ. თავის მხრივ ფსიქიკაც ქცევის, ადაპტაციის პროცესში ვი-

¹ როგორც არაცნობიერისადმი მიძღვნილ თავში დავინახავთ, ფსიქიკური სფერო მხოლოდ განცდადი მოვლენებისაგან არ შედგება.

თარდება. ჩნდება სულ უფრო რთული შეგუების ფორმები: ტაქსისები, რეფლექსები, ინსტინქტები, დასწავლილი და გონიერი ქცევა. აქტივობის აღნიშნული ფორმები ფსიქიკის განვითარების ეტაპებს წარმოადგენენ (იხ. თავი ფსიქიკის განვითარება ფილოგენეზში). ადამიანთან ქცევა ნებისმიერ და შეგნებულ ხასიათს იღებს, ხოლო ფსიქიკა, თვისი განვითარებისა და გართულების უმაღლეს საფეხურზე, ცნობიერების დონეზე აღის. თუ აქამდე ფსიქიკური ცხოვრების განცდები თავისთავად, ჩვენდაუნებურად მიმდინარეობდნენ და ერთმანეთს ცვლიდნენ, ამიერიდან ისინი თვით განმცდილი სუბიექტისთვის ხდებიან მოცემულნი; მან „იცის“ მათი არსებობის შესახებ. ცნობიერება განცდების ასეთ უშუალო „ჰერტას“, სუბიექტისთვის მათ მოცემულობას ეწოდება. ფსიქიკის უმაღლესი საფეხურის აღსანიშნად ზოგჯერ რეფლექსიის² ცნებასაც იყენებენ. რეფლექსია ნიშნავს დაკვირვების მიმართვას შინაგან სამყაროზე. რეფლექსირება ესაა გარკვეულობის შეტანა საკუთარ თავში, საკუთარ განცდებისა და მოქმედებებში. ეს უნარი არ გააჩნიათ ცხოველებს, პატარა ბავშვებს და ზოგიერთი სულიერი აშლილობის მქონე პირებს.

ნათელია, რომ ცნობიერების მქონე არსება განუზომლად დიდი შესაძლებლობების მატარებელი ხდება. მას უჩნდება უნარი ცნობიერების პლანში დაეფუძლოს განცდებს და ამით გარკვეულად წარმართოს თავისი ქცევა, შეგნებულად გამოიყენოს მის განკარგულებაში მყოფი ფსიქიკური პროცესები. ფსიქიკის განვითარების ცნობიერებამდელ საფეხურზე ფსიქიკური პროცესები, შესაბამისი განცდები და აქტივობაც მხოლოდ გარემოზე პასუხის, რეაქციის სახეს ატარებს; მათი

2 რეფლექსია არ უნდა ავურიოთ რეფლექსის ცნებაში. რეფლექსი ეწოდება ორგანიზმის კანონზომიერ და ავტომატურ რეაქციას გამღიზიანებელზე.

„ჩართვა-გამორთვა“ და მიმდინარეობა ავტომატურ რეჟიმში (რეფლექტორულად) ხორციელდება. ცნობიერებით დაჯილდოებული ადამიანის ქცევა მიზანდასახული და დაგეგმილია. მას ესმის, რას და რატომ აკეთებს, იგი შერაცხადრია. ადამიანი იყენებს მის ხელთ არსებულ ფსიქიკურ უნარ-შესაძლებლობებს, ასევე სხვადასხვა ფუნქციებს ქცევის დაგეგმვისა და განხორციელებისას, აგრეთვე მაშინ, როცა მოქმედების ამა თუ იმ უბანზე გარკვეული შეფერხებები აღმოცენდება.

ჩვენი ფსიქიკური ცხოვრება ორ პლანში მიდინარეობს: ცნობიერებამდელ, ან იმპულსურ და ცნობიერების, ან ობიექტივაციის პლანში. ცოცხალი არსებები, რომელთაც ცნობიერება არ გააჩნიათ, ყოველთვის პირველ პლანში მოქმედებენ; მოზრდილი, ნორმალური ადამიანი ორივე პლანში ცხოვრობს. იგი აქტივობათა რიგს არაცნობიერად ახორციელებს, სხვებს – ცნობიერად. მარტივი, ავტომატური მოქმედებები ან ქცევები, რომელთა შესასრულებლად არავითარი გარეგანი თუ შინაგანი სირთულე არ არსებობს, იმპულსურად მიმდინარეობს. მაგრამ, საკმარისია გაჩნდეს რაიმე პრობლემა, რომელიც ავტომატურად არ წყდება, და მაშინვე ირთვება ცნობიერების რეჟიმი; ქცევა ობიექტივაციის პლანში გადადის. ეს შეიძლება მოხდეს ქცევის საწყის ეტაპზე – მაგალითად გაჩნდეს პრობლემა, ღირს თუ არა ამ ქცევის შესრულება (გადაწყვეტილების მიღება) და თუ ღირს – როგორ (დაგეგმვა). შეფერხება შეიძლება გაჩნდეს ქცევის განხორციელების პროცესშიც. ადამიანს შეუძლია შეწყვიტოს განცდების თავისუფალი დინება, დაუპირისპირდეს რაიმე განცდას, რომელიც გარკვეულ სიგნალს იძლევა გარემოსა თუ მისი შინაგანი სამყაროს შესახებ, გაარკვიოს, თუ რას ნიშნავს მოცემული სიგნალი, როგორია პრობლემის ბუნება და რა ზომებია მისაღები ვითარების გამოსასწორებლად.

ამის ნათელსაყოფად სულ უბრალო მაგალითიც გამოდგება: ჩაცმის იმპულსური ქცევის მსგელოებაში გაჩნდა განცდა (სიგნალი), რომ ფეხი არ ჩადის ფეხსაცმელში. იმპულსური აქტივობა უმალ ჩერდება და გადადის ობიექტივაციის პლანში. საქმეში ერთვება ცნობიერება, კერძოდ უმაღლესი შემეცნებითი პროცესები, რომელთა მეშვეობითაც ირკვევა პრობლემის ბუნება (ფეხსაცმელი სხვა ფეხისა იყო) და მისი გადაჭრის გზაც. ამის შემდეგ, თუ სხვა პრობლემა არ დგას, ქცევა უბრუნდება იმპულსურ პლანს. მაშასადამე, ცნობიერების თვისების შეძენით ადამიანის ფსიქიკა განუზომლად უფრო მაღალ საფეხურზე ადის, ხოლო მისი ქცევის რეგულაცია გაცილებით რთულ და სრულყოფილ სახეს იღებს.

ცნობიერების პროცესების კლასიფიკაცია

ცნობიერებაში მიმდინარე ფსიქიკურ პროცესთა მრავალფეროვნებაში შესამჩნევია სხვადასხვა ხასიათისა და სხვადასხვა ფსიქოლოგიური ბუნების მოვლენები, რაც მათი კლასიფიკაციის აუცილებლობას წარმოშობს. მრავალი კლასიფიკაციიდან ყველაზე გავრცელებული და მარტივი ის კლასიფიკაციაა, რომლის საფუძველს სუბიექტისა და გარემოს ურთიერთობის პრინციპი წარმოადგენს. იმის მიხედვით, თუ რა ფუნქციას ასრულებს ამ ურთიერთობაში ცნობიერების პროცესები, მათი სამი კლასი გამოიყოფა:

- 1) **შემეცნებითი პროცესები.** ამ ჯგუფს მიეკუთვნება ის პროცესები, რომლებიც სინამდვილის შემეცნებას ემსახურებიან, ასახავენ მოვლენებს და მათ შორის მიმართებებს. ეს არის აღქმა, რომელიც აქ და ამჟამად მოცემულ საგანთა და მოვლენათა თვალსაჩინო ასახვას იძლევა; მეხსიერება, რომელიც უწინ აღქმულს ინახავს და აღადგენს, და აზროვნება, რომლის მეშვეობით სინამდვილის გაგება ხორციელდება.

- 2) **ემოციური პროცესები.** ეს პროცესები სუბიექტის იმ შინაგან მდგომარეობას წარმოადგენენ, რომელიც გამოხატავს მის დამოკიდებულებას სხვადასხვა ვითარებების მიმართ; მოსწონს თუ არ მოსწონს, უყვარს თუ სძულს, ახარებს თუ აწუხებს და ა.შ. ამ კლასში ერთიანდება სხვადასხვა ხასიათის გრძნობები და ემოციები.
- 3) **მოტივაციური ან ქცევითი პროცესები.** ეს ცნობიერების ის პროცესებია, რომლებიც განაპირობებენ ადამიანის აქტივობას, მის ქცევას. ამ კლასს ეკუთვნის გადაწყვეტილების მიღების, მიზნის დასახვისა და გეგმის შედგენის, ასევე მათი რეალიზაციის პროცესები, მოთხოვნილებები, ლტოლვები, ტენდენციები და ა.შ.

§ 2. ცნობიერების მთავარი თავისებურებანი.

1. ცნობიერების პროცესები „აქტებს“ წარმოადგენენ, რომლებშიც გარკვეული შინაარსებია მოცემული. ცნობიერების პროცესი უთუოდ რაღაცაზეა მიმართული, იგი რაიმე საგანს ან ვითარებას გულისხმობს. ცნობიერება აუცილებლად რაღაცის ცნობიერებაა. მაგალითად, აღქმა აუცილებლად რაიმეს აღქმაა, სურვილი – რაიმეს სურვილი, მოგონება – რაიმე საგნის ან მოვლენის მოგონება, ხოლო გრძნობა, რაიმეს ან ვინმეს მიმართ გრძნობა. ცნობიერების პროცესი, არსებითად, მასში მოცემული შინაარსის მიმდინარეობა, მსვლელობაა. მაგალითად, მხედველობით აღქმაში ფერი შინაარსია, ხოლო ხედვა ამ ფერისა (პროცესი, მიმდინარეობა) – აქტი.

2. ფსიქიკურ პროცესში ცნობიერდება არა მხოლოდ მის გარეთ მყოფი რაიმე შინაარსი, არამედ თვით ეს პროცესიც. მასში საგნისა და თავისთავის ცნობიერება ერთდროულად,

მთლიანობაშია მოცემული. ცნობიერების არსებითი ნიშანი, როგორც ითქვა, ხომ სწორედ ისაა, რომ მან „იცის“ თავის-თავის შესახებ. ადამიანს აქვს იმის შეტყობინება, შინაგანი დადასტურება, რომ მას სცივა, სწყურია, რომ იგი ახლა წარმოიდგენს ან ფიქრობს. ცნობიერების პროცესი საგნის ხედვაცაა და თავისთავისაც. ამ უკანასკნელის გარეშე საკუთარი ფსიქიკური სამყარო ჩვენთვის სრულებით უცნობი, გაუცნობიერებელი იქნებოდა. ხოლო ის, რომ ჩვენ გვაქვს გარკვეული წარმოიდგენა საკუთარი სულიერი სამყაროს შესახებ, უეჭველი ფაქტია. ეს ფაქტი ცნობიერების პროცესის თვითგანცდის თვისებაზეა დამყარებული, რასაც, როგორც ზემოთ აღინიშნა, რეფლექსია ეწოდება.

3. რეფლექსიის თვისების გამო ცნობიერების პროცესებს უშუალო და ნამდვილი მოცემულობა ახასიათებთ. ისინი სწორედ ისეთები არიან, როგორც გვეჩვენება. ეს კი ყოველთვის არ ითქმის იმ შინაარსისა თუ საგნობრივი ვითარების შესახებ, რომელზეც ცნობიერების პროცესია მიმართული. ის შინაარსი, რომელიც გარედან გვეძლევა, ზოგჯერ არ შეესატყვისება რეალურ ობიექტს. მაგალითად, ჩოგბურთის ყვითელი ბურთი ხის ძირას შეიძლება ხიდან ჩამოვარდნილ ფორთოხალად აღვიქვათ. ამის შემოწმებას სპეციალური პროცედურა ესაჭიროება, რაც სრულიად არ არის საჭირო ცნობიერი პროცესების შემთხვევაში. სიხარული, სურვილი, მოგონება ჩვენში ჩნდება და ისე გვეძლევა, როგორც სინამდვილეშია. არ შეიძლება ახლა რაიმეს გრძნობდე და აღმოჩნდეს, რომ ამას ამჟამად არ გრძნობ. ჩვენ მხოლოდ ის პროცესები გვაქვს, რომელთა მოცემულობასაც განვიცდით და, პირიქით, რა პროცესებსაც განვიცდით, მხოლოდ ისინი გვაქვს ცნობიერებაში.

4. ცნობიერების დახასიათებისას, ჩვეულებრივ, ლაპარაკობენ ცნობიერების ველზე, რომელზეც ფსიქიკური გან-

ცდები, აქტები და პროცესები იშლება. პირველი, რასაც აღმოვაჩინებთ ხოლმე ცნობიერების ველის ხილვისას, ეს მისი გასაოცარი სიჭრელე და მრავალფეროვნებაა; იგი სავსეა სხვადასხვაგვარი შინაარსით და მართლაც შეიძლება შედარდეს ნაირფერად აყვავებულ მინდორ-ველს: მხედველობითი ხატები, სმენითი შთაბეჭდილებები, ემოციური მდგომარეობები, აზრები, მოგონებები, სურვილები – ცნობიერების ველში ეს ყველაფერი შეიძლება ერთდროულად იყოს მოცემული. ადამიანის ცნობიერება დანაწვრებული და დიფერენცირებულია.

5. მიუხედავად ცნობიერების ველის შთაბეჭდავი მრავალფეროვნებისა და შინაარსების ამოუწურავი მრავალგვარობისა, იგი მაინც ერთ მთლიანს წარმოადგენს. განსხვავებული განცდების დადასტურებასთან ერთად, ჩვენ იმასაც უშუალოდ ვგრძნობთ, რომ თითოეული მათგანი საერთო მთლიანის ნაწილს წარმოადგენს. ეს ასეა, ვინაიდან ყოველი განცდა უთუოდ ვისამე განცდაა. აღქმა, მაგალითად, ვინმე კონკრეტული პირის აღქმაა. წარმოდგენაც ასეა – იმის გარეშე, ვინც წარმოიდგენს, იგი არ არსებობს და ა.შ. ეს საერთო ბუნქტი, „ფოკუსი“ – ყველა განცდას აქვს. ცნობიერებაში მოცემულ ყოველ განცდას თუ პროცესს თან ახლავს იმის შეტყობინებაც, რომ ის ჩემია. განცდათა გაუცხოება „მე“-საგან პათოლოგიის ნიშანია. სწორედ „მე“-სადმი ეს უშუალო მიკუთვნებულობა ამთლიანებს ცნობიერების მრავალფეროვან შინაარსებს.

ცნობიერების მთლიანობა სხვაგვარადაც მჟღავნდება, კერძოდ იმაში, რომ ადამიანის მოქმედებების უმეტესობა სხვადასხვა აქტებისა თუ პროცესების თანამონაწილეობას, მათ ერთიან განხორციელებას გულისხმობს. მაგალითად, ლექციის დაკონსპექტება შესაძლებელია მხოლოდ ფუნქციონირების კომპლექსური ამოქმედების გზით: კონსპექტს

ვერ დაწერ ვერც აღქმის, ვერც მეხსიერების, ვერც აზროვნების, ან მოტივაციური პროცესების გარეშე.

6. ცნობიერების მოვლენები მუდმივ მოძრაობასა და ცვალებადობაში იმყოფებიან. ცნობიერებაში განცდები და პროცესები განუწყვეტლივ ცვლიან ერთმანეთს: წარმოდგენას მოყვება სხვა წარმოდგენა, ამ უკანასკნელს – აზრი, აზრს მეორე აზრი, ის კი გრძნობას აღძრავს, რომელიც, თავის მხრივ, რაღაც მოგონებას, მოგონება – რაიმე სურვილს და ა.შ. ცნობიერების ამ თვისებას, მდინარის ნაკადთან ანალოგიით, ნაკადისებურობას უწოდებენ. ცნობიერების ნაკადი მუდმივად მიედინება; ცნობიერების ერთი და იმავე ნაკადში, მდინარისა არ იყოს, ორჯერ ვერ შეხვალ. ცნობიერების ესა თუ ის მდგომარეობა არასოდეს მეორდება აბსოლუტურად იდენტური სახით. შეიძლება განმეორდეს ობიექტი, შინაარსი და არა მისი განცდა, თუნდაც იმიტომ, რომ უწინდელმა განცდამ სუბიექტში რაღაც კვალი მაინც დატოვა.

მართალია ცნობიერების ნაკადი უწყვეტი ერთიანობაა, მასში მაინც გამოიყოფა შედარებით მყარი მდგომარეობები, როდესაც ნაკადი ძალზე ნელა მიედინება, ან მორევივით არის დაგუბებული; მასში აგრეთვე აღინიშნება შედარებით არამყარი, გარდამავალი მდგომარეობები, როდესაც ნაკადი იმდენად სწრაფია, რომ ნაკლებ ექვემდებარება აღწერას და თვითდაკვირვებას. რაც უფრო მარტივი და პერიფერიულია განცდა, მით უფრო ნაკლებ ატარებს ამ თვისებებს, ხოლო რაც უფრო რთული და ცენტრალურია, მით უფრო სწრაფად მიმდინარეობს და მეტადაც იცვლება. შეგრძნებები, მაგალითად, ჩვენი ცნობიერების ყველაზე მყარ მოვლენებს წარმოადგენენ. სამაგიეროდ გრძნობები, სურვილები და, თუნდაც, აზრები, გაცილებით ნაკლები სიმტკიცით ხასიათდება.

ცნობიერების მდგომარეობებს ან შინაარსებს შორის არ არის წყვეტა. ჩვენი თვითდაკვირვება ვერც ასწრებს მათი

ურთიერთცვალებადობის მომენტის დაჭერას. ცნობიერების შინაარსების მიმდინარეობა ნაკადია და არა რიგში ჩამწკრივებული ჯარისკაცების მსვლელობა, რომელთა შორის ყოველთვის არსებობს რაღაც შუალედი. ცნობიერების მდგომარეობებში შუალედი არ არის. ყოველ შემთხვევაში, ღვიძილის ცნობიერება უწყვეტია.

7. ცნობიერებაში მიმდინარე პროცესები მეტ-ნაკლები სუბიექტურობით ხასიათდება. ზოგიერთი ფსიქიკური პროცესი ღრმა პიროვნულ შრეებს ეხება, იგი უფრო სუბიექტის შინაგანი მდგომარეობაა, ვიდრე ობიექტური ვითარების ასახვა-დახასიათება. განსაკუთრებით თვალსაჩინო იქნება ეს განსხვავება, თუ ერთმანეთს შევადარებთ ჩვენი ცნობიერი სამყაროს ისეთ მოვლენებს, როგორც შეგრძნებები და გრძნობებია. შეგრძნება შედარებით პერიფერიული და „ობიექტური“ განცდაა, ხოლო გრძნობა უფრო ცენტრალური და სუბიექტური. საერთოდ კი შემეცნებითი ფსიქიკური პროცესები, როგორც საგნობრივი ვითარების ამსახველი განცდები, ნაკლებად სუბიექტურობით არიან, ვიდრე მოტივაციური და ემოციური პროცესები. ცნობიერებაში ეს ასეა მოცემული.

8. ცნობიერების ველში გამოიყოფა ცენტრალური არე, რომელშიც შინაარსები განსაკუთრებით მკაფიოდ და ცხადად არიან მოცემული. ცნობიერების ამ არეს ეწოდება ცნობიერების ფოკუსი ან ყურადღების არე. ამ უკანასკნელის მიღმა განლაგებულია ცნობიერების ველის ის ნაწილი, რომლის შინაარსიც ბუნდოვანი და დაუნაწევრებელია. ეს ცნობიერების პერიფერია ან ბუნდოვანი ველია. მაგალითად, როცა ყურადღებით გკითხულობთ წიგნს, ჩვენ მაინც გვესმის ირგვლივ ლაპარაკი, თუმცა რას ლაპარაკობენ, ამას ვერ აღვიქვამთ. როდესაც დაფაზე დახატულ ფიგურას მივაპყრობთ ყურადღებას, ამ დროს იმასაც ვხედავთ, რომ ნახაზის გარშე-

მო სიტყვები წერია, თუმცა მათ იმ მომენტში ვერ წავიკითხავთ და ა.შ.

9. ამგვარად, ცნობიერება და ყურადღება ურთიერთდაკავშირებული ცნებებია. ეს კავშირი იმდენად მჭიდროა, რომ როგორც მეცნიერულ, ისე ცხოვრებისეულ ფსიქოლოგიაში ისინი სინონიმებად იხმარება (მაგ. ცნობიერების და ყურადღების მიბჟრობა, ცნობიერების და ყურადღების გადატანა და ა.შ.). ცნობიერების ცნების ღრმა ანალიზისთვის სასარგებლო იქნება ამ ცნებების მკაფიო გამიჯვნა. მათი შინაარსი არ ფარავს ერთმანეთს. ყურადღება შედის ცნობიერებაში, როგორც მისი ცენტრალური ნაწილი. ყურადღების ცნებით აღინიშნება აგრეთვე ცნობიერების აქტიური მხარე. ადამიანს აქვს უნარი მიმართოს თავისი ცნობიერება რაიმე ვითარებაზე და მოათვსოს იგი ცნობიერების ცენტრში, ანუ ყურადღების არეში, ე.ი. სხვა სიტყვებით, მიაქციოს რაიმეს ყურადღება. ეს აქტივობა გლინდება ცნობიერების შევიწროებაში, მის კონცენტრაციაში. გავრცელებული შეხედულებით, ყურადღება, როგორც მოქმედება, გულისხმობს ცნობიერების შევიწროებას და ამ სახით წარმართვას ობიექტზე, რის შედეგადაც მიიღწევა ამ ობიექტის ნათლად განცდა, ანუ ობიექტის „სუბიექტური სინათლე“.

10. ცნობიერების თვისების გაჩენა, პირველ ყოვლისა, ფსიქიკური მოქმედების რეგულაციის თავისებურებაში აისახება. ქცევაში ცნობიერების ჩართვა, როგორც დავრწმუნდით, ამდიდრებს ქცევის შინაარსეულ მხარეს, ართულებს მას და გარემოსადმი უფრო მორგებულს ხდის. ამ კუთხით დიდ მნიშვნელობას იძენს ის, არის თუ არა ადამიანის აქტივობა მოქცეული ცნობიერების ფოკუსში, ანუ იმყოფება თუ არა ის ყურადღების არეში. როგორც აღინიშნა, ყურადღება ცნობიერების ის არეა, სადაც ფსიქიკური შინაარსები და პროცესები ყველაზე ნათლად და ცხადად არიან მო-

ცემული. შესაბამისად, ყურადღების არეში საუკეთესო პირობები არსებობს ფსიქიკური აქტივობის წარმართვისა და რეგულაციისთვის.

ყურადღება, როგორც ცნობიერების ყველაზე ნათელი და აქტიური ნაწილი და ნებისმიერი ქცევის აუცილებელი პირობა, დიდი ხანია მეცნიერული ინტერესის ცენტრში იმყოფება. ფსიქოლოგიაში შესწავლილია მისი ძირითადი თვისებები და მოქმედების კანონზომიერებები.

§ 3. ყურადღების ძირითადი სახეები და თვისებები.

ყურადღება ცნობიერების ნათელი ადგილიცაა და „განათების“ პროცესიც. ამდენად, ყურადღების ცნებაში ორი ასპექტი გამოიყოფა – იგი ცნობიერების მგომარეობასაც წარმოადგენს და აქტივობასაც, ანუ ფსიქიკურ პროცესს. აქედან გამომდინარე, ყურადღების მოვლენის რამდენიმე არსებითი ნიშანი ან კრიტერიუმი შეიძლება გამოიყოს: 1) **სელექტიურობა** ანუ არჩევითობა იმ შინაარსების (ინფორმაციის) მიმართ, რომლებიც ცნობიერების ცენტრში უნდა განთავსდეს. 2) ყურადღების ველში მოქცეული შინაარსების **სიცხადე და მკაფიობა**. 3) ცნობიერების შინაარსებზე და, საზოგადოდ, ფსიქიკურ მოქმედებაზე **კონცენტრაცია**. 4) ყურადღების ნიშნის ქვეშ მიმდინარე თეორიული და პრაქტიკული მოქმედების **პროდუქტიულობის ზრდა**.

ყურადღება, როგორც აქტივობა, ფსიქიკური პროცესი, შეიძლება ორი სახის იყოს: **ნებისმიერი და უნებლიე**. ნებისმიერი ყურადღების ძირითადი დამახასიათებელი ის არის, რომ სუბიექტი ყურადღებას შეგნებულად, გამიზნულად აამოქმედებს და მის რეგულაციას ახდენს. უნებლიე ყურადღებაში ორი, არსებითად განსხვავებული ბუნების აქტივობა

იგულისხმება. ერთი მხრივ, ეს არის მარტივი ე.წ. საორიენტაციო რეფლექსის ხასიათის მოქმედება, როდესაც გამღიზიანებელი თავისთავად, ავტომატურად მიიზიდავს სუბიექტის ყურადღებას. ასეთი გამღიზიანებელი შეიძლება იყოს მოულოდნელი ძლიერი ბგერა, უცებ გაელვებული საგანი და ა.შ., რომელიც ჩვეულებრივ, მისკენ მიმართულ საორიენტაციო რეფლექსს იწვევს. მეორე მხრივ, უნებლიე ყურადღება ვლინდება სუბიექტის მოთხოვნილებით ან ინტერესით წარმართული აქტივობის სახით: ყურადღება უნებლიედ, მაგრამ სათანადო მოვლენით დაინტერესების გამო წარიმართება. მაგალითად, საინტერესო რომანმა შეიძლება მიიზიდოს ყმაწვილის ყურადღება და იგი დიდხანს ვერ მოწყდეს მის კითხვას, მიუხედავად იმისა, რომ უკვე ძილის დროა და ა.შ. ყურადღების ეს სახე პიროვნების მეტ აქტივობას გულისხმობს და გენეტიკურად რეფლექსურ ყურადღებაზე უფრო მაღალ ფორმას წარმოადგენს.

ყურადღების ძირითადი თვისებებია:

მოცულობა. ესაა ობიექტების რაოდენობა, რომელიც საკმარისი სიცხადით შეიძლება მოიცვას ყურადღებამ მყისიერად, შეზღუდულ დროში. მყისიერების მომენტი აქ მნიშვნელოვანია, რადგან ყურადღებას შეუძლია ძალიან სწრაფად გადაინაცვლოს ერთი ობიექტიდან მეორეზე, რაც ქმნის მისი დიდი მოცულობის ილუზიას. სპეციალური მოწყობილობის გამოყენებით, რომლითაც ცდიბირებს 0,1 წამის განმავლობაში მიეწოდებოდათ აღსაქმელად რამდენიმე ობიექტი (ასოები, ციფრები, გეომეტრიული ფიგურები) გაირკვა, რომ ყურადღების მოცულობა შეზღუდულია 5-6 მარტივი შთაბეჭდილებით.

ყურადღების გადანაცვლება. ეს თვისება ყურადღების ერთი ობიექტიდან ან მოქმედებიდან მეორეზე სწრაფი გადატანის ან გადანაცვლების უნარში მჟღვნდება. ამ უნარის მი-

ხედვით ადამიანები საგრძნობლად განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან, თუმცა ყურადღების გადანაცვლების ამოცანა მუდამ იჩენს თავს ყოველდღიურ ცხოვრებასა თუ პროფესიულ საქმიანობაში. ექსპერიმენტული მონაცემებით, ყურადღების ერთი სენსორული (თვალსაჩინო) მასალიდან მეორეზე გადატანის მაქსიმალური სისწრაფე წამის დაახლოებით მესამედს უდრის. გადანაცვლება მით უფრო ძნელია, რაც უფრო მეტად არის ჩართული პიროვნება მოცემული მიმართულებით მოქმედებაში.

ყურადღების განაწილება მისი ერთდროულად რამდენიმე მიმართულებით წარმართვაში მდგომარეობს. ყურადღების ეს თვისება უკავშირდება რამდენიმე მოქმედების პარალელურად შესრულების საგნებით პრაქტიკულ პრობლემას. აქ მხედველობაშია მისაღები რამდენიმე მომენტი. ჯერ ერთი ორი და მეტი მოქმედების ერთდროული შესრულება აუცილებლად ყურადღების განაწილებას არ მოითხოვს. ვარჯიშის შედეგად მოქმედებათა რიგი ერთ მოქმედებაში ერთიანდება და ამიტომ მათ შესრულებას ყურადღების განაწილება აღარ სჭირდება (მაგალითად ორი ხელით როიალზე დაკვრა). სანამ ეს მოქმედება ერთ სტრუქტურად ჩამოყალიბდება, მისი ყოველი ელემენტი (თითოეული ხელის მოძრაობა კლავიატურაზე, ფეხების დაჭერა პედალებზე) ცალკე მოქმედებაა და ყურადღების სწრაფი გადატანის გზით ხორციელდება. დაკვრის მოქმედების ფორმირებასთან ერთად ისინი ამ მოქმედებაში შემავალ ოპერაციებად იქცევიან და საგანგებო ყურადღების აქტს აღარ საჭიროებენ.

მოცემულ შემთხვევაში, ფაქტობრივად, ერთი რთული მოქმედება სრულდება. მაგრამ, რა ხდება, როცა სუბიექტს ერთდროულად ორი ან მეტი დამოუკიდებელი მოქმედება აქვს შესასრულებელი? აქ ყველაფერი დამოკიდებულია ამ მოქმედებების ბუნებასა და რეალიზაციის ხასიათზე. ორი

დამოუკიდებელი მოქმედების შესრულება და, შესაბამისად, ყურადღების გარკვეული განაწილება რეალურად შესაძლებელია, თუ: ა) ინტენსიურ ყურადღებას არც ერთი მათგანი არ მოითხოვს, ან მოითხოვს მხოლოდ ერთი. ასეთებია, მაგალითად, ანგარიში და სიარული. ბ) მოქმედებები ყურადღების სწრაფი გადანაცვლება-გადმონაცვლების გზით ხორციელდება. ამ შემთხვევაში თითოეულის მთლიანი შესრულება ყურადღების უწყვეტ მუშაობას არ მოითხოვს და ამიტომ ორივე მოქმედება სრულდება ყურადღების სწრაფი გადასვლით ერთიდან მეორეზე. გ) ერთდროულად ხორციელდება ორი ისეთი მოქმედება, რომლებიც მოითხოვენ ყურადღების ტალღისებურ აქტივობას, ანუ ყურადღების ინტენსიობის გაძლიერება-შესუსტებას. თუ ერთ-ერთის მიმართ ყურადღების ტალღის აწევა დროში ემთხვევა მეორის მიმართ ტალღის დაწევას, ისინი წარმატებით სრულდება ერთდროულად. მაგალითად, ტელეფონით საუბარი და წერა, ან ლექციის მოსმენა და კონსპექტის წერა. არც ლექციის მოსმენა, არც კონსპექტის წერა ცალ-ცალკე არ მოითხოვს ყურადღების მუდმივ და მაქსიმალურ დაძაბვას; ეს დაძაბვა მხოლოდ „კრიტიკულ“ მომენტში ხდება. ამიტომ, ასეთი პარალელური აქტივობის შემთხვევაში აუცილებელია, რომ ერთი მოქმედებისადმი მიმართულ ყურადღების მწვერვალს, მეორე მოქმედების ყურადღების „დაღმართი“ ემთხვეოდეს. ლექციის დროს კონსპექტის წერას ყურადღების ასეთი რეგულაციით ვახერხებთ.

საერთოდ კი კვლევა ადასტურებს, რომ ერთდროულად ორი ისეთი დამოუკიდებელი და რთული მოქმედების სრულყოფილი შესრულება, რომელიც ყურადღების სრულ კონცენტრაციას მოითხოვს, შეუძლებელია. შეეცადეთ თქვათ ლექსი და თან რთული მათემატიკური ოპერაცია შეასრულოთ. მაშინვე იგრძნობთ, რომ ერთი მოქმედება მეორეს

ამუხრუჭებს. მსგავს სიტუაციებში ან ორივე მოქმედების ნა-
ყოფიერება ქვეითდება, ან სრულდება მხოლოდ ერთი. ამ-
გვარად, ყურადღების განაწილება, მისი სრული გახლეჩის
მნიშვნელობით, არ შეიძლება.

გამძლეობა ეწოდება ყურადღების ხანგრძლივ წარმარ-
თვას ერთი და იმავე მიმართულებით, ერთი და იმავე ობი-
ექტზე. ყურადღების ეს მნიშვნელოვანი გამოვლინება
საგრძნობლად იცვლება მთელი რიგი ფაქტორების გავლენ-
ით, ასეთებია: ინტერესი, ემოციური მდგომარეობა, დაღლი-
ლობა და სხვა. ამ მხრივ მნიშვნელოვანი განსხვავება აღინიშ-
ნება ადამიანთა შორისაც. სუსტი გამძლეობის ყურადღებას,
რომლისთვისაც აუცილებელია ობიექტების ხშირ-ხშირი
შეცვლა, **ლაბილურს** უწოდებენ, ხოლო დიდი გამძლეობის
მქონე ყურადღებას, რომელიც ერთი მიმართულებით დიდი
ხნით უწყვეტ ფიქსაციაში მდგომარეობს – **სტაბილურს**.

ყურადღების გადაუხრადობა გვლინდება ხელის შემშლე-
ლი გამღიზიანებლების მიმართ წინააღმდეგობის გაწევის
მეტ-ნაკლებ ხარისხში. ეს თვისება მნიშვნელოვნად ცვალე-
ბადობს სხვადასხვა პირობების მიხედვით. კერძოდ დადგე-
ნილია, რომ გადახრადობა განსხვავებულია ძირითადი მოქ-
მედების ბუნების მიხედვით; მაგალითად, აზროვნების პრო-
ცესში ყურადღების გადახრა უფრო ადვილად ხდება, ვიდრე
აღქმის დროს. მნიშვნელობა აქვს ხელის შემშლელი გამღი-
ზიანებლის ბუნებასაც: ემოციონალური გამღიზიანებლები
უფრო გადახრიან ყურადღებას, ვიდრე ინდიფერენტული.
შეგრძნებების შემთხვევაში, ცხადია, უფრო ხელშემშლე-
ლია ინტენსიური გამღიზიანებლები.

§ 4. ყურადღების ფაქტორები.

ყურადღების გამომწვევ ფაქტორთა შორის ასხვავებენ ობიექტურ (გარეგან) და სუბიექტურ (შინაგან) ფაქტორებს. პირველ ჯგუფს გარემოში მოცემული ობიექტების თვისებები ეკუთვნის, ხოლო მეორეს – თვით სუბიექტში, მისი შინაგანი მდგომარეობის სახით მოცემული ფაქტორები. ჩვეულებრივ პირობებში მრავალი ფაქტორი ერთდროულად მოქმედებს. ამიტომ, ქვემოთ მოყვანილი თითოეული ფაქტორი მხოლოდ დანარჩენ პირობათა ერთგვარობის შემთხვევაში წარმოადგენს მომქმედ ფაქტორს. თითოეული მათგანი შეიძლება სხვა ფაქტორით დაიჩრდილოს. ობიექტურ ფაქტორებს მიეკუთვნება:

ინტენსიობა და სიდიდე. ასეთია ძლიერი გამღიზიანებლები (კაშკაშა შუქი, ძლიერი ბგერა, ელვა, ქუხილი, გასროლის ხმა, მძაფრი სუნი და ა.შ.). ამ ფაქტორის მოქმედებაზეა აგებული ყურადღების გამომწვევი უამრავი საშუალება – რეკლამა (ძლიერი შუქი), სიგნალები (ტრანსპორტზე, წარმოებაში) და სხვა. არსებითად იგივე ითქმის საგნის ზომაზეც. პატარასთან ან საშუალოსთან შედარებით, დიდი საგნები უფრო იზიდავენ ყურადღებას. უცნობ ოთახში თვალში გეცემათ დიდი ზომის ნივთები. გაზეთში დიდი ასოებით დაბეჭდილი სათაური იზიდავს ყურადღებას. რეკლამაში ეს ფაქტორი ფართოდ გამოიყენება.

სიახლოვე, განცალკევება, კონტრასტი. ახლოს მდებარე საგნები უფრო იქცევენ ჩვენს ყურადღებას. ქუჩაში ჩვენს ახლოს გავლილს მეტ ყურადღებას მივაქცევთ, ვიდრე შორს მიმავალს; აუდიტორიაში ახლოს მჯდომს ძალაუნებურად მეტ ყურადღებას ვაქცევთ და ა.შ. სხვა საგნებიდან იზოლირებულად მოცემული საგანი აგრეთვე ადვილად იზიდავს ყურადღებას. ტყის პირას განცალკევებულ ხეს ყველა ამ-

ჩნევს, მაგრამ ტყეში ასეთივე ხეები სულაც არ იზიდავს ჩვენს ყურადღებას. ალღუმის დროსაც ჩვენს ყურადღებას რიგებიდან გამოსული პირი მიიბჟრობს ხოლმე. იგივე ხდება გამღიზიანებელთა შორის არსებული დიდი სხვაობის კონტრასტულად განცდის შემთხვევაში, მაგალითად, როცა ერთმანეთის გვერდით სიდიდით ძალიან განსხვავებული ობიექტებია, ან ფერადი საგანი რუხ საგნებს შორის არის მოთავსებული და ა.შ.

სიახლე, ცვლილება, მოძრაობა. სიახლე ყურადღების ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი ფაქტორია და მას მჭიდროდ უკავშირდება ცვლილებისა და მოძრაობის ფაქტორებიც. საჭმე ისაა, რომ ყურადღებას იზიდავს ყოველივე, რაც სუბიექტისთვის ახალია, უჩვეულოა, მოულოდნელია და, მაშასადამე, ისიც, რაც შეცლილია, რაც მოძრავია. გაშეშებული ცხოველი ხშირად შეუმჩნეველი რჩება მტაცებლისთვის; უცვლელი, ჩვეული, ყოველდღიური ყურადღებას აჩლუნგებს, ხოლო ახალი ამბავი, ფაქტი ან შეცლილი გარემო პირიქით, ამახვილებს მას. ჩვენს ყურადღებას ხშირად გამღიზიანებლის გაქრობაც კი აღძრავს, თუ იგი მანამდე ხანგრძლივად და უცვლელად მოქმედებდა. წისქვილის ხმაურში მძინარე მეწისქვილეს ამ ხმაურის შეწყვეტა, ე.ი. ცვლილება აღვიძებს. ასეთი მაგალითები მრავლად არსებობს.

ყურადღების გამომწვევი სუბიექტური ფაქტორებიდან შეიძლება გამოიყოს:

მოთხოვნილება და ინტერესი. ყურადღება, პირველ რიგში, სუბიექტის მოთხოვნილების საფუძველზე წარიმართება. მშიერი ყურადღებას აქცევს იმას, რაც საჭმელთან არის დაკავშირებული — უმაღვე შენიშნავს საჭმლის სუნს; ასევე ამჩნევს დაღლილი დასაჯდომ ადგილს და სხვა. ინტერესი ფართო მნიშვნელობით მოთხოვნილების კერძო გამოვლინებას წარმოადგენს. ის, რაც გვაინტერესებს, აუცილებლად ყუ-

რადღებას იწვევს. ძლიერი ინტერესი ხშირად სძლევს სხვა ფაქტორებს. წვრილი შრიფტით დაწერილ წიგნსაც დიდი ყურადღებით გკითხულობთ, თუ ის ინტერესს იწვევს. წვეულებებზე ხმაურის, სიმღერისა და ხმამაღალი ლაპარაკის პირობებში გულისყურით ვისმენთ დიდი ხნის უნახავი მეგობრის თავგადასავალს, თუმცა იგი ჩუმში ხმით გველაპარაკება და ა.შ.

განწყობა. ყურადღების წარმართვის ძლიერ ფაქტორს განწყობა წარმოადგენს. იმ მიმართულებით ყურადღების წარმართვა, რა მიმართულებითაც განწყობილია სამოქმედოდ ადამიანი, თავისთავად, უნებურად ხდება. ეს ფაქტორი განსაკუთრებით დემონსტრაციულად იჩენს თავს ისეთ მდგომარეობაში, როდესაც გამორიცხულია ყურადღების ცნობიერი, შეგნებული წარმართვა, მაგალითად ძილის დროს: ცნობილია, რომ დაღლილი, ღრმად ჩაძინებული დედისთვის (რომელსაც ძლიერი გამღიზიანებლებიც ვერ აღიძებს) სრულიად საკმარისია მისმა ბავშვმა ძილში დაიკვნესოს, დაახველოს ან ცხვირი დააცემინოს, რომ მან უმაღლეს გაიღვიძოს. ეს გამღიზიანებელი იმიტომ იბჟრობს დედის ყურადღებას, რომ მას სძინავს ბავშვის მიმართ სიფხიზლის განწყობით, ხოლო ამ განწყობის შეუსატყვისი ძლიერი გამღიზიანებელიც კი (ზარის დარეკვა, სინათლის ანთება) ვერ აღვიძებს, ვერ იბჟრობს მის ყურადღებას.

ნებისყოფა. აქამდე განხილული ფაქტორები უმთავრესად უნებლიე ყურადღების წარმართველ ფაქტორებს წარმოადგენდნენ. მაგრამ, ადამიანის სპეციფიკას სწორედ ნებისმიერი ყურადღება შეადგენს. ნებისმიერი ყურადღების მამოძრავებელს კი ნებისყოფა წარმოადგენს. ეს ფაქტორი წამყვანია ყურადღების ყოველი მიზანდასახული, შეგნებული მოქმედების შემთხვევაში. ნებისყოფის საფუძველზე ადამიანს შეუძლია ყურადღების წარმართვა იმ მიმართულებით, რო-

მელიც არ შეადგენს მისი უშუალო ინტერესის საგანს, რომელიც მას უშუალოდ არ იზიდავს, მაგრამ შეგნებულად ესმის ამის საჭიროება.

აქამდე ვსაუბრობდით ისეთ ფაქტორებზე, რომელთა არსებობა ან არარსებობა დადებითად ან უარყოფითად აისახებოდა ყურადღების ფუნქციონირებაზე. ახლა მოკლედ შევეხოთ იმ ფაქტორებს, რომლებიც ერთმნიშვნელოვნად **ნეგატიურად** მოქმედებენ ყურადღებაზე. მათ შორის განსაკუთრებით აღსანიშნავია **მოზერებისა და მოყირჩების** განცდა. ეს განცდა მკვეთრად ასუსტებს ყურადღებას, უნებლიე ყურადღებას კი სულაც აქრობს. სპეციფიკურად მოქმედებს **აფექტი**: ერთი მხრივ, იგი იწვევს ყურადღების ინტენსიფიკაციას თავისი გამომწვევი ობიექტის მიმართულებით; მისი გამომწვევი საგანი დომინირებს ადამიანის ცნობიერებაში; მაგრამ, მეორე მხრივ, აფექტური მდგომარეობა იწვევს ცნობიერებისა და ყურადღების მოცულობის უკიდურეს შევიწროებას, რის გამოც მისი გამომწვევი საგნის გარდა გარემოს სხვა გამღიზიანებლები აფექტით შეპყრობილისთვის შეუმჩნეველი რჩება — მას არ ესმის, რას ელაპარაკებიან და ა.შ.

ყურადღებაზე, ისევე, როგორც სხვა ფსიქიკურ აქტივობაზე (მეხსიერებაზე, აზროვნებაზე და ა.შ.), შემაფერხებლად მოქმედებს დაღლილობა, მაგრამ ყურადღების ინტენსიობა ამ მხრივ განსაკუთრებით მგრძნობიარეა. ადამიანის დაღლილობა, მიუხედავად იმისა ფიზიკური მუშაობის შედეგია იგი თუ გონებრივის, პირველ რიგში ყურადღების შესუსტებაში გლინდება.

თავი მეექვსე ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობები

ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობები (ცშმ) ცნობილია ყველა ადამიანისთვის. ზოგი მათგანი საკმაოდ ხანმოკლეა და შეიძლება შეუმჩნეველიც აღმოჩნდეს; ასეთია, მაგალითად, ყურადღების გაფანტულობა ან გარემოს აღქმის სიცხადის დაკარგვა; ზოგიერთი მდგომარეობა, ვთქვათ ძილი ან ცნობიერების მოდიფიკაცია ფსიქოაქტიური ნივთიერებებით, უფრო თვალსაჩინოა და შესამჩნევად განსხვავდება ჩვეული მდგომარეობებისაგან. საზოგადოდ, ცშმ უნდა გავიგოთ, როგორც თვისობრივი ძვრა ფსიქიკური ფუნქციონირების ჩვეულებრივ ხასიათში.

გამოიყოფა სპონტანურად წარმოქმნილი და ხელოვნურად გამოწვეული, ან ფსიქოტექნიკურად გაპირობებული ცშმ. სპონტანური ცშმ ჩნდება ადამიანისთვის ჩვეულებრივ პირობებში (მაგალითად, დაძინებისას ან ძლიერი გადაღლისას), ან უჩვეულო, მაგრამ ბუნებრივ ვითარებაში (კეძოდ, ნორმალური მშობიარობისას), აგრეთვე ადამიანის ცხოვრებისა და მუშაობის არაორდინალურ და ექსტრემალურ სიტუაციებში. ფსიქოტექნიკურად გაპირობებული ცშმ თანსდევენ ფსიქიკური რეგულაციისა და თვითრეგულაციის პროცესებს თანამედროვე ფსიქოთერაპიაში, ასევე რელიგიურ წეს-ჩვეულებებს სხვადასხვა კულტურებში. ცშმ-სთან მიმართებაში შეიძლება გამოიყოს ამაგზნებელი და დამამშვიდებელი ფსიქოტექნიკები.

ცშმ ადამიანის ფსიქიკური ცხოვრებისთვის დამახასიათებელ მოვლენათა რიგს მიეკუთვნება და მათ კვლევას, თავისთავადი მნიშვნელობა აქვს. გარდა ამისა, ავადმყოფური ფსიქიკის მსგავსად, ცშმ შესწავლა არის ერთ-ერთი გზა ჩვეულებრივი ცნობიერების კანონზომიერებების დასადგენად.

§ 1. ძილი და სიზმარი

ერთი შეხედვით ძილი და სიფხიზლე ან ღვიძილი ურთიერთსაწინააღმდეგო მდგომარეობებია. ძილში ცნობიერება გაჩუმებულია და ისვენებს, ხოლო ღვიძილში აქტიურია. სინამდვილეში ამ მდგომარეობებს ბევრი რამ აქვთ საერთო: ძილში ჩვენი გონება მუშაობს, რაც იქიდან ჩანს, რომ ჩვენ ვხედავთ სიზმრებს და ზოგჯერ გიმახსოვრებთ მათ; ძილი არ არის აბსოლუტური სიმშვიდე. ძილში ჩვენ ვმოძრაობთ, ზოგიერთები დადიან კიდეც; ძილში მთლიანად არ ვეთიშებით გარეგან ინფორმაციას და მზად ვართ გარკვეული სიგნალების მისაღებად. მაგალითად, მშობელს ესმის შვილის ტირილი, თუმცა სხვა ხმაური მას არ აღვიძებს; ძილი არ სძობს ჩვენს განზრახვებს; ბევრი იღვიძებს ზუსტად იმ დროს, რომელზეც წინასწარ დაგეგმა გაღვიძება. ამგვარად, ღვიძილშიც და ძილშიც ადამიანი აქტიურია, ოღონდ ეს აქტივობა სხვადასხვა ხასიათისაა.

ღვიძილისა და ძილის მდგომარეობათა მონაცვლეობა ჩვეულებრივ უკავშირდება დღე-ღამის რიტმს, რომელიც 24 საათიან ციკლს ქმნის. ზრდასრულ ადამიანს აქედან საშუალოდ 8 საათის ძილი ყოფნის (თუმცა ეს მონაცემი ძალიან ინდივიდუალურია). თოთო ბავშვი დღე-ღამის ძირითად ნაწილს ძილში ატარებს. ერთი წლის ასაკში ძილი და ღვიძილი დაახლოებით ერთნაირ დროს იკავებს. ხანში შესულ ადამიანებს კი, ჩვეულებრივ, 6 საათზე მეტი ძილი არ სჭირდებათ.

ძილის განმავლობაში ტვინის ელექტროფიზიოლოგიური აქტივობის გრაფიკული ასახვა (ელექტროენცეფალოგრამა) გვიჩვენებს, რომ ძილს ხუთი საფეხური აქვს. მათ შორის ოთხი ღრმა, ანუ ნელი ძილის, ხოლო ერთი ე.წ. თვალის სწრაფი მოძრაობის, ანუ უბრალოდ სწრაფი ძილის საფეხურია. ნე-

ლი ძილის საფეხურების ხანგრძლიობა დაახლოებით 90 წუთია და სწრაფი ძილის საფეხურთან ერთად ისინი ქმნიან ძილის ერთ ციკლს, რომელიც ღამის განმავლობაში 4-5-ჯერ მეორდება. ძილის I საფეხური გრძელდება 5-10 წუთს. ამ დროს ხდება ადამიანის ღვიძილის მდგომარეობიდან ძილის მდგომარეობაში გადასვლა. II საფეხური გრძელდება 10-20 წუთს და ხასიათდება საკმაოდ ღრმა ძილით. განსაკუთრებით ღრმა არის ძილი III და IV საფეხურებზე, რომელთა ხანგრძლივობა 20-30 წუთს შეადგენს. ამის შემდეგ ნელი ძილის საფეხურები შებრუნებული თანმიმდევრობით I საფეხურს უბრუნდება და, როგორც ითქვა, დაძინებიდან დაახლოებით 90 წუთის შემდეგ გადადის სწრაფი ძილის საფეხურზე. იგი გრძელდება დაახლოებით 10-15 წუთს. შემდეგ კი ახალი ციკლი იწყება.

აღსანიშნავია, რომ ძილის ციკლში ნელი და სწრაფი ძილის საფეხურების ხანგრძლიობა განსხვავებულია იმის მიხედვით, ღამის რომელ ნაწილს განეკუთნება ესა თუ ის ციკლი. ღამის მეორე ნახევრის ციკლებში სწრაფი ძილის ხანგრძლიობა მატულობს. საყურადღებოა აგრეთვე, რომ სხვადასხვა ასაკის ადამიანებში სწრაფი ძილის საფეხური განსხვავებული ხანგრძლიობით ხასიათდება: თოთო ბავშვის ძილში იგი დაახლოებით 50% იკავებს, 5 წლიდან მოხუცებულობამდე – 20-25%, ხოლო მოხუცებულობაში – 18%.

სწრაფი და ნელი ძილის საფეხურები საგრძნობლად განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან. ნელი ძილის საფეხურზე თვალი თითქმის წყვეტს მოძრაობას. გულისცემა და სუნთქვის სიხშირე მნიშვნელოვნად კლებულობს. აღინიშნება კუნთების საგრძნობი მოდუნება და ტვინში ნივთიერებათა ცვლის დაცემა 25%-მდე. სწრაფი ძილის საფეხურზე პირიქით, გულისცემა, ტვინში ნივთიერებათა ცვლა და მისი ელექტროფიზიოლოგიური აქტივობა იმდენად იზრდება, რომ ოდნავ

აღმატება კიდევ ღვიძილის მდგომარეობას. ამის პარალელურად სხეული აბსოლუტურად უძრავ მდგომარეობაშია, კუნთური ტონუსი მკვეთრად დაცემულია. ასეთი შეუსაბამობის გამო ძილის ამ საფეხურს **პარადოქსულსაც** უწოდებენ. დამახასიათებელია, რომ ძილის ამ საფეხურზე ქალიც და მამაკაციც სექსუალურად აღზნებულ მდგომარეობაში იმყოფება. თუ გავითვალისწინებთ ამ განსხვავებებს ნელ და სწრაფ ძილს შორის, საკმაოდ დამაჯერებელი გახდება ზოგიერთი მკვლევარის აზრი, რომ პარადოქსული ძილი არც ძილია და არც სიფხიზლე; ის რაღაც მესამე მდგომარეობაა.

რა ფუნქციას ასრულებს მთლიანად ძილი ჩვენს ცხოვრებაში? ამის გარკვევას თუნდაც იმიტომ აქვს მნიშვნელობა, რომ დღე-ღამის მესამედს მაინც ძილში ვატარებთ. გარდა ამისა, ისიც ხომ საყოველთაოდ ცნობილია, რომ ადამიანი დიდხანს უძილობას ვერ უძლებს. ძილის ფუნქციის შესახებ მრავალი მოსაზრება არსებობს. მათ შორის შედარებით დამაჯერებელი ორია. ერთი შეხედულების მიხედვით ძილს **აღდგენითი ფუნქცია** აქვს, მეორეს მიხედვით იგი ემსახურება ადამიანის **შეგუებას ღამის სპეციფიკური პირობებისადმი**. აღდგენითი ფუნქციის თვალსაზრისი უფრო ფართოდ არის გავრცელებული და საკმაოდ მყარი საფუძველიც აქვს. უეჭველია, რომ ღვიძილის დროს დახარჯული ენერგია აღდგენას მოითხოვს. თითქოს ამის დამადასტურებელი საბუთიც არსებობს: თუ უძილობის მდგომარეობა დიდხანს გაგრძელდა, ადამიანი ადვილად იღლება, უმიზეზოდ ღიზიანდება, ზოგჯერ აღქმითი პროცესები ერღვევა, ჰალუცინაციები აღენიშნება და სხვა. ცნობილია ისიც, რომ ზომაზე მეტი ფიზიკური დატვირთვა ახანგრძლივებს და აღრმავებს ძილს. მაგრამ, ყველაფრის მიუხედავად, არ არსებობს ზუსტი მეცნიერული მონაცემები იმის თაობაზე, თუ კონკრეტულად რისი აღდგენა ხდება ძილში. გასათვალისწინებელია ის ფაქტიც, რომ

როდესაც ადამიანს ნორმაზე მეტხანს სძინავს, იგი თავს მოთენთილად და დაღლილად გრძნობს და არა დასვენებულად, როგორც ამ შეხედულების მიხედვით უნდა ყოფილიყო.

მეორე მოსაზრების აზრი იმაშია, რომ ღამის განმავლობაში ადამიანს სძინავს, რათა თავი დააღწიოს სხვადასხვა საფრთხეს. ამ ვარაუდის მიხედვით ადამიანები პრეისტორიულ ხანაში ღამეს საღღაც გამოქვაბულში ატარებდნენ და ძილის საშუალებით (რაკი ძილი ინაქტურ მდგომარეობას გულისხმობს) თავს აღწევდნენ ზიფათს, ვთქვათ სიბნელეში უფსკრულში გადაჩეხვას ან მხეცის მსხვერპლად გახდომას. ეს მოსაზრება შეიძლება ნაკლებად დამაჯერებელი მოგვეჩვენოს, მაგრამ წარსულს თავი რომ დავანებოთ, ადამიანს ახლაც ურჩევნია ღამე რაიმე თავშესაფარში გაატაროს, სადაც მას, როგორც წესი, სძინავს.

რა ფუნქციასაც არ უნდა ასრულებდეს ძილი, ერთი რამ ცხადია: ადამიანი, როგორც თითქმის ყველა ცოცხალი არსება, უძილობას ვერ იტანს¹.

უძილობა საკმაოდ ბევრს აწუხებს და არსებობს მასთან ბრძოლის უამრავი მედიკამენტოზური და, ასე ვთქვათ, ქცევითი საშუალება².

არსებობს ძილის მოშლის სხვა სახეებიც. ერთ-ერთია ძილის დროს სუნთქვის შეჩერება (ე.წ. აპნოე). უფრო ხშირად ეს ემართებათ ზედმეტად მსუქან ადამიანებს. სუნთქვის შეჩერების მომენტში ადამიანი იღვიძებს და მალევე იძინებს.

1 თუმცა იმასაც ამბობენ, თითქოს ჭიანჭველებს საერთოდ არ სძინავთ. ზოგადად კი ცხოველების ძილი პრინციპულად არ განსხვავდება ადამიანის ძილისაგან, ოღონდ ცხოველების ნელი ძილი ნაკლებ დიფერენცირებულია და ისინი ყოველი ციკლის მერე იღვიძებენ

2 მაგალითად ის, რომ ადამიანმა ძილის წინ არ უნდა ჭამოს, რეგულარულად ივარჯიშოს, მაგრამ არა გვიან საღამოს, დაწვეს დასაძინებლად და ადგეს ერთსა და იმავე დროს ა.შ.

მაგრამ იმის გამო, რომ ღამის განმავლობაში ეს მრავალჯერ მეორდება, იგი გამოუძინებელი რჩება. ძილის მოშლილობის კიდევ ერთი სახე ე.წ. ნარკოლეფსიაა. ადამიანს ღლისით უეცრად და მოულოდნელად ერევა ძილი. ეს სწრაფი ძილის საფეხურზე ხდება და, რაკი ამ დროს სხეული თითქმის პარალიზებულია, იგი კარგავს კონტროლს მოძრაობებზე; ადამიანი შეიძლება პირდაპირ ჩაიკეცოს იქ, სადაც ღვას. თავისთავად ცხადია, რომ ძილის ამგვარი დარღვევა ბევრ საფრთხეს შეიცავს. საბედნიეროდ, ის საკმაოდ იშვიათია.

სიზმარი ძილის ყველაზე საინტერესო და საიდუმლოებით მოცული ასპექტია. არსებობს მხოლოდ ვარაუდები იმის თაობაზე, თუ რატომ ვხედავთ სიზმრებს. არანაკლებ ამოუხსნელი და პრობლემატურია სიზმრის შინაარსი. სიზმარში ყოველდღიური მოვლენები და ფაქტები ისეთ არაჩვეულებრივ და ზოგჯერ აბსურდულ შეხამებაში წარმოუდგება მძინარე ადამიანს, რომ მისთვის თითქმის შეუძლებელი ხდება მათი ახსნა. სიზმარში ადამიანის შესაძლებლობებიც უსაზღვროა. მას, მაგალითად, შეუძლია იფრინოს, გადაახტეს უფსკრულს და სხვა. ამავე დროს, სიზმრის შინაარსი, რაც არ უნდა ფანტასტიკური და ალოგიკური იყოს, მძინარე ადამიანის მიერ განიცდება როგორც სინამდვილე, ე.ი. ძილში მას სავსებით რეალურად ეჩვენება ის, რომ დაფრინავს ან, ვთქვათ, ებრძვის ურჩხულს.

აღსანიშნავია, რომ ადამიანი ამ ტიპის სიზმრებს ნახულობს ძილის მხოლოდ გარკვეულ საფეხურზე, სახელდობრ სწრაფი ძილის დროს. ამასთან, მთავარია რომ ყველა, ვინც ამ საფეხურზე იღვიძებს, სიზმრის ნახვის ფაქტს ადასტურებს და ახსოვს კიდევ მისი შინაარსი. მათ შორის კი, ვინც იღვიძებს ნელი ძილის რომელიმე საფეხურზე, მხოლოდ 25% შეუძლია დარწმუნებით თქვას, რომ სიზმარი ნახა. აღსანიშნავია ისიც, რომ ნელი ძილის დროს ნანახი სიზმრების

შინაარსი მკვეთრად განსხვავდება სწრაფ ძილში ნანახი სიზმრებისაგან. ეს სიზმრები, როგორც წესი, საკმაოდ ლოგიკურია, ნაკლებ ემოციური და, რაც მთავარია, ასახავს სიფხიზლეში მომხდარ მოვლენებს.

სიზმრის შინაარსის მასალას წარმოდგენები შეადგენს. მათი უმეტესობა მხედველობითი წარმოდგენებია. ამიტომაც ვამბობთ, რომ სიზმარს ვნახულობთ. მაგრამ სიზმრის შინაარსში შედიან სმენითი, შეხებითი, მოძრაობითი, სუნის, გემოს და სხვა წარმოდგენებიც. დაბადებიდან ბრმა ადამიანების სიზმრები მთლიანად მათგან შედგება. მაგრამ, ეს მხოლოდ მასალაა, რომლითაც რეალიზდება სიზმრის სიუჟეტები. მათი მრავალფეროვნება გაოცებას იწვევს. მათი ხასიათი ცვალებადობს უაღრესად რეალისტურიდან სრულიად ფანტასტიკურამდე. უკვე ფროიდმა შეამჩნია, რომ სიზმრების ფაბულა ხშირად ჩაირთავს ჩვენს დამოკიდებულებებს დღის განმავლობაში მომხდარი მოვლენების მიმართ. შედარებით იშვიათად, მაგრამ სიზმარზე ზემოქმედებენ გარეგამლიზიანებლებიც. რაიმე სუნი ან სატელეფონო ზარი შეიძლება უმაღლ ჩაერთოს სიზმრის ფაბულაში. ერთ-ერთ ექსპერიმენტში მძინარე ადამიანებს წყალს ასხურებდნენ. ექსპერიმენტის მონაწილეებს სხვებზე ხშირად ესიზმრებოდათ წყალთან დაკავშირებული სიზმრები, სადაც იყო ჩანჩქერი, წვიმა და სახურავიდან ჩამოსული წყალიც კი. ასევე მოქმედებს სიზმრის შინაარსზე შიდაგამლიზიანებლები. მაგალითად, მშიერ ადამიანს შეიძლება დაესიზმროს, რომ საჭმელს შეეჭცევა. მაგრამ აღსანიშნავია, რომ ეს გამლიზიანებლები სიზმრის შინაარსის მხოლოდ უმნიშვნელო ნაწილს განსაზღვრავენ და ის, თუ საიდან ჩნდება სიზმრის შინაარსის უსაზღვრო მრავალფეროვნება, მაინც აუხსნელი რჩება.

სიზმრის ბუნების გარკვევის მრავალი მცდელობა არსებობს. ყველა ისინი ორი პრინციპული მიდგომის ფარგლებ-

ში თავსდება. პირველი (ფიზიოლოგიური) მიდგომის თანახმად, ძილში ტვინი ისვენებს, მისი აქტივობა შეკავებულია; რჩება მხოლოდ აქტივობის ცალკეული უბნები, რომლებიც ახდენენ სიზმრების პროდუცირებას. როგორც ტვინის შემთხვევითი და არაორგანიზებული აქტივობის შედეგი, სიზმრები განიხილება წარმოდგენების უსისტემო კომბინაციების სახით (როგორც თავისებური ფსიქიკური „ხმაური“). სიზმრებს არა აქვთ ლოგიკური კავშირი არც ერთმანეთთან და არც სიფხიზლის აქტივობის შინაარსთან.

ასეთი გაგება სიზმარს სასარგებლო ფუნქციის გარეშე ტოვებს, რაც ფაქტებს ეწინააღმდეგება. მაგალითად დადგენილია, რომ პარადოქსული ძილი და მასთან დაკავშირებული სიზმრები აუცილებელია ორგანიზმისთვის. სწრაფი ძილის დათრგუნვა ღამის განმავლობაში იწვევს: ა) გამოუძინებლობის განცდას; ბ) მისი ხანგრძლიობის მნიშვნელოვან ზრდას (კომპენსაციას) შემდგომ ღამეებში; გ) სიზმრების მომრავლებას ნელი ძილის დროს; დ) გარკვეულ ფსიქიკურ ცვლილებებს (ქცევის დეზადაპტაცია, არამოტივირებული შიში, შალუცინაცია, აგზნება ან დეპრესია), რომელთა ხასიათი დამოკიდებულია პიროვნების ინდივიდუალურ თავისებურებებზე. ეს ფაქტები მიუთითებს სიზმრის დიდ ფსიქოლოგიურ დატვირთულობაზე. ამიტომ, მეორე (ფსიქოლოგიური) მიდგომის მომხრენი სიზმარს განიხილავენ სერიოზული ფსიქოლოგიური შინაარსის მქონე აქტივობის სახით, რომელიც დაკავშირებულია როგორც ღვიძილის აქტივობასთან, ისე სხვა სიზმრების შინაარსთან სხვადასხვა, მეტ წილად, არაცნობიერი ფსიქიკური პროცესების საშუალებით. ამ შემთხვევაში აქცენტი კეთდება სიზმრის სასარგებლო, ადაპტაციურ ფუნქციაზე.

რაში მდგომარეობს კონკრეტულად ეს ფუნქცია, რას აკეთებს, რა პრობლემებს აგვარებს სიზმარი? ამაზე შეთანხმე-

ბული აზრი ჯერ არ არსებობს. ყველაზე ცნობილია ფროიდის შეხედულება. ფროიდის მიხედვით, ადამიანები არა-ცნობიერში მალავენ პრიმიტიულ და ზნეობრივად მიუღებელ (უპირატესად სექსუალურ) სურვილებს. ძილში ცნობიერების ცენზურა რამდენადმე შესუსტებულია და მათ საშუალება ეძლევათ სიზმრისეულ ცნობიერებაში ამოვიდნენ. მაგრამ, ვინაიდან პიროვნების გარკვეული კონტროლი ძილშიც შენარჩუნებულია, აკრძალული ლტოლვები სახეს იცვლიან და სიზმარში შენიღბული, სიმბოლური სახით წარმოგვიდგებიან. ამიტომაცაა, რომ სიზმრები ხშირად საკვირველი და უაზრო გვეჩვენება. სინამდვილეში ეს უცნაურობა მოჩვენებითია და მის მიღმა რეალური არა-ცნობიერი ლტოლვებია დაფარული. სიზმრის სიმბოლოების გაშიფვრით ფსიქოანალიზს სააშკარაოზე გამოაქვს მათი ჭეშმარიტი მნიშვნელობა. სიზმრის ბუნების ასეთი გაგება ეხმიანება პლატონის ძველ პოზიციას, რომელიც წერდა, რომ კარგი ადამიანები კმაყოფილდებიან სიზმრებით იმის თაობაზე, რასაც ცუდი ადამიანები სჩადიან სინამდვილეში.

ოპონენტებს მიაჩნიათ, რომ სიზმრების ფროიდისეულ ინტერპრეტაციას ჩიხში შეეყვართ. ზოგი თვლის, რომ თუ სიზმრებში სიმბოლიკა არსებობს, იგი ინდივიდისა და ვითარების თავისებურებების გათვალისწინებით უნდა იქნას გაშიფრული და არა ფროიდის მიერ შექნილი „სიზმრების განმარტებითი ლექსიკონის“ მეშვეობით, სადაც გარკვეულ ობიექტებს და ქმედებებს ფიქსირებული სიმბოლური მნიშვნელობა მიეწერება (მაგალითად წაწვეტიებული და წაგრძელებული საგნები მამაკაცის სასქესო ორგანოს აღნიშნავენ და სხვა); მეცნიერთა დიდი ნაწილი თვლის, რომ სიზმარში, არსებითად, არაფერია სიმბოლური და საიდუმლო. მათი აზრით ფანქარი ან თოფი სიზმარში ის არის რაც სინამდვილეშია და სხვა არაფერი. თვით ფროიდიც, რომელსაც

ძალიან უყვარდა სიგარები აღიარებდა, რომ „ზოგჯერ სიგარა სიზმარში – ეს მხოლოდ და მხოლოდ სიგარაა“.

სხვა თვალასაზრისის მიხედვით, სიზმარი ერთგვარი ფსიქოლოგიური თავდაცვის მექანიზმის როლს ასრულებს. იგი ხატოვანი, არაცნობიერი აზროვნების საშუალებით ემსახურება იმ შინაგანი, მოტივაციური კონფლიქტების მოხსნას, რომელთა მოგვარება სიფხიზლეში, ლოგიკური ზროვნების გზით, ვერ ხერხდება (შფოთვისა და დეპრესიულობის მაჩვენებლის აწევა სწრაფი ძილის დათრგუნვისას თითქოს ამის სასარგებლოდ მეტყველებს). კიდევ ერთი შეხედულებით, სიზმრის ფუნქციად მიჩნეულია იმ პრობლემების გადაწყვეტა, რომლებიც ადამიანის წინაშე სიფხიზლეში დგას (ამის დასტურად მოაქვთ სიზმარში გაკეთებული აღმოჩენებისა და მიხვედრების მაგალითები).

თანამედროვე კოგნიტური თეორიების მოხედვით, ტვინი ძილის პროცესში ისე მუშაობს, როგორც კომპიუტერი, რომელსაც დიდი მოცულობის მეხსიერება და სხვადასხვა მაკონტროლებელი პროგრამები აქვს. როდესაც ძილში ტვინი თავისუფლდება გარეგამლიზიანებლებისაგან, მეხსიერების მთელი მარაგი და მაკონტროლებელი პროგრამები მისთვის მისაწვდომი ხდება და იწყება მათი მოდიფიკაციისა და რეორგანიზაციის პროცესი დღის განმავლობაში მიღებული ინფორმაციის საფუძველზე. აქ მნიშვნელოვანი როლი ენიჭება ფსიქიკურ ფუნქციონირებას, რომელიც სიზმრის სახით მიმდინარეობს. ერთ-ერთი ჰიპოთეზის მიხედვით, ინფორმაციის გადამუშავება ორ ფაზას გაივლის. ჯერ ხდება ინფორმაციის შეფასება და განზოგადება, რაც ნელი ძილისთვის დამახასიათებელ სიზმრებში აისახება. ეს სიზმრები ლოგიკური, მწყობრი და რეალისტურია. გადამუშავების მეორე სტადიაზე ინფორმაცია გადაიგზავნება ხანგრძლივი მეხსიერების სტრუქტურის გარკვეულ უბნებში და უკავშირდება

იქ შენახულ მასალას. ამას თან ახლავს სწრაფი ძილის სიზმრებისთვის დამახასიათებელი შინაარსეული უცნაურობანი, რაც აიხსნება ძველი და ახალი მასალის ურთიერთმორგების პროცესის თავისებურებებით, ხოლო მათი ემოციური დამუშავება – ტვინის სათანადო ზონების აქტივაციით.

§ 2. ოცნება

ოცნება ცნობიერების ისეთი შეცვლილი მდგომარეობაა, რომლისთვისაც, სიზმრის მსგავსად, დამახასიათებელია ფანტაზიის თავისუფალი მუშაობა. ამიტომაც, ზოგიერთ ენაში (მაგალითად ინგლისურში) სიზმარს და ოცნებას ერთი სიტყვით გამოხატავენ. მაგრამ, განსხვავებით სიზმრისაგან, რომელშიც ფანტაზია თითქმის შეუფერხებლად მოქმედებს, ადამიანი ოცნებობს ცხადში და მისი ოცნების შინაარსი არასოდეს ღებულობს აბსურდულ ფორმას, მასში არასდროს გვხვდება გვერდიგვერდ ერთმანეთთან შეუთავსებელი ცნებები და ფაქტები. ოცნებაში ადამიანი არ ებრძვის ურჩხულებს, არ დაფრინავს და სხვა. ოცნება იმითაც განსხვავდება სიზმრისაგან, რომ ამ უკანასკნელში, რაც უნდა არარეალური იყოს ფანტაზიის ნაყოფი, მძინარე ადამიანი მას როგორც სინამდვილეს განიცდის. მეოცნებესთან პირიქითაა – მართალია ოცნების პროცესში მისი წარმოდგენები არ წყდება სინამდვილეს, იგი მაინც ნათლად აცნობიერებს, რომ ისინი მისი ფანტაზიის ნაყოფია.

საკითხავია, რატომ იწყებს ადამიანი ოცნებას. ირკვევა, რომ ეს უფრო ხშირად მაშინ ხდება, როცა ადამიანს არ აკმაყოფილებს თავისი ცხოვრების კონკრეტული პირობები. მას არც რაიმეს შეცვლის ძალა შესწევს; ამიტომ, ფსიქოლოგიურ გამოსავალს და ნუგეშს ოცნებაში პოულობს.

ოცნების ერთ-ერთი ძირითადი ნიშანი მისი **ეგოცენტრულობაა**. ადამიანი მხოლოდ იმაზე ოცნებობს, რაც უშუალოდ მის „მე“-ს შეეხება. ეს, ცხადია, არ ნიშნავს, თითქოს ოცნების საგანი არ შეიძლება სხვისი კეთილდღეობა იყოს, მაგრამ ის ყოველთვის საკუთარ წარმატებასთან არის დაკავშირებული. მაგალითად, ადამიანმა შეიძლება იოცნებოს სამსახურში თავისი უფროსის დაწინაურებაზე, რაც საკუთარ წინსვლაში დაეხმარება. ოცნების კიდევ ერთ მთავარ ნიშანს მისი **პროსპექტულობა** ანუ მომავალზე მიმართულობა წარმოადგენს. ოცნება მხოლოდ იმას შეეხება, რაც უნდა მოხდეს, და არა იმას, რაც მოხდა. აქედან გასაგები ხდება, რომ ოცნების ბუნების გაგებისთვის გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს ადამიანის მისწრაფებებს – ისინი ხომ სწორედ მომავლისკენ არიან მიმართული.

მისწრაფება, რომელიც ოცნებას აღძრავს, ადამიანის ცხოვრების კონკრეტულ პირობებში განუხორციელებადი უნდა იყოს. ოცნების ფუნქციას სწორედ ის შეადგენს, რომ ადამიანმა თავისი ფანტაზიის მეშვეობით წარმოიდგინოს ისეთი პირობები, რომლებშიც მისი დუკმაყოფილებელი სურვილები დაკმაყოფილდება. რომელიმე კინოვარსკვლავზე შეყვარებულმა ახალგაზრდამ შეიძლება ოცნებაში წარმოიდგინოს, რომ ლატარიაში დიდი თანხა მოიგო, წავიდა ჰოლივუდში და რომანი გააბა თავის კერპთან. ცხადია, რომ განუხორციელებელი მისწრაფება საკმაოდ ძლიერი უნდა იყოს, რათა ოცნება გამოიწვიოს. ამ მისწრაფებასთან დაკავშირებული ოცნებების სიხშირე მის ინტენსიობაზეა დამოკიდებული.

ოცნების აღმოცენების თავისებურებათა გასარკვევად აუცილებელია მეოცნებე ადამიანის **პიროვნული თვისებების** გათვალისწინება. აქ ძირითადად იმ პიროვნულ თვისებებზეა საუბარი, რომლებზეც დამოკიდებულია ის, თუ რა მო-

ცულობით უჩნდება ადამიანს განუხორციელებელი სურვილები. თითქმის დარწმუნებით შეიძლება ითქვას, რომ რაციონალურად მოაზროვნე, პრაქტიკულ პიროვნებას ასეთი სურვილები ნაკლებად უჩნდება, ვიდრე არაპრაქტიკულ, რომატიკულად განწყობილ ნატურას. შესაბამისად, ასეთი ადამიანი ნაკლებ დროსაც უთმობს ოცნებას.

დასასრულ, უნდა ითქვას იმაზეც, თუ რა განსაზღვრავს ოცნების კონკრეტულ შინაარსს. ზემოთ უკვე ითქვა, რომ ოცნების შინაარსი წარმოსახვის ნაყოფია, თუმცა ის როგორც წესი რეალისტურია, ე.ი. ადამიანს ოცნებაში ისეთი რამ წარმოუდგება, რაც მისთვის მიუღწეველია, მაგრამ პრინციპში განუხორციელებადია. ამას უნდა დაემატოს, რომ ყოველი ადამიანის ოცნების შინაარსი დიდად არის დამოკიდებული მის ცხოვრებისეულ გამოცდილებაზე და ინფორმირებულობაზე. ვერ იოცნებებ იმაზე, რის შესახებაც არაფერი არ გაგიგია და წამოდგენა არა გაქვს.

§ 3. ფსიქოაქტიური ნივთიერებები

ცნობიერების ჩვეულებრივი, ნორმალური მდგომარეობა შეიძლება შეიცვალოს ე.წ. ფსიქოაქტიური ნივთიერებების (ნარკოტიკების) ზეგავლენითაც. მათი მიღების შედეგად ადამიანის გრძნობები, წარმოსახვა, აზროვნება, აღქმა და საერთოდ მთელი ქცევა სახეს იცვლის. ადამიანი თავისუფლდება დაძაბულობისაგან, უფრო გაბედულად მოქმედებს და ამავე დროს სიამოვნებას და ზოგჯერ ეიფორიასაც განიცდის.

კაცობრიობა, ყოფით და რიტუალურ-რელიგიურ სფეროში, უძველესი დროიდან იყენებდა სხვადასხვა ფსიქოაქტიური ნივთიერების შემცველ მცენარეებს. შუმერები ყაყაოს სიხარულის მცენარეს უწოდებდნენ; კანაფი ძველ ეგვიპტე-

შია ცნობილი; ჰალუცინოგენური სოკოების მიღებას ეფუძნება მთელი ევროპული და ამერიკული შამანიზმი; კოკა ინკების წმინდა მცენარეა; ყურძნის გადადუღებული წვენი — ღვინო „ქრისტეს სისხლია“, რომლის გარეშე წარმოუდგენელია ზიარების საიდუმლო.

ცნობიერებაზე ამ ნივთიერებების ზემოქმედების სპეციფიკის გათვალისწინებით მათ სამ ჯგუფად ყოფენ: 1. დეპრესანტები, რომელთაც დამაწყნარებელი, გამაყუჩებელი ზემოქმედება აქვთ; 2. სტიმულატორები, რომლებიც აღაგზნებენ ადამიანს და 3. ჰალუცინოგენები, რომლებიც ცვლიან აღქმის ნორმალურ მსგლელობას. ამ ნივთიერებების ცნობიერებაზე ზეგავლენის სხვადასხვაგვარობის მიუხედავად მათ მნიშვნელოვანი საერთო თვისებებიც აქვთ. აქ მთავარია ამ ნივთიერებებზე ფიზიკური და ფსიქოლოგიური დამოკიდებულების განვითარება. ფიზიკური დამოკიდებულებისას ორგანიზმში ხდება ისეთი ბიოქიმიური ძვრები, რის გამოც ადამიანს აღარ შეუძლია ნარკოტიკის გარეშე არსებობა. მისი მიღების უეცარი შეწყვეტა იწვევს აბსტინენციის სინდრომს ე.წ. „ლომკას“ (თავის ტკივილი, თავბრუსხვევა, ტაქიკარდია, კრუნჩხვა, პირღებინება და სხვა), ზოგჯერ ლეტალური შედეგით. ფსიქოლოგიური დამოკიდებულება გამოიხატება ნარკოტიკის მიღების სურვილში სიამოვნების ან კმაყოფილების განსაცდელად. ეს განსაკუთრებით სტრესის მომხსნელი ნარკოტიკების შემთხვევაში ხდება. ამასთან, ნარკოტიკული დამოკიდებულება აყალიბებს ტოლერანტობას: სასურველი ეფექტის მისაღებად სულ უფრო დიდი დოზის მიღება ხდება საჭირო.

დეპრესანტები ეწოდება ფსიქოაქტიურ ნივთიერებებს, რომლებიც აწყნარებენ ადამიანს, აცხრობენ აგზნებას, ხსნიან ტკივილს და ზოგ შემთხვევაში ეიფორიასაც განაცდენებენ. მათ მიეკუთვნება ტრანკვილიზატორები (დამაწყნა-

რებელი საშუალებები), ბარბიტურატები (ძილის აბები), ალკოჰოლი და ოპიატები. ბოლო ორს უფრო გამოკვეთილი ზემოქმედება ახასიათებს, ამიტომ მათზე შევჩერდეთ.

თითქმის ყველა საზოგადოებაში, პრიმიტიულსა თუ განვითარებულში, ალკოჰოლის ხმარება თანსდევს თითქმის ყველა მნიშვნელოვან თუ უმნიშვნელო მოვლენას. ალკოჰოლის ზემოქმედება ადამიანზე თავისებურია. დასაწყისში ის უფრო სტიმულანტის სახით მოქმედებს: მორცხვი ადამიანი შეიძლება გაბედული და აგრესიულიც გახდეს. მაგრამ, საბოლოო ჯამში, ალკოჰოლი მაინც დეპრესანტია, ვინაიდან ნასვამ ადამიანს ძილი ერევა, მისი რეაქცია შენელებულია. ამიტომაც არის, რომ ნასვამ მძღოლებს გაცილებით ხშირად მოსდით ავარია, ვიდრე ფხიზლებს. ალკოჰოლის სისტემატური ხმარება მასზე დამოკიდებულებას ანვითარებს, რასაც ხშირად ალკოჰოლიზმი მოყვება.

ოპიატები გაცილებით ძლიერმოქმედი დეპრესანტებია. მათ მიეკუთვნება ოპიუმი, მორფინი, ჰეროინი და კოდეინი. ადრე მათ, როგორც ძლიერ ტკივილგამაყუჩებლებს, საკმაოდ ფართოდ და კონტროლის გარეშე იყენებდნენ. ჩვენს დროში ოპიატებს შორის ყველაზე გავრცელებულია ჰეროინი. იგი მორფინზე გაცილებით უფრო კონცენტრირებულია. ვენაში შეყვანილი ჰეროინი დასაწყისში იწვევს სრული ნეტარების, ყოვლისმომცველი ორგანიზმის ხანმოკლე პერიოდს, რომელიც იცვლება კეთილდღეობისა და ბედნიერების განცდით. ამავე დროს, სიმთვრალისაგან განსხვავებით, ჰეროინის მიღების შემდეგ ადამიანი იშვიათადაა აგრესიული და არ უქვეითდება ინტელექტუალური ან სხვა უნარი. მაგრამ ჰეროინის მიღება ძალზე სახიფათოა, რადგან სულ რამდენიმე კვირაში ნარკომანთა 90%-ში იწვევს უძლიერეს ფიზიკურ დამოკიდებულებას და დოზის გაზრდის აუცილებლობას. დოზის გადამეტება კი სიკვდილის მიზეზი ხდება.

სტიმულანტები ამაგზნებელი ნივთიერებებია. მათ მიეკუთვნება კოფეინი, ნიკოტინი, ამფეტამინები და კოკაინი. კოფეინს შეიცავს საყოველთაოდ გავრცელებული სასმელები — ჩაი და ყავა. მათ სუსტი მატონიზირებელი ეფექტი აქვთ. ნიკოტინი პირველ რიგში ხსნის სტრესს და დამამშვიდებლად მოქმედებს, მაგრამ ცოტა ხნის შემდეგ, ნონადრენალინის გამოყოფასთან ერთად, მატულობს ტვინის აქტივობა. ეს გრძელდება რამდენიმე ათეულ წუთს, რის მერეც მწვეველს უჩნდება სურვილი კვლავ მოწიოს. ამფეტამინები უფრო ფსიქოლოგიურ დამოკიდებულებას იწვევენ, თუმცა მათი ამაგზნებელი ზემოქმედება გაცილებით ძლიერი და ხანგრძლივია. ამფეტამინების მიღება თავდაპირველად იწვევს ფიზიკური კეთილდღეობის, ფორმაში ყოფნის შეგრძნებას. შემდეგ იქმნება ინტელექტუალური ეგზალტაციის მდგომარეობა, ლაპარაკის, რაიმეს შექმნის დაუოკებელი სურვილი, გარშემომყოფებზე მაღლა დგომის ილუზია. ამფეტამინების ხანგრძლივ მიღებას მიეყვარათ პარანოიდულ გამოვლინებებამდე: ტოქსიკომანს უჩნდება დევნის და სოციალური საფრთხის განცდა, ბოდვითი აზრები, სმენითი ჰალუცინაციები.

კოკაინი კიდევ უფრო ძლიერი საშუალებაა, ამიტომაც ძალიან ფასობს. მის მიერ გამოწვეული ეიფორია უაღრესად ინტენსიურია. ადამიანი თავს ღონივრად და ქმედითად გრძნობს; იგი ნათლად ხედავს სასიცოცხლო პერსპექტივას, განიცდის ძალთა მოზღვავებას, თავდაჭერებულობას. კოკაინი ყველაზე გავრცელებული არალეგალური სტიმულანტია. იგი ძალიან სწრაფად იწვევს ფსიქოლოგიურ, ხოლო მოგვიანებით ფიზიკურ დამოკიდებულებას ყველა თანმდევი სიმპტომითა და დამანგრეველი შედეგით.

ჰალუცინოგენები (ფსიქოდელიკები), კერძოდ ჰაშიში, უძველესი დროიდან მოიხმარება აღმოსავლეთში. დღეს ჰაშიში და მარიხუანა გასართობად მისაღებ ნარკოტიკებს შორის

ყველაზე გავრცელებულია ნიკოტინისა და ალკოჰოლის მერე. ეს ერთგვარად მათი მოქმედების მრავალფეროვნებით აიხსნება, რაც ფსიქოაქტიური ნივთიერებების გარკვეული კლასისასდმი მათ ცალსახა მიკუთვნებასაც კი ართულებს. მათ ახასიათებთ ჰალუცინაციური, ამაღზნებელი და ეიფორიული მოქმედება. ეს უკანასკნელი ეფექტი მარიხუანას მცირე დოზით მოწევას მოსდევს: ადამიანი უკეთ უგებს თავის თავს და სხვებს, ჰარმონიაშია ბუნებასთან და მთელს სამყაროსთან, წარმოსახვა და ასოციაციები თავისუფლდება. დოზის მნიშვნელოვანმა გაზრდამ შეიძლება გამოიწვიოს ილუზიები და ჰალუცინაციები.

ეს ეფექტები გაცილებით უფრო გამოხატულია ისეთი ძლიერი ჰალუცინოგენის მიღებისას, როგორიცაა **LSD**. ამ დროს ყველაზე მეტად იცვლება აღქმა: საგნები მკვეთრად იცვლიან ფერს, ჟღერადობას, ფორმას, ზომას. იცვლება საკუთარი სხეულის შეგრძნება, აგრეთვე დროის განცდა: იგი ჩერდება ან საოცრად გარბის. ეს ილუზიები, ასე თუ ისე, სუბიექტის კონტროლის ქვეშ რჩება. ჰალუცინაციები ჩნდება ძალიან დიდი დოზების მიღებისას; მაშინ ადამიანს შეუძლია, ვთქვათ განიცადოს თავი ჩიტად და სათანადოდ მოიქცეს. ჰალუცინოგენების ბოროტად გამოყენების საფრთხე ამაშია – სამყაროსთან რეალური კავშირის გაწყვეტამ შეიძლება ადამიანს მართლა „სახიფათო მოგზაურობა“ ჩაადენინოს, თორემ დამოკიდებულების გამომუშავების მხრივ, ეს ნივთიერებები სხვა ნარკოტიკებზე საგრძნობლად ნაკლებ საშიშროებას შეიცავენ.

§ 4. ჰიპნოზი.

ჰიპნოზი ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობაა. იგი ხასიათდება ცნობიერების მოცულობის შევიწროვებით და

შთაგონების შინაარსზე ფოკუსირებით, აქედან გამომდინარე, კონტროლისა და თვითცნობიერების ფუნქციების შეცვლით. ის აღმოცენდება სპონტანურად, მიზანდასახული თვითშთაგონების (აუტოჰიპნოზი) ან ჰიპნოტიზიორის სპეციალური ზემოქმედების (ჰიპნოტიზაციის) შედეგად. ე.წ. ვერბალური ჰიპნოტიზაციის დროს ადამიანს აძლევენ გარკვეულ სიტყვიერ მითითებებს: დახუჭოს თვალები და განიცადოს მათი დამძიმება, მოდუნდეს, მოეშვას და დაიძინოს. არავერბალური ტექნიკა გულისხმობს ძლიერ, ან პირიქით სუსტ, მონოტონურ გამღიზიანებლებზე (მაგალითად, ბრჭყვიალა საგანზე ან მეტრონომის ხმაზე) ფიქსაციას. ყველა შემთხვევაში ადამიანი ერთგვარი ტრანსის მდგომარეობაში გადადის და ემორჩილება ჰიპნოტიზიორს.

ჰიპნოზის მდგომარეობაში ინდივიდში ისეთი ფიზიოლოგიური და ფსიქოლოგიური რეაქციები შეიძლება აღმოცენდეს, რომლებიც, ნორმალური ცნობიერებისას არა მხოლოდ არ არის მისთვის დამახასიათებელი, არამედ უბრალოდ შეუძლებელიცაა. თუ თქვენ ჩვეულებრივ პირობებში ხელზე ცივ მონეტას დაგადებენ და გეტყვიან, რომ ის დამწვრობას გამოიწვევს, უბრალოდ გაგეცინებათ. ჰიპნოზში ეს რეალობად იქცევა. ცვალებადობას ექვემდებარება ბევრი სხვა, ჩვეულებრივი ცნობიერებისთვის მიუწვდენელი ორგანიზმული პროცესი (წნევა, ტემპერატურა, ჭირკვლების სეკრეცია და ა.შ.). ეს განაპირობებს მის გამოყენებას სამედიცინო პრაქტიკაში. განსაკუთრებით, როგორც ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება ქირურგიაში, მეან-გინეკოლოგიაში, დამწვრობის დროს და სხვა.

რაც შეეხება ფსიქიკურ თავისებებს, ჰიპნოზში შეიძლება შეიცვალოს აღქმა (სხვადასხვა სახის ილუზიები, პოზიტიური და ნეგატიური ჰალუცინაციები ე.ი. არარსებულის აღქმა და არსებულის აღუქმელობა), მეხსიერება (გარკვეული ვი-

თარებებისა და ფაქტების დავიწყება ან მოგონება, ახალი მასალის დამახსოვრების აქტივაცია), აზროვნება (ნორმალური ლოგიკის დარღვევა ან რაციონალური პოტენციალის სტიმულირება), პიროვნება (მოტივები, ემოციები, დამოკიდებულებები, განწყობილებები, ჩვეულებები და ბევრი სხვა). სწორედ ამიტომ ჰიპნოთერაპია ფსიქოთერაპიის ერთ-ერთ უძველეს და დამკვიდრებულ ფორმად ითვლება (იხ. თავი კლინიკური ფსიქოლოგია).

ჰიპნოზს ყველა ერთნაირად არ ექვემდებარება. მოსახლეობის 5-10% არაჰიპნოზილურია, ანუ მისი ჰიპნოზში შეყვანა შეუძლებელია. დაახლოებით ამდენივე, პირიქით, ძალიან ადვილად გადადის ჰიპნოტორ მდგომარეობაში, ანუ ჰიპნოზილურია. თუ რაზეა ეს დამოკიდებული ჯერ, კიდევ არ არის ნათლად გარკვეული. ჰიპნოზის კიდევ ერთი დამახასიათებელი თვისება ე.წ. პოსტჰიპნოტური ამნეზიაა. ადამიანი ივიწყებს იმას, რაც მოხდა ჰიპნოზში, თუ ჰიპნოტიზიორისაგან ასეთ ინსტრუქციას მიიღებს. თუმცა, ეს ამნეზია არ არის აბსოლუტური და ყოველისმომცველი. მთლიანი დავიწყება არც თუ ისე ხშირია; უმეტესობას რაღაც მაინც ახსოვს; არიან ისეთებიც, ვინც არაფერს ივიწყებს. აღსანიშნავია, რომ ეს განსხვავებები არ უკავშირდება ინდივიდთა მეხსიერების თვისებებს.

ჰიპნოზის ყველაზე საინტერესო და დრამატულ თავისებურებას ე.წ. პოსტჰიპნოტური რეაქციები შეადგენს; ადამიანი არა მხოლოდ ჰიპნოზში ემორჩილება ჰიპნოტიზიორს, არამედ ჰიპნოზიდან გამოსვლის შემდეგაც ასრულებს იმ მოქმედებებს, რომელთა შესრულება ჰიპნოზში ჩააგონეს, თანაც ისე, რომ ამ დავალების შესახებ არაფერი ახსოვს. ამ შემთხვევაში იგი ერთობ უცნაურ და აბსურდულ რამეებსაც აკეთებს ხოლმე. შთაბეჭდილება ისეთია, რომ სუბიექტი თანახმაა უარი თქვას საკუთარ საღ აზრზე. მაგრამ დადგენი-

ლია, რომ შეუძლებელია ჰიპნოზის შედეგად მიაღწიო ადამიანისაგან იმას, რაც კატეგორიულად ეწინააღმდეგება მის პიროვნულ ბუნებას, და რასაც იგი არავითარ შემთხვევაში არ გაამართლებდა ნორმალურ მდგომარეობაში.

§ 5. მედიტაცია.

მედიტაცია ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობის მიღწევის კიდევ ერთი გზაა. იგი გულისხმობს გარკვეული რიტუალებისა და პროცედურების შესრულებას, რის შედეგადაც ადამიანი ფიზიკურად დუნდება, სულიერად მშვიდდება, მას მოიცავს სიამოვნებისა და ზოგჯერ ნეტარების გრძნობა. ხანგრძლივმა მედიტაციამ შეიძლება გამოიწვიოს მისტიკური გაცდა იმისა, რომ პიროვნება ქრება და რაღაც უფრო ფართო და იდუმალი ცნობიერების ნაწილად იქცევა. მედიტაციის ტექნიკა ცნობილია უძველესი დროიდან და წარმოდგენილია თითქმის ყველა ძირითად რელიგიაში: ინდუიზმში, ბუდიზმში, იუდაიზმში, სუფიზმში, ქრისტიანობაში და სხვა.

თანამედროვე სამყაროში მედიტაცია უპირატესად იოგას პრაქტიკას უკავშირდება, რომელიც ბუდიზმიდან მომდინარეობს. ეს რელიგიურ-ფილოსოფიური მოძღვრება საბოლოო მიზანს ადამიანის მუდმივი ტანჯვისაგან გათავისუფლებაში ხედავს (ტანჯვა, მღელვარება მოუცილებელი მომენტია ცხოვრებისა, რომელიც, თავის მხრივ, სხეულისა და სულის გარდასახვათა უსასრულო პროცესს წარმოადგენს). გათავისუფლება მხოლოდ განსაკუთრებულ მდგომარეობაში – ნირვანაშია შესაძლებელი. მედიტაცია ნირვანას მიღწევის გზაა.

იოგა ფაქტობრივად ადამიანის სრულყოფისა და ფსიქიკუ-

რი ტრანსფორმაციის საშუალებაა. იგი, არსებითად, ორ ურთიერთდაკავშირებულ ასპექტს შეიცავს: თვითშეზღუდვას (ასკეტიზმი) და გონებრივ ჭვრეტა-კონცენტრაციას. მედიტაცია პირდაპირი მნიშვნელობით ამ უკანასკნელს ნიშნავს. ის ბოლო საფეხურია განწყობისა და სულიერი გასხივოსნების რთულ და ხანგრძლივ გზაზე, რომელიც კლასიკურ სისტემაში რვა სტადიას მოიცავს. ის გულისხმობს მკაცრი მორალური ნორმებისა და საყოფაცხოვრებო წესების შესრულებას, სხეულის ფლობას და სუნთქვის კულტურას, თვითჩაღრმავებას და გრძნობებისაგან გათავისუფლებას. მხოლოდ ამის შემდეგ იწყება უშუალოდ ცნობიერების შეცვლაზე მიმართული აქტივობა, ანუ საკუთრივ მედიტაცია. ხდება რაიმე შინაარსზე ყურადღების კონცენტრაცია, რომელიც გადადის ისეთ სტადიაზე, როდესაც თანდათან იშლება ზღვარი შემეცნებელსა და შესამეცნებელს, სუბიექტსა და სამყაროს შორის და ბოლოს მიიღწევა გასხივოსნება, გათავისუფლება.

ნირვანაში ცნობიერების თვისებრივი შეცვლა ხდება. იგი არ ექვემდებარება რაციონალურ განსაზღვრებას და სიტყვიერ გამოხატვას; მისი მხოლოდ განცდაა შესაძლებელი. ფსიქოლოგიურად ესაა საკუთარ თავში ჩაძირვა და გარესამყაროსაგან გამოქცევა. ნეგატიურად ეს ნიშნავს სურვილების უქონლობას, პოზიტიურად – ფსიქიკური ძალების გარკვეულ გაერთიანებას. გონების კუთხით ნირვანა მოვლენების არსის ნამდვილი წვდომა, გაგებაა; ზნეობრივ-ემოციური თვალსაზრისით – სრულყოფილება, უცოდველობა, სიწყნარე და შინაგანი ჰარმონია; ნებელობის მხრივ – შეუზღუდავობა, გარემოსაგან სრული გათავისუფლება და მასთან აქტიური ურთიერთობის (ქცევის) აუცილებლობის მოხსნა.

მედიტაციის პროცესის პირველ სტადიაზე ისეთი განცდები ჩნდება, რომლებიც ფსიქოლოგიისთვის და ფსიქიატრიისთვის არც უცხოა არც განსაკუთრებული. როცა ინდივიდი

უარს ამბობს ცხოვრებისეულ ინტერესებზე, მას უჩნდება ზიზღი მიწიერი სიამოვნებებისადმი და ეუფლება უარყოფითი პრობლემებისაგან თავისუფლების განცდა. ეს ერთგვარად წააგავს ექსპეკტიმენტულად შექმნილ მელანქოლიის მდგომარეობას. მეორე სტადიაზე ხდება მელანქოლიური განცდების ჩანაცვლება თვითსიყვარულის გრძნობით. მედიტაციაში მყოფი სუბიექტი თავის თავში პოულობს სულიერი არსებობის ყველა წყაროს და ამით საზრდოობს. ეს ერთგვარად წააგავს ფსიქოტურ მდგომარეობას, როცა პიროვნების ინტერესები მთლიანად კონცენტრირებულია საკუთარ თავზე, რაც მას განუზომელ სიხარულს ანიჭებს. მესამე სტადიაზე თავისი თავის სიყვარულიდან მომდინარე კმაყოფილება ქრება; მას გულგრილობა და აპათია ცვლის, რომელიც ბოლო სტადიაზე ფსიქიკურ უფორმობად და სიცარიელედ ტრანსფორმირდება.

ეს, ცხადია, არ არის უნივერსალური სქემა. მედიტაციური განცდები ცვალებადობს მედიტაციური ტექნიკების მიხედვით, რომლებიც ძალზე მრავალფეროვანია. მედიტაციის ზოგიერთი სისტემა იყენებს კონკრეტული ფიგურების (ე.წ. მანტრები), სურათების, საგნების ჭვრეტას, ზოგი სპეციალური ბგერების, სიტყვების (ე.წ. მანტრები) ან ლოცვების გაბმულ მრავალჯერად გამეორებას, ზოგი — პარადოქსებში ჩაღრმავებას (მაგ. ძენ-ბუდიზმი), ზოგი იგავებს და მეტაფორებს მიმართავს (მაგ. სუფიზმი), ზოგი შინაგან შეგრძნებებზე (მაგ. სუნთქვის რითმი, სხეულის პოზა, სხვადასხვა მოძრაობა) ახდენს კონცენტრაციას და ა.შ. ყველა შემთხვევაში ცნობიერების მდგომარეობა ძალიან ფართო დიაპაზონში იცვლება, დაწყებული უბრალო რელაქსაციური კმაყოფილებით, დამთავრებული ტრანსული განცდებით. მედიტაციაში დახელოვნებული პირები სასიცოცხლო პროცესების ფლობის საოცარ დონეს აღწევენ: შეუძლიათ ნივთიერებათა

ცვლის, სუნთქვის, ტემპერატურის, გულისცემისა და სხვა პროცესების რეგულირება. ამიტომ მედიტაცია თანამედროვე დასავლეთმაც აითვისა, როგორც ყოფით, ისე ფსიქოთერაპიულ სფეროში.

თავი მეშვიდე ახაცნობიერის ფსიქოლოგია

არაცნობიერი პროცესები სულიერი სამყაროს ყველაზე ძნელად შესასწავლ მოვლენებს მიეკუთვნება. ამის მიზეზი ის არის, რომ ისინი არ შედიან ცნობიერების შინაარსში, არ ხდებიან ცნობიერების უშუალო ჭვრეტის ობიექტი. არაცნობიერი პროცესები თვითდაკვირვებას არ ექვემდებარება, ამიტომ დიდი ხნის განმავლობაში ფსიქოლოგიაში მათი არსებობა სადავოდ ითვლებოდა. მხოლოდ XX საუკუნეში, ძირითადად ფსიქონალიზის გავლენით, არაცნობიერის სამკვიდრო ფსიქოლოგიური შემეცნების საგანი გახდა. მაგრამ, თავისი სიღრმისეულობისა და ცნობიერებაში მოუცემლობის გამო, სულიერი სამყაროს ეს სფერო დღესაც ყველაზე ნაკლებად არის შესწავლილი.

მიუხედავად ზემოთქმულისა, არაცნობიერი პროცესები, ამა თუ იმ სახით, მაინც ვლინდება ცნობიერებასა და ქცევაში. ამის მაჩვენებელია თუნდაც ის, რომ ჩვენი ცნობიერი ცხოვრების რიგი ფაქტების ახსნა შეუძლებელი ხდება, თუ არ იქნება დაშვებული მათი ქვემდებარე არაცნობიერი პროცესების არსებობა. ფროიდი ასეთ მოვლენებად თვლიდა ჰიპნოზისა და სიზმრის ფაქტებს.

§ 1. არაცნობიერის გამოვლინება ჰიპნოზსა და სიზმარში

1. ცნობილია, რომ ადამიანი ჰიპნოზში მიღებულ შთაგონებას ჩვეულებრივი ცნობიერების მდგომარეობაში დაბრუნების შემდეგ ასრულებს; ამავე დროს, შთაგონების შინაარსი მისთვის სრულიად არაცნობიერი რჩება. მაგალითად, თუ ადამიანს, რომელიც თავისი სახლიდან სამსახურში ჩვეუ-

ლებრივ ავტობუსით დადის, შთავაგონებით: „ხვალ ფეხით წადი სამსახურში“, მეორე დღეს იგი შთავაგონების შესატყვისად იმოქმედებს. რომ ვკითხოთ, თუ რატომ არ ჩაჯდა ტრანსპორტში, შეიძლება გვითხრას: „კარგი დღეა და სუფთა ჰაერზე გავლა ვარჩიე“. ამ სიტყვებით იგი სუბიექტურად ამართლებს მოქმედებას, რომლის ნამდვილი აზრი მისთვის დაფარულია. მაგრამ, თუ ამ ადამიანს ისევ ჰიპნოტურ მდგომარეობაში გადავიყვანთ და შევეკითხებით, რატომ წავიდა ფეხით სამსახურში, გვიპასუხებს: „იმიტომ, რომ გუშინ თქვენ დამავალეთ ასე მოვქცეულიყავი“. ნათელია, რომ ამ შემთხვევაში ადამიანი თავს „იტყუებს“, ქცევას მისაღებ გამართლებას უგონებს; სინამდვილეში მის აქტივობას მართავს შთავაგონების გზით შექმნილი არაცნობიერი დინამიკური მდგომარეობა, რომელიც სიფხიზლის ცნობიერებისთვის მიუღწეველი რჩება.

პოსტჰიპნოტური შთავაგონებით შესრულებულ ქმედებას მედიუმმა შეიძლება ასეთი სუბიექტური გამართლება ვერც მოუწახოს. ჰიპნოზის ერთ-ერთმა გამოჩენილმა მკვლევარმა, ბერნჰეიმმა თავის პაციენტ ქალს ჰიპნოზში დაავალა, რომ მისულიყო მასთან ერთი კვირის შემდეგ გვიან საღამოს. ზუსტად ამ დღეს, ქალი ტოვებს მის სახლში წვეულებაზე შეკრებილ სტუმრებს, გაცეხულ მეუღლეს და მიდის ექიმთან. ამასთან, იგი დიდ უხერხულობას გრძნობს და ექიმს ეუბნება, რომ არ იცის რატომ შეაწუხა იგი ასეთ დროს, მაგრამ ამის გაკეთების სურვილი მასზე ძლიერი აღმოჩნდა. ის, რაც მედიუმის ცნობიერებისთვის უაზრო და გაუგებარია, შთავაგონებით შექმნილი არაცნობიერი მდგომარეობის მიხედვით წინასწარ დაგეგმილი და აზრიანი მოქმედებაა. ამრიგად, ჰიპნოზში იქმნება ფსიქიკური მდგომარეობა, რომელიც არსებობს და, ქცევის საფუძვლის სახით, არაცნობიერად ფუნქციონირებს.

2. ფროიდი სიზმარს არაცნობიერისკენ მიმავალ სამეფო გზას უწოდებდა. სიზმრის ცნობიერება უდავოდ არაცნობიერიდან აღმოცენდება. აქ არა აქვს მნიშვნელობა, თუ როგორ გავიგებთ არაცნობიერს – ფსიქონალიზისა თუ სხვა თეორიის მიხედვით. ფაქტი ის არის, რომ ჩვენ არ ვაცნობიერებთ, საიდან ჩნდება სიზმარი; მისი შინაარსის შესწავლამ და ინტერპრეტაციამ კი შეიძლება მიგვიყვანოს მის საფუძვლად მდებარე არაცნობიერ ფსიქიკურ მოვლენამდე. სიზმარში ხშირად ვგრძნობთ, რომ მისი სიუჟეტი ჩვენთვის ზნეობრივად მიუღებელი ქმედებისკენ მიემართება, მაგრამ, როცა ეს ქმედება უნდა განზოციელდეს, სიზმრის სიტუაციაში შემოდის პერსონაჟი ან ობიექტური ვითარება, რომელიც უარს გვათქმევინებს მასზე. გამოღვიძებისას კმაყოფილები ვრჩებით, რომ სიზმარი ასე დასრულდა. დაკვირვება მიგვანიშნებს, რომ ამგვარი სიზმრების სცენარში ხელის შემშლელი ვითარება ჩვენს სინდისს შემოაქვს, ანუ ღირებულებათა იმ სისტემას, რომელიც სიზმრის ცნობიერებაში სრულიად არ ჩანს, იგი არაცნობიერად არის მოცემული.

სიზმრების ინტერპრეტაციასთან ერთად, არაცნობიერის სამკვიდროში შესალწევად ფროიდი ასოციაციის მეთოდსაც მიმართავდა. ეს მეთოდი გულისხმობს პაციენტის მიერ მის გონებაში უწყვეტი ნაკადის სახით თავისთავად ამოტივტივებული შინაარსების (სიტყვების) თავისუფალ პროდუცირებას. მათ ანალიზს ხშირად მივყავართ ცნობიერებისთვის დაფარულ ზრახვებამდე, რომლებიც ნევროზის მიზეზს წარმოადგენენ. ამრიგად, ასოციაციის მეთოდი გარკვეულ ინფორმაციას გვაწვდის არაცნობიერი ტენდენციების შესახებ.

§ 2. არაცნობიერი მოტივაციის გამოვლინება

1. არაცნობიერი მისწრაფებების პრობლემა მჭიდროდ არის დაკავშირებული ზიგმუნდ ფროიდის მიერ შექმნილ ფსიქოანალიზთან. იგი აერთიანებს როგორც მკურნალობის სისტემას, ისე ერთ-ერთ ყველაზე ცნობილ და მასშტაბურ ფსიქოლოგიურ კონცეფციას. ფროიდის უდიდეს დამსახურებას მეცნიერების წინაშე ცნობიერებისა და ქცევის არაცნობიერ მოტივაციურ-დინამიკურ მიზეზებზე მითითება წარმოადგენს. არაცნობიერი პროცესებისადმი ფროიდის ინტერესს ბიძგი მისცა პოსტჰიპნოტური შთაგონების მაგალითების იმ დემონსტრაციამ, რომლებიც წარმოადგინა ბერნჰეიმმა და დიდმა ფრანგმა ნევროლოგმა, შარკომ. ერთ-ერთი მაგალითია, როცა ქალს შთაგონეს, რომ ჰიპნოზიდან გამოსვლისას მას უნდა აეღო იქ მყოფი სტუმრის ქოლგა, გაეხსნა იგი და ოთახში გაეგლო. მან მართაც ზუსტად შეასრულა დავალება, რომელიც პოსტჰიპნოტურ მდგომარეობაში სრულებით არ ახსოვდა. შეკითხვაზე, თუ რატომ გააკეთა ეს, ქალმა უპასუხა, რომ სურდა შეემოწმებინა, კარგად იხსნებოდა თუ არა ქოლგა. როდესაც შეახსენეს, რომ ქოლგა მისი არ იყო, დაირცხვინა და თავის ადგილზე დადო.

პოსტჰიპნოტური შთაგონების რა თავისებურებებია მიიპყრო ფროიდის ყურადღება? პირველი – შესრულებულ მოქმედებათა მიზეზების გაუცნობიერებლობამ. მეორე – ამ მიზეზების აბსოლუტურმა ქმედითობამ: ადამიანი ასრულებს დავალებას, თუმცა არ იცის, რატომ აკეთებს ამას. მესამე – მისწრაფებამ, რომ თავის ქმედებას ახსნა ან მოტივი მოუნახოს. მეოთხე – შესაძლებლობამ, რომ ადამიანი თავისი მოქმედების ნამდვილი მიზეზის ახსნამდე მიიყვანონ მასთან საგანგებო მუშაობის გზით. ფართო კლინიკური გამოცდილების საფუძველზე ფროიდმა ჩამოაყალიბა თავისი შეხე-

დუღება არაცნობიერის შესახებ, რომლის თანახმადაც ადამიანის ფსიქიკაში სამი სფერო არსებობს: ცნობიერი, წინაცნობიერი და არაცნობიერი.

წინაცნობიერი სფეროს ტიპური წარმომადგენელი, ფროიდის მიხედვით, არის დაფარული ან ლატენტური ცოდნა. ეს არის ცოდნა, რომელიც ადამიანს აქვს, მაგრამ მოცემულ მომენტში მის ცნობიერებაში არ არის წარმოდგენილი. მაგალითად, კარგად ვიცით ახლობლების სახელები ან გამრავლების ტაბულა, მაგრამ ამ ინფორმაციას აქტუალურად არ ვაცნობიერებთ. ამგვარად, ფროიდის მიხედვით, ფსიქიკა უფრო ფართოა, ვიდრე ცნობიერება. ფარული ცოდნაც ფსიქიკური წარმონაქმნია, მაგრამ არაცნობიერი. მისი გაცნობიერებისთვის საჭიროა მხოლოდ შემონახული შთაბეჭდილებების გამოცოცხლება. ფროიდს შესაძლებლად მიაჩნია ამ შინაარსების მოთავსება უშუალოდ ცნობიერების მიჯნაზე მყოფ სფეროში (წინაცნობიერში), რადგან, საჭიროების შემთხვევაში, ადვილია მათი ცნობიერებაში გადმოტანა.

რაც შეეხება საკუთრივ არაცნობიერის სფეროს, მას სულ სხვა თვისებები გააჩნია. პირველ ყოვლისა, ამ სფეროს წარმონაქმნების გაუცნომიერებლობის მიზეზი მათი სისუსტე არ არის (როგორც ეს ლატენტური ცოდნის შემთხვევაშია). პირიქით, მათ უაღრესად დიდი ძალა აქვთ, რაც იმაში მუდავნდება, რომ ისინი არსებით ზეგავლენას ახდენენ ჩვენს მოქმედებასა და მდგომარეობაზე. მაშასადამე, არაცნობიერი წარმონაქმნების პირველი განმასხვავებელი ნიშანი მათი ქმედითობაა. მეორე ნიშანი ის არის, რომ ისინი ძნელად ან სულ ვერ გადადიან ცნობიერებაში. ეს მე-ს თავდაცვის მექანიზმების მოქმედების შედეგია.

ქმედითობის ნიშნიდან გამომდინარე, ნათელია რომ არაცნობიერი სამყარო, არსებითად, დინამიკური მოტივაციური პროცესების სფეროა. ამიტომ ფსიქონალიზს დინამიკურ

ფსიქოლოგიასაც უწოდებენ. ფროიდის მიხედვით, ადამიანის ფსიქიკური ცხოვრება ინსტინქტური ლტოლვებით არის გაპირობებული. ფროიდმა პიროვნების სტრუქტურაში მათ სპეციალური ადგილსამყოფელიც მიუჩინა და მას „იდი“ უწოდა. „იდი“ ორგანიზმის ენერგეტიკის ერთადერთი წყაროა. ესაა პრიმიტიული ინსტინქტებისა და მოტივაციური ძალების თარეშის სფერო. „იდი“ არის მომთხოვნი, იმპულსური, ბრმა, ირაციონალური, ასოციალური, ეგოისტური და უკიდურესად ჭედონისტური, ანუ სიამოვნებაზე ორიენტირებული. ამ თვისებების გამო „იდის“ არაღნობიერი ლტოლვები ადაპტურ და სოციალურად მისაღებ ქცევას ვერ განსაზღვრავენ. მათ შეკავებასა და რეგულაციას პიროვნების სპეციალური სტრუქტურები ემსახურება. ცხოვრებაში ორი რამ არის მთავარი: მე-სა და სახეობის შენარჩუნება. მათ შესაბამება მე-ს ლტოლვები (შიმშილი, წყურვილი და სხვა) და სექსუალური ლტოლვები. მოგვიანებით ფროიდმა შეცვალა კლასიფიკაცია და გამოყო სიცოცხლის (ეროსი) და სიკვდილის (თანატოსი) ინსტინქტები. ეს უკანასკნელი აგრესიული, დესტრუქციული ქმედებების საფუძველია. აქ უპირატესობა მაინც ეროსს ენიჭება. ესაა არსებითად სექსუალური ლტოლვა, ანუ, ავტორის ტერმინოლოგიით, ლიბიდოს ენერგია. ფროიდმა აღწერა, როგორ ყალიბდება ეს მოტივაციური სისტემა ბავშვობის ასაკში, ე.წ. ფსიქოსექსუალური განვითარების პროცესში. ამ მოტივაციური ტენდენციების არაღნობიერში დამკვიდრებისა და იქიდან ცნობიერებასა და ქცევაში გადმოსვლის კოლიზიებზეა დაფუძნებული ჩვენი ფსიქიკური ცხოვრების ყველა გამოვლინება, მათ შორის ავადმყოფური.

2. ის, რომ აქტივობის მოტივაციური მექანიზმები ხშირად არაღნობიერად მოქმედებენ, ფსიქოლოგიის სხვა მიმდინარეობებსა თუ დარგებშიც დასტურდება. მაგალითად, სოცია-

ლურ ფსიქოლოგიაში ადამიანის ქცევის ერთ-ერთ განმსაზღვრელ ფაქტორად ე.წ. სოციალური განწყობები ითვლება. ისინი გამოხატავენ ჩვენს დამოკიდებულებას სხვადასხვა მოვლენების მიმართ და აღძრავენ სათანადო ქცევას. ირკვევა, რომ მათი ფორმირების, ფუნქციონირებისა და შეცვლის პროცესი ძალიან ხშირად ისე მიმდინარეობს, რომ სუბიექტი ამას არ აცნობიერებს. ერთ გამოკვლევაში ცდისპირების ორ ჯგუფს უკითხავდნენ მასალას გარკვეული თემის გარშემო ბიჰევიორისტული და კოგნიტივისტური შეხედულებების შესახებ. შემდეგ ცდისპირებთ ამ მიდგომების გარჩევას იწვებდნენ. როცა ისინი ემხრობოდნენ და იცავდნენ ბიჰევიორისტულ თვალსაზრისს, ექსპერიმენტატორი თავის დამოკიდებულებას გამოხატავდა სიტყვებით „კარგია“, „სწორია“; მეორე შემთხვევაში იგივე კეთდებოდა კოგნიტური თეორიის მიმართ. აღმოჩნდა, რომ ცდისპირებს ჩამოუყალიბდათ დადებითი პოზიცია იმ შეხედულების მიმართ, რომელსაც უმტკიცებდნენ, თუმცა სრულებით არ გაუცნობიერებიათ, რომ მათზე განმამტკიცებელი სოციალური ზემოქმედება ხორციელდებოდა. მაშასადამე, სოციალური განწყობის ფორმირება არაცნობიერად მოხდა.

დამოკიდებულებებისა და ღირებულებების ჩამოყალიბების ერთ-ერთ მექანიზმს მიბაძვა წარმოადგენს. ეს პროცესი უფრო ხშირად არაცნობიერად მიმდინარეობს. ადამიანი თავისდაუნებურად დგება იმ პოზიციაზე, რომელიც უკავია მისთვის ავტორიტეტულ პიროვნებას. ამ მხრივ განსაკუთრებით მიმღებლურნი არიან ბავშვები, რომელთაც „გადაედებათ“ სხვისი განწყობები. ამიტომ აქვს აღზრდაში ასეთი მნიშვნელობა პირად მაგალითს. ნორმების შეთვისება, უმეტეს წილად, გაუცნობიერებლად მიმდინარეობს. აქ მრავალი მექანიზმი მოქმედებს; მაგალითად თავის თავის გაიგივება ამა თუ იმ პიროვნებასთან (ე.წ. იდენტიფიკაცია), ან თა-

ვის თავზე ამა თუ იმ სოციალური როლის აღება. ამ დროს ადამიანს უფიქსირდება როლის შესაბამისი შინაგანი პოზიცია ისე, რომ იგი ამას ვერც აცნობიერებს.

ადამიანებს ცხოვრების პროცესში ჩამოყალიბებული განწყობების შეცვლა უნდებათ. ეს პროცესიც ხშირად ჩვენი შეგნებული განზრახვის გარეშე, გაუცნობიერებლად მიმდინარეობს. ფსიქოლოგიაში ეს ვითარება საკმაოდ კარგადაა შესწავლილი, ძირითადად ე.წ. თავსებადობის თეორიების კუთხით. ადამიანს აქვს ტენდენცია, რომ მისი შინაგანი სამყაროს მოვლენები (აზრები, ღირებულებები, დამოკიდებულებები და ა.შ.) ერთმანეთთან თავსებადნი იყვნენ. თუ იგი დარღვეულია, წარმოიქმნება მათ შორის შესატყვისობის აღდგენის მისწრაფება. დღეს უკვე აღწერილია არათავსებადობის მდგომარეობათა მაგალითები და სათანადო მოტივაციური ტენდენციები. შესწავლილია აგრეთვე ის მექანიზმები და სტრატეგიები, რომლებსაც ადამიანები მიმართავენ არათავსებადობის მდგომარეობის მოსახსნელად.

ერთ-ერთი თვალსაზრისის მიხედვით, თუ ცნობიერების ორი ელემენტი გარკვეულად წინააღმდეგობაში მოდის ერთმანეთთან, წარმოიქმნება დისონანსის მდგომარეობა, რომელიც აღძრავს მისი მოხსნის, ანუ წონასწორობის აღდგენის ტენდენციას. ვთქვათ, ადამიანს უნდა დაიკლოს წონაში და ვერ ამბობს უარს შოკოლადზე. სახეზეა დისონანსი. მისი მოხსნისთვის სუბიექტმა შეიძლება სხვადასხვა გზას მიმართოს: შეცვალოს დისონანსური ურთიერთობის ერთ-ერთი წევრი (შეწყვიტოს დიეტა ან შოკოლადის ჭამა); შეცვალოს დისონანსურ ურთიერთობაში მყოფი ელემენტების მნიშვნელობა (ჩათვალოს, რომ შოკოლადი არც ისე ასუქებს, ან რომ სიმსუქნე დიდი უბედურება არ არის); ცნობიერებაში შეიყვანოს ახალი ელემენტი (შოკოლადი ასუქებს, მაგრამ სამაგიეროდ კარგად მოქმედებს გონებრივ უნარებზე) და ა.შ. არ

უნდა ვიფიქროთ, რომ ყოველივე ამას ინდივიდი ცნობიერად და შეგნებულად აკეთებს. პირიქით, უმეტეს შემთხვევაში დისონანსიდან მომდინარე ტენდენცია ცნობიერების მონაწილეობის გარეშე ცვლის სუბიექტის განწყობებს და, საბოლოო ჯამში, მათზე დამყარებულ ქცევას. მაგალითად, თუ ადამიანი დათანხმდა განახორციელოს მის მორალურ მრწამსთან შეუსაბამო ქცევა, ეს გამოიწვევს დისონანსს, რომელსაც მომავალში შეიძლება მოჰყვეს შესაბამისი განწყობების თავისთავადი შეცვლა მათი ზნეობრიობის შესუსტების მიმართულებით.

ასევე კარგადაა შესწავლილი ე.წ. გადაწყვეტილების შემდგომი დისონანსის ეფექტები. დაახლოებით ერთნაირი მიმზიდველობის ალტერნატივებიდან არჩევანის გაკეთების შემდეგ ადამიანი დისონანსს განიცდის: არჩეულ ვარიანტს აქვს ნეგატიური ნიშნები, ხოლო უარყოფილს – პოზიტიური. ექსპერიმენტულად ნაჩვენებია, რომ ასეთი რთული გადაწყვეტილების მიღების შემდეგ იზრდება არჩეული და მცირდება უარყოფილი ალტერნატივის სუბიექტური მიმზიდველობა. ამით ინდივიდი ამცირებს ან ხსნის დისონანსს. ადამიანისთვის, რომელმაც დიდი ყოყმანის შემდეგ ორი მარკის მანქანიდან ერთ-ერთის ყიდვა გადაწყვიტა, არა მხოლოდ ეს კონკრეტული მანქანა გახდება უფრო მიმზიდველი, არამედ დადებითისკენ შეეცვლება დამოკიდებულება საერთოდ ამ მოდელის მანქანების მიმართ. დამოკიდებულებების, პოზიციების, სოციალური განწყობების ფუნქციონირებისა და შეცვლის სხვა სიტუაციებიც არის შესწავლილი. მათზე აღარ შეგვირდებოდა. აქ მთავარი ისაა, რომ თავად ცნობიერების შინაარსების ჰარმონიზაციისა და დაბალანსების დროსაც კი ჩვენი ფსიქიკა ავტომატურ რეჟიმში, ფაქტობრივად არაცნობიერად მუშაობს. მეტწილად არც ამ სამუშაოს ამღძვრელი ტენდენცია ცნობიერდება და არც მოტივა-

ციური პრობლემის გადაწყვეტის ტექნოლოგია.

3. ის, რომ მოტივაციური წარმონაქმნების ფუნქციონირება ხშირად ცნობიერების ველის მიღმა მიმდინარეობს, კარგად ჩანს იმის მაგალითზე, თუ როგორ მოქმედებს მიზანი. მიზანი მოტივაციური სფეროს მოვლენაა და ფსიქიკაში მეტნაკლებად ხანგრძლივად რჩება. იგი დასახვიდან განხორციელებამდე ყოველთვის არსებობს, მაგრამ ცნობიერების საგანი იშვიათად ხდება. როცა დასახული მიზნის რეალიზაციის გზებზე და საშუალებებზე ვიწყებთ ფიქრს და პრაქტიკულ მოქმედებაზე გადავდივართ, თვითონ მიზნისთვის ცნობიერებაში აღგილი აღარ რჩება, რის გამოც იგი გადის ცნობიერებიდან, მაგრამ ჩვენში მაინც არსებობს რალაც ფორმით და მონაწილეობას იღებს მისი რეალიზაციისთვის საჭირო ქცევის აქტების რეგულაციაში. როცა განხორციელების გზაზე ზოგჯერ ვაცნობიერებთ მიზანს, ეს ისე განიცდება, რომ იგი ყოველთვის იყო და იგულისხმებოდა, მაგრამ ცნობიერება მხოლოდ ახლა მიბრუნდა მისკენ. აქ დაახლოებით ისეთ შემთხვევასთან გვაქვს საქმე, როგორც ვთქვამთ მაშინ, როდესაც სტადიონზე გატაცებით ვუყურებთ ფეხბურთს და ჩვენს გვერდით მჭდომი მეგობარი ჩვენს ცნობიერებაში არაფრით არ არის წარმოდგენილი, მაშინაც კი, როცა მას შთაბეჭდილებებს ვუზიარებთ. მიუხედავად ამისა, მისი ჩვენს გვერდით არსებობა მაინც მნიშვნელოვნად განსაზღვრავს ჩვენს აქტივობას. შემთხვევით თავი იქით რომ მივაბრუნოთ, სადაც მეგობრის არსებობას გგულისხმობთ და იგი იქ არ დაგვხვდეს, განცვიფრება ან შიში შეგვიპყრობს. ეს შიში არსებული ვითარების გაცნობიერების შედეგად კი არ აღმოცენდა, არამედ წინ უსწრებს მას, და მაშასადამე, იმ ნაგულისხმები არაცნობიერი მოცემულობიდან გამომდინარეობს.

საზოგადოდ, ემოციური განცდები, რომელთა გამომწვევი მიზეზები მოცემულ მომენტში ცნობიერებაში არ ჩანს, გვა-

ფიქრებინებენ, რომ მათი შესატყვისი მოვლენები, გარკვეული ფორმით, აღქმისა და წარმოდგენის აქტებამდეც არსებობენ, რომ გარესამყარო ჩვენთვის მხოლოდ ცნობიერების ფორმაში არ არის მოცემული.

ჩვენი მოთხოვნილებები, აქტივობის პროცესის წარმართვისას, ყოველთვის არ ცნობიერდება. მოთხოვნილებები და ინტერესები, სხვადასხვა სახის მისწრაფება და გადაწყვეტილება, სიძულვილი და სიყვარული არსებობას ცნობიერების ველზე არც იწყებენ და არც ამთავრებენ; ისინი ღრმად იდგამენ ფესვებს ადამიანის სულში და იქიდან წარმართავენ ცნობიერების პროცესებს. ამასთან დაკავშირებით, საინტერესოა ერთ-ერთი დაკვირვება: ზოგჯერ, ვთქვათ წიგნზე მუშაობისას, რომელიმე, განსაკუთრებით გააქტიურებული მოთხოვნილება ისე შეუმჩნეველად წამოგვეპარება და გამოგვითიშავს ცნობიერებას კითხვის პროცესიდან, რომ სრულიად გაუგებარი ხდება, როდის შეწყვიტა ცნობიერებამ წაკითხულის გააზრება და შეუდგა წარმოსახვის სურათების შექმნას. ხელი ფუცლავს გვერდებს, თვალი კითხულობს ტექსტს, მაგრამ მთელი ეს მოქმედება ისევე გაუცნობიერებელი რჩება, როგორც ის მოთხოვნილება, რომელმაც ცნობიერების შინაარსი „მოიპარა“. შემდეგ უეცრად გამოვარკვევთ, რომ ოცნებას წავუღივართ და უკანასკნელი გვერდები ისე გადაგვიკითხავს, არაფერი გაგვიგია. ასეთ შემთხვევაში მოთხოვნილება თავის საქმეს ცნობიერების გარეშე აკეთებს; თვალი ნამდვილად კითხულობს სტრიქონებს, რაც იმას ნიშნავს, რომ სიტყვებისა და ასოების ხატები გვაქვს, მაგრამ ისინი არ არიან წარმოდგენილი ცნობიერებაში, გინაიდან ცნობიერება მთლიანად მოწყვეტილია რეალობას და ფანტაზიის სამყაროშია გადასული; მისთვის არც წიგნი არსებობს და არც მისი სიტყვები.

§ 3. არაცნობიერი კობნიტური პროცესები

1. წარმოდგენილ მაგალითში საქმე გვაქვს შემეცნებითი ანუ კოგნიტური პროცესის, სახელდობრ აღქმის არაცნობიერი მიმდინარეობის ფაქტთან. შეგრძნებისა და აღქმის სფერო მართლაც მდიდარ მასალას იძლევა არაცნობიერი ფსიქიკის დახასიათებისთვის. ირკვევა, მაგალითად, რომ ადამიანის ფსიქიკაში აისახება იმდენად მცირე ინტენსიობის გამლიზიანებლები (ინფორმაცია), რომლებსაც ცნობიერება ვერ აფიქსირებს. მათ ზღურბლქვედა ან სუბსენსორული გამლიზიანებლები ეწოდებათ. მაგალითად, ეკრანზე ვიზუალურად შეიძლება მოცემული იყოს ინფორმაცია, რომელსაც აბსოლუტურად ვერ ვამჩნევთ, მაგრამ იგი მაინც ერთგვარ ზემოქმედებას ახდენს სუბიექტზე, აღძრავს მასში გარკვეულ სურვილებს და მოტივაციურ ტენდენციებს. ამ მოვლენას საკმაოდ ეფექტურად იყენებენ სარეკლამო ბიზნესში. ერთ-ერთ გახმაურებულ გამოკვლევაში ფილმის მსვლელობისას წამის 1/24-ის განმავლობაში (ე.ი. ისე, რომ ადამიანი ამას ვერ ამჩნევს) ეკრანზე მრავალჯერ ჩნდება კადრები, რომლებიც ხოტბას ასხამენ კოკა-კოლას ან სიმინდის ბურბუშელას. მიუხედავად იმისა, რომ ეს კადრები არავის ცნობიერად არ აღუქვამს, მაყურებელში გაიდვიძა აღნიშნული პროდუქტების შეძენისა და მოხმარების გამოკვეთილმა სურვილმა. აკუსტიკური და ვიზუალური სუბსენსორული გამლიზიანებლები გამოყენებულია ენის სწავლებაში (ლექსიკური მარაგის განმტკიცებისთვის), მავნე ჩვევებთან საბრძოლველად (მსმელი, მწეველი, გაუმაძღარი ადამიანების დასახმარებლად) და ა.შ. თუმცა უნდა ითქვას, რომ ამგვარი პროცედურების ეფექტურობას სპეციალისტები არაერთ-მნიშვნელოვნად აფასებენ.

ამ ეფექტებთან ახლოსაა ე.წ. პერცეპტული დაცვის ფენო-

მენიც. ესაა პროცესი, რომლის მეშვეობითაც სუბიექტი თავს იცავს სხვადასხვა ხიფათის შემცველი ან სოციალურად შეზღუდული სტიმულებისაგან. ერთ-ერთ ექსპერიმენტში ცდისპირებს განსხვავებული სისწრაფით აწვდიდნენ ამოსაცნობად ერთნაირი რაოდენობის ასოებისაგან შემდგარ და საერთო სტრუქტურის მქონე ორი ტიპის სიტყვებს — ნეიტრალურს და ტაბუირებულს, სექსთან დაკავშირებულს. ამასთან ერთად ხდებოდა ემოციებთან დაკავშირებული ფიზიოლოგიური რეაქციების რეგისტრაცია. გამოირკვა, რომ ცდისპირები მნიშვნელოვნად მეტ დროს ხარჯავენ ემოციურად შეფერილი სიტყვების ამოსაკითხავად და ავლენენ ამ სიტყვებზე გამოხატულ ფიზიოლოგიურ რეაქციებს მანამ, სანამ მათ ამოიცნობენ. მსგავსი გამოკვლევები ადასტურებენ, რომ უკვე პერცეპტუალი აქტივობის დონეზე ადამიანები გაუცნობიერებლად არჩევითად რეაგირებენ სპეციფიკურ ემოციონალურ სტიმულებზე.

თავი რომ დავანებოთ სუბსენსორულ ან გართულებულ პერცეფციას, ჩვეულებრივი აღქმაც, რომელსაც ჩვენი მოქმედება ემყარება, დიდ წილად ცნობიერების მონაწილეობის გარეშე ხორციელდება. ვაცნობიერებთ თუ არა ჩვენ ქვაფენილის უსწორმასწორო ზედაპირს, რომელზეც მივდივართ, ადამიანებს, რომლებიც შემხვედრი კურსით მოძრაობენ, მაღაზიის ვიტრინების საგნებს, რომელთაც თვალს ვავლებთ და ბევრ სხვა რაიმეს მაშინ, როცა თანამგზერთან საუბრით ვართ არსებითად დაკავებული? არა. მოცემულ შემთხვევაში ჩვენი ცნობიერების საგანს წარმოადგენს მხოლოდ თანამგზავრის თხრობის შინაარსი. მაგრამ განა ეს ნიშნავს, რომ ჩვენ არ აღვიქვამთ იმას, რაც ირგვლივ ხდება? ქუაჩაში ჩვენ მიერ განხორციელებული მოძრაობები და მთელი ქცევა ზუსტად შეესატყვისება ყველაფერ იმას, რაც იგვლივ მიმდინარეობს, ეს კი იმას ნიშნავს, რომ ჩვენ მას აღვიქვამთ.

2. იგივე ითქმის სხვა შემეცნებით პროცესებზეც, მაგალითად **მეხსიერებაზე**. ადამიანის მეხსიერებაში ბევრი რამ მისი ცნობიერი განზრახვის გარეშე აღიბეჭდება (**დამახსოვრების პროცესი**). ასევეა გახსენების დროსაც (**აღდგენის პროცესი**). მეხსიერებაში დაცული მასალა შეიძლება ისე ამოვიდეს ცნობიერებაში, რომ ადამიანმა არც იცოდეს, თუ რატომ გაახსენდა იგი. ასეთია ე.წ. **პერსევერაციის** (წარმოდგენის თავისთავადი და აკვიატებული ამოტივტივება ცნობიერებაში), ან ე.წ. **ასოციაციური მეხსიერების** (მოვლენა, როცა რაიმეს აღქმას ან წარმოდგენას უნებურად მოყვება ცნობიერებაში მეორე წარმოდგენა) ფაქტები. ყოველივე ეს ცნობიერი კონტროლის გარეშე ხდება. მეხსიერებაში **შემონახვის პროცესი** ხომ თავისი არსით არაა ცნობიერი. ინფორმაცია მოძრაობს ცნობიერებიდან მეხსიერების არა ცნობიერი საცავებისკენ და პირიქით. აღბეჭდილი ინფორმაცია არა ცნობიერში უბრალოდ კი არ ინახება, არამედ გარკვეულ ფსიქიკურ გადამუშავებას განიცდის; იგი სათანადოდ სტრუქტურირდება და აქტივირდება სუბიექტის წინაშე მდგარი ამოცანის შესატყვისად. ამიტომ ყოველ მოცემულ მომენტში მხოლოდ ის შემოდის ცნობიერებაში, რისი გაცნობიერებაც ამ მომენტისთვისაა აუცილებელი. ეს ფაქტი მეხსიერებაში მიმდინარე არა ცნობიერ ფსიქიკური პროცესებზე მიუთითებს (იხ. თავი მეხსიერება).

ავიღოთ უბრალო მაგალითი. მეხსიერებაში საშუალოდ შვიდი-რვა ათასი სიტყვაა დაცული. ჩვენ ყოველდღიურად ვიყენებთ ამ სიტყვებს და საოცარია, რომ მეტყველების დროს ყოველი სიტყვა თავის დროზე და თავის ადგილზე ჩნდება ისე, რომ სიტყვათა მთელ მარაგში მისი საგანგებო ძებნა არ გვიხდება. რვა ათასი სიტყვა ცალ-ცალკე ქაღალდის პატარა ნაჭრებზე რომ დაგვეწერა და ყუთში ჩავგვეყარა, წარმოიდგინეთ, რამდენი ხანი დაგვჭირდებოდა, რომ იქიდან

თუნდაც ერთი წინადადების სათქმელად საჭირო სიტყვები ამოგვეჩია. მეტყველების დროსაც ასე რომ ხდებოდას მეხსიერებაში სიტყვების ძებნა, მთელი დღის მანძილზე ორი წინადადების გამოთქმასაც ვერ მოვახერხებდით. მეტყველების პროცესში ცნობიერება, ჩვეულებრივ არც აზრის გამოთქმისთვის საჭირო სიტყვების შერჩევას ახდენს და არც სიტყვათა გრამატიკულ შეთანხმებაში მონაწილეობს. ერთიც და მეორეც მას მოცემული ვითარების შესატყვისად გამზადებულ ეძლევა. დაკვირვება ადასტურებს, რომ წინადადება და მასში მოცემული აზრი ცნობიერების გარეთ სტრუქტურირდება იქამდე, ვიდრე მას წარმოვთქვამდეთ. ჩვეულებრივი საუბრის, მეცნიერული კამათისა თუ მოხსენების დროს, ხშირად საკმაოდ გრძელ წინადადებას ვიწყებთ სიტყვით, რომელსაც ამ წინადადების უკანასკნელი სიტყვა მოითხოვს, ისე, რომ ეს უკანასკნელი სიტყვა წინადადების დასაწყისში გაცნობიერებული არ არის.

როდესაც მოკამათეს სიტყვას ვაწყვეტიან, იმ მომენტში ჩვენი ცნობიერების ველზე არც ერთი აზრი, არც ერთი სიტყვა, რომლის სათქმელადაც იგი შევაჩერეთ, არ ჩანს, მაგრამ, რალაცნაირად, მაინც მაქსიმალური გარკვეულობით გვაქვს მოცემული ის, რისი თქმაც გვინდა და იმის რწმენაც, რომ სწორედ ჩვენს მიერ გამოსათქმელი აზრია ჭეშმარიტი. სათქმელი შეიძლება წინასწარ გაცნობიერებული და გააზრებულიც იყოს, მაგრამ ეს ვითარებას არსებითად არ ცვლის. საქმე ისაა, რომ იმ მომენტში, როცა ლაბარაკს ვიწყებთ, წინასწარ ნაფიქრალი ცნობიერებაში არა გვაქვს მოცემული. ეს ასეა თუნდაც იმიტომ, რომ ცნობიერების მოცულობა მეტად მცირეა; იგი ერთ გრძელ წინადადებასაც ვერ გაწვდება. აქედან გამომდინარე, შეუძლებელია, რომ კათედრასთან მდგარ ლექტორს ლექციის დაწყებისას მთელი სათქმელი ცნობიერებაში ჰქონდეს. მან, ცხადია, იცის მასა-

ლა და ისიც იცის, რომ შესაბამისი ცოდნა აქვს, მაგრამ თვით ლექციის შინაარსი არაა ცნობიერადაა მოცემული; მისი გაშლა-გაცნობიერება მხოლოდ ლექციის მსვლელობაში წარმოებს. ის გარემოება, რომ ფროიდის თეორია ვიცო, არ ნიშნავს, რომ იგი მოცემული მაქვს ცნობიერების რაიმე შინაარსის – წარმოდგენის ან აზრის სახით. ეს კონცეფცია, როგორც ერთი მთლიანობა, ჩემში არაა ცნობიერადაა წარმოდგენილი და იგი ცნობიერებას მხოლოდ თანდათანობით, მსჯელობათა გრძელი რიგის სახით შეიძლება მიეწოდოს.

3. თუ მეხსიერების შემთხვევაში მისი ფუნქციონირების არაა ცნობიერ მექანიზმებზე ლაპარაკი სავსებით გამართლებულია (ვინაიდან მეხსიერება, არსებითად, ფსიქიკური შინაარსების ცნობიერების მიღმა შენახვასთან არის დაკავშირებული), აზროვნებასთან მიმართებაში ეს შეიძლება უცნაურად მოგვეჩვენოს, რადგან აზროვნება, ჩვეულებრივ, ცნობიერი გონებრივი მოქმედების საჩვენებელ ნიშნულად ითვლება. მაგრამ, უკვე გასული საუკუნის დასაწყისში წარმოებულმა პირველმა ექსპერიმენტულმა კვლევებმა, რომლებიც ძირითადად ქალაქ ვიურცბურგის ფსიქოლოგიურ ლაბორატორიაში შესრულდა, შემდეგი რამ აჩვენა: აზროვნების არსებითი მხარეები, მისი პროცესები და მექანიზმები (ის როგორ გადადის აზრი ერთი მნიშვნელობიდან მეორეზე, როგორ ხდება ამოცანის ამოხსნა, როგორ ჩნდება გაგება, მიხვედრა, წვდომა) არ განიცდება და სუბიექტის თვითდაკვირვებაში არ არის მოცემული; მათზე შინაგანი მზერის გადევნება, მათი შემჩნევა და ცნობიერების არეში მოქცევა ფაქტობრივად შეუძლებელია. ცნობიერებაში მოცემულია აზროვნების პროცესის შედეგი – ახალი ცოდნა, აზრი და ამ პროცესის თანმხლები ემოციური ელფერის ინტელექტუალური მდგომარეობები – ეჭვის, ძიების, დარწმუნება-დაურწმუნებლობის და სხვა განცდები. თავად ინტელექტუალური ოპერაცი-

ები კი, როგორც წესი, არ ცნობიერდება. თანამედროვე მონაცემები ადასტურებს, რომ სააზროვნო ამოცანების გადაწყვეტისას სათანადო ცოდნისა და გონებრივი წესების გამოყენება ძირითადად არა ცნობიერად ხდება.

ამგვარად, შემეცნებითი ფსიქიკური ცხოვრების დიდი ნაწილი „კულისებს მიღმა“ მიმდინარეობს და მიუწვდომელია ჩვენი დაკვირვებისთვის. როგორც ჩანს, ცნობიერებას თითქმის არა აქვს წარმოდგენა იმ პროცესებზე, რომლებიც ჩვენს აღქმას, მეხსიერებასა თუ აზროვნებას განსაზღვრავს. ადამიანები აღიქვამენ სტიმულებს, ამოაქვთ მეხსიერებიდან და იყენებენ ინფორმაციას, გამოაქვთ დასკვნები – და ეს ყველაფერი, მეტწილად ცნობიერების მონაწილეობის გარეშე ხდება, რასაც ამ პროცესების შემადგენელი მოქმედებებისა და ოპერაციების ავტომატიზირებულობა განაპირობებს.

§ 4. არაცნობიერი ავტომატიზმები

არაცნობიერ ავტომატიზმებში, ჩვეულებრივ ის აქტები იგულისხმება, რომლებიც „თავისთავად“ მიმდინარეობენ, ცნობიერების მონაწილეობის გარეშე. როგორც ყოველგვარი მოქმედება თუ ოპერაცია, ისინი შეიძლება იყვნენ გონებრივი და პრაქტიკული (იხ. თავი – ქცევის ფსიქოლოგია). ავტომატურ პროცესთა ანალიზი მათ ორმაგ წარმომავლობას ადასტურებს: ზოგიერთი მათგანი არასდროს ცნობიერდებოდა, ზოგი კი არაცნობიერი გახდა ცნობიერების გავლის შემდეგ. პირველ შემთხვევაში საქმე გვაქვს პირველად ავტომატიზმებთან, რომელთაც ავტომატური მოქმედებები ეწოდებათ. მეორე შემთხვევაში – მეორად ავტომატიზმებთან, რომლებიც ავტომატიზირებული მოქმედების ანუ ჩვევების სახით ვლინდებიან.

ავტომატურ მოქმედებათა ჯგუფში ერთიანდება თანდაყოლილი ან ისეთი აქტები, რომელთა ფორმირება ძალიან ადრეულ ასაკში ხდება, დაბადებიდან პირველი წლის განმავლობაში. ამგვარი ავტომატიზმებია, მაგალითად, თვალის ხამხამი, ასევე წოვის, ტაცებისა და სხვა მსგავსი რეფლექსები. ეს ისეთი აქტებია, რომელთა ცნობიერი კონტროლი ან შეუძლებელია, ან უაღრესად გაძნელებული.

ავტომატიზებული მოქმედებების ან ჩვევათა ჯგუფი განსაკუთრებით მრავალფეროვანია. ჩვევის ფორმირების წყალობით ორმაგი ეფექტი მიიღწევა: პირველი – მოქმედების სწრაფად და ზუსტად შესრულება; მეორე – ცნობიერების განტვირთვა, რომელიც უფრო რთული მოქმედებისკენ შეიძლება წარიმართოს. ამ პროცესს ყველა ადამიანის ცხოვრებაში ფუნდამენტური მნიშვნელობა აქვს; სწორედ ის უდევს საფუძვლად ჩვენს გაწაფულობას, ცოდნასა თუ უნარებს.

განვიხილოთ რომელიმე მაგალითი, ვთქვათ ის, თუ როგორ ვსწავლობთ ფორტეპიანოზე დაკვრას. ყველაფერი იწყება ელემენტარული აქტების შეთვისებით. ჭერ საჭიროა სწორად დაჯდომის, ფეხებისა და ხელების სწორად მოთავსების, კლავიატურაზე თითების განლაგების დასწავლა. შემდეგ ცალკე მუშავდება თითების მოძრაობები, აკორდის აღება, სტოკატოს ან ლეგატოს შესრულება და ა.შ. ყველაფერი ეს მხოლოდ საფუძველია გამომსახველობითი დაკვრის სწავლისათვის.

ამგვარად, ადამიანი ჩვევას იძენს, ოსტატდება მარტივი მოძრაობებიდან რთულზე გადასვლის გზით, რასაც განაპირობებს უკვე დაუფლებული მოქმედებების არაცნობიერ დონეებზე გადატანა. როცა ცნობიერი კონტროლისაგან მოქმედების გათავისუფლების შესახებ ვლაპარაკობთ, არ უნდა ვიფიქროთ, რომ ეს აბსოლუტური გათავისუფლებაა და ადამიანმა საერთოდ არ იცის, რას აკეთებს. ცნობიერების

ველს აქვს ფოკუსი, პერიფერია და საზღვარი, რომლის მიღ-
მაც იწყება არაცნობიერის სფერო. ცნობიერების ეს არა-
ერთგვაროვანი სურათი მიესადაგება სწორედ რთული მოქ-
მედების იერარქიულ სისტემას. ცნობიერების, ანუ ყურად-
ღების ფოკუსში, მისი კონტროლის ქვეშ აღმოჩნდებიან სის-
ტემის ყველაზე მაღალი საფეხურები, ანუ მოქმედების ყვე-
ლაზე გვიანდელი და რთული კომპონენტები.

უნდა აღინიშნოს, რომ მოქმედების სხვადასხვა კომპონენ-
ტების ცნობიერებასთან მიმართება არასტაბილურია. ცნო-
ბიერების ველში შინაარსები მუდმივად იცვლება: მასში
მოქმედების აქტების იერარქიული სისტემის ხან ერთი, ხან
მეორე ფენაა წარმოდგენილი. დასწავლილი კომპონენტების
გადანაცვლება ცნობიერების ფოკუსიდან მის პერიფერიაზე
და პერიფერიიდან ცნობიერების საზღვრების მიღმა — არა-
ცნობიერის სფეროში, ერთი მიმართულებით მოძრაობაა. სა-
წინააღმდეგო მიმართულებით მოძრაობა კი ჩვევის ამა თუ
იმ კომპონენტის ცნობიერებაში დაბრუნებას გულისხმობს.
ჩვეულებრივ, ეს ხდება გარკვეული სირთულეების წარმო-
შობისას, შეცდომების, დაღლილობის შემთხვევაში, ან ემო-
ციური დაძაბულობის დროს.

ჩვევის კომპონენტების გაცნობიერების შესაძლებლობა
ფრიად მნიშვნელოვანია; იგი უზრუნველყოფს ჩვევის გარ-
კვეულ მოქნილობას, მისი სრულყოფისა და შეცვლის შესა-
ძლებლობას. თუმცა აქ არსებობს შეზღუდვებიც. ბევრი
ობერაციის გაცნობიერება უბრალოდ ვერ ხერხდება, რო-
გორც ეს კოგნიტური არაცნობიერის ანალიზისას ვნახეთ. ეს
ეხება როგორც გონებრივ, ისე სენსომოტორულ მოქმედე-
ბებს. ყველას შეუძენია, რომ ზოგიერთ ავტომატიზებულ
მოქმედებაში ცნობიერების ჩარევისას მოქმედება უბრა-
ლოდ იშლება. და მაინც, იქ სადაც ეს შესაძლებელია, ცნო-
ბიერების კონტროლი აუცილებელია. მართალია ჩვენ უფ-

რო ხშირად „ავტობილოტით“ დავფრინავთ, რაც მოსახერხებელიც არის და ეფექტურიც. მაგრამ, უამრავ შემთხვევაში, მოქმედების გონიერ მართვაზე გვიწევს გადასვლა. ავტომატიზმზე სრულმა მინდობამ ჩვევის ან ჩვეულების მსხვერპლად შეიძლება გვაქციოს.

საბოლოო ჯამში, ყველაფერი იმაზეა დამოკიდებული, თუ როგორია ქცევითი ამოცანა. ზოგიერთი ამოცანის ბუნება მოითხოვს ცნობიერი მოქმედებების წყებას. მათი გაწყვეტისთვის აქტიური ცნობიერების რეჟიმი შეიძლება აუცილებელი იყოს. სხვა ამოცანები საჭიროებენ მხოლოდ გარკვეულ რეგულირებას, რათა მოხდეს მოქმედებების კორექტირება დასახული მიზნის შესაბამისად. მაგალითად, თუ ჩვენ მთლიანად მივმართობით ჩვეულებას, შეიძლება ისე მოხდეს, რომ დავიწყეთ ერთი და იგივე ანეკდოტის მოყოლა ყველგან, სადაც ამის შესაძლებლობა მოგვეცემა. ეს, სავარაუდოდ, იმას გამოწვევს, რომ ამ ანეკდოტს რამდენჯერმე მოგუწყვებით ერთი და იგივე აუდიტორიას. ასეთი უხერხულობის თავიდან ასაცილებლად ჩვენ უნდა შევზღუდოთ მეხსიერებიდან ანეკდოტების ამოტანის ავტომატური რეჟიმი და ყურადღება მივაქციოთ იმას, თუ ბოლოს სად და ვისთან მოგყევით მოცემული ანეკდოტი.

§ 5. არაცნობიერი დისპოზიციები

ყველა ფსიქიკურ პროცესს, ცნობიერი იქნება ის თუ არა-ცნობიერი, აქვს თავისი საფუძველი ანუ დისპოზიცია. დისპოზიცია არის ინდივიდის მზაობა, უნარი, მიდრეკილება გამოავლინოს გარკვეული თავისებურების მქონე ფსიქიკური აქტივობა. ტემპერამენტი განსაზღვრავს ამა თუ იმ ადამიანისთვის დამახასიათებელი ემოციონალური სფეროს თავი-

სებურებებს, ხასიათი ან პიროვნული თვისებები – ადამიანის ქცევის შინაარსს (იხ. თავი პიროვნების ფსიქოლოგია); ინტელექტი – გონებრივ შესაძლებლობებს (იხ. თავი აზროვნება, უნტელექტი და კრეატიულობა). მთავარი აქ ისაა, რომ თავად დისპოზიცია რომელიც განსაზღვრავს ცნობიერი ფსიქიკური პროცესის ხასიათს, ყოველთვის არაა ცნობიერი. ადამიანს შეიძლება რაციონალური წარმოდგენა ჰქონდეს თავისი ინტელექტუალური შესაძლებლობების ან სხვა უნარების შესახებ, გაზომოს ისინი ტესტებით და სხვა, მაგრამ საკუთრივ ინტელექტის ფსიქიკური ფაქტის სახით განცდა (როგორც ეს ხდება გრძნობების, წარმოდგენების ან მოთხოვნილებების შემთხვევაში), მას არ შეუძლია. ამით განსხვავდება ფსიქიკური პროცესი მის საფუძვლად მდებარე დისპოზიციისაგან. პირველი შეიძლება მიმდინარეობდეს ცნობიერად და არაა ცნობიერად (მაგალითად მოტივაციური ან კოგნიტური პროცესები), მეორე ყოველთვის არაა ცნობიერი.

ის, რომ აღნიშნული დისპოზიციები ცნობიერების მიღმა არსებული მოვლენებია, ეჭვს არ იწვევს. სხვა საკითხია მიეკუთვნებიან თუ არა ისინი ფსიქიკის სფეროს. ის, რაც ცნობიერება არ არის და მის საფუძველს წარმოადგენს, შეიძლება ფიზიოლოგიურიც იყოს. მაგრამ ფიზიოლოგიის არსებობის ფაქტი სულაც არ გამორიცხავს ფსიქიკური დისპოზიციების არსებობას. ისეთი დისპოზიციები, როგორიცაა ხასიათი, პიროვნული თვისებები და სხვა, არ დაიყვანება მხოლოდ ფიზიოლოგიაზე. ისინი ფსიქიკური მოვლენებია და ფსიქოლოგიის მიერ შეისწავლება. ეჭვი მათი ფსიქიკურობის შესახებ იმათ უჩნდება, ვინც ფსიქიკისა და ცნობიერების ცნებებს აიგივებს, ცნობიერების გარეშე ფსიქიკის არსებობას არ სცნობს და არაა ცნობიერის სამკვიდროს ფიზიოლოგიური პროცესებით შემოფარგლავს. ერთ დროს ასეთ თვალსაზრისს საკმაოდ ბევრი მიმდევარი ჰყავდა, მაგრამ ფსიქო-

ლოგიის განვითარების კვალდაკვალ იგი სულ უფრო არაბო-
პულარული ხდება, ვინაიდან აშკარად ეწინააღმდეგება ფაქ-
ტებს. ზემოთ განხილული მოვლენების გარდა, რომელთა
სრულყოფილი დახასიათება და ახსნა არა ცნობიერი ფსიქი-
კური რეალობის დაშვების გარეშე შეუძლებელია, საჭიროა
ითქვას **ცხოველების ფსიქიკის** შესახებაც. იგულისხმება,
რომ ცხოველებს არა აქვთ ცოდნა თავისი განცდების არსე-
ბობის შესახებ, ცნობიერება, როგორც საკუთარი განცდების
ხედვის აქტი, ანუ ის, რასაც რეფლექსია ეწოდება (იხ. თავი
ცნობიერების ფსიქოლოგია). მაგრამ, ძნელია იმის მტკიცე-
ბა, რომ მათ თვით განცდებიც არ გააჩნიათ. უკიდურესი მე-
ქანიციზმი, რომელიც ამას ამტკიცებდა და ცხოველს მანქა-
ნასთან აიგივებდა, წარსულს ჩაბარდა. დღეს ნაკლებად
შეხვდებით მეცნიერს, ვინც დაეთანხმება მალბრანსს, რომე-
ლიც ამბობდა, რომ შეიძლება არსებინად გაწამოთ ძაღლი და
ყურადღება არ მივაქციოთ მის წკმუტუნს, რადგან ეს მხო-
ლოდ ცუდად დაზეთილი მექანიზმის ჭრიალიაო. არ არსე-
ბობს სერიოზული საფუძველი იმაში ეჭვის შესატანად, რომ
ცხოველებს აქვთ აღქმის ხატები, წარმოდგენები, გრძნობე-
ბი, მოთხოვნილებები, მოკლედ, საკმაოდ მრავალფეროვანი
განცდები.

ამგვარად, არის უამრავი ცოცხალი არსება, რომელთა
ფსიქიკაც არა ცნობიერია იმ გაგებით, რომ მათ აქვთ განცდა
და არა აქვთ ცნობიერება. ეს, ასე ვთქვათ, განცდადი არა-
ცნობიერია. ადამიანების ფსიქიკური ცხოვრების დიდი ნაწი-
ლიც ასეთ არა ცნობიერ დონეზე მიმდინარეობს. იმბულისუ-
რი ქცევა, რომელიც დაუბრკოლებლად ხორციელდება და
არ საჭიროებს ცნობიერ მართვას, კონტროლს და კორექცი-
ას, სწორედ ამგვარი არა ცნობიერი აქტივობაა. ამავე დროს,
უნდა ვილაპარაკოთ არა ცნობიერის სხვა ფორმებზეც. რო-
გორც ზემოთ ვნახეთ არსებობს ისეთი მოტივაციური, კოგნი-

ტური თუ სხვა სახის მოვლენები და მექანიზმები, რომლებიც სუბიექტის მიერ არ განიცდებიან, მაგრამ დრო და დრო განცდად სახეს იღებენ და, საჭიროებისამებრ, შემოდიან ცნობიერების სფეროში. ასეთ არაცნობიერს ქვეცნობიერი ან წინაცნობიერი შეიძლება ეწოდოს. და ბოლოს, დისპოზიციების სახით, საქმე გვაქვს ისეთ არაცნობიერ ფსიქიკასთან, რომელიც არასდროს განიცდება და, მაშასადამე, არც ცნობიერდება. მას, პირობითად, შეიძლება სიღრმივი არაცნობიერი დავარქვათ.

თავის დროზე ფროიდმა ადამიანის ფსიქიკა აისბერგს შეადარა, რომლის ცხრა მეათედი არაცნობიერ ზღვაშია ჩაძირული. არაცნობიერში ფროიდი განდევნილ სურვილებს, ლტოლვებს და გრძნობებს გულისხმობდა. ანალიზი მოწმობს, რომ ამ არაცნობიერი სფეროს შემადგენლობა ბევრად უფრო მრავალფეროვანია. და მაინც, არაცნობიერი სინამდვილის შესახებ საყოველთაოდ გაზიარებული აზრი მეცნიერებას ჯერ არ მოეპოვება. ეს, პირველ ყოვლისა, იმით არის გამოწვეული, რომ არაცნობიერზე უშუალო დაკვირვება შეუძლებელია. მის არსებობასა და რაგვარობაზე მხოლოდ გარაუდების გამოთქმა შეგვიძლია იმ ფაქტობრივ მონაცემებზე დაყრდნობით, რომლებიც, თავისთავად, არაცნობიერს არ წარმოადგენენ. ამ თავში ზოგიერთი ასეთი ფაქტი იქნა დახასიათებული.

თავი მერვე
პიროვნების ფსიქოლოგია

§ 1. პიროვნების განსაზღვრება

ტერმინი პიროვნება („personality“) ინგლისურ ენაში ლათინური სიტყვიდან („persona“) შემოვიდა. ეს ტერმინი თავდაპირველად თეატრალურ ნიღაბს აღნიშნავდა, რომელსაც ძველ საბერძნეთში მსახიობები ირგებდნენ და ქმნიდნენ კომიკურ თუ ტრაგიკულ სახეებს. აქედან გამომდინარე, აღნიშნულ ტერმინში იგულისხმებოდა ადამიანის გარეგნული, ზედაპირული სოციალური სახე.

დღესაც ძალიან ხშირად ხდება პიროვნების გაიგივება ადამიანის ისეთ თვისებებთან, როგორიცაა მომხიბლელობა, მორიდებულობა, პოპულარობა... ხშირად გავიგებთ გამოთქმებს ამა თუ იმ ადამიანზე: „სასიამოვნო პიროვნებაა“, „მორიდებული პიროვნება“, „არაჩვეულებრივი პიროვნება“, ამ დროს იგულისხმება, რომ, მაგალითად, მორიდებულობა კონკრეტული ადამიანის ის ძირითადი დამახასიათებელი თვისებაა, რომელსაც იგი ავლენს სხვა ადამიანებთან ურთიერთობისას, მაგრამ არ არის გათვალისწინებული, რომ ამ კონკრეტულ თვისებას ეს ადამიანი ავლენს მოცემულ სიტუაციაში.

პიროვნების შესწავლისას ფსიქოლოგთა უმეტესობა მიზნად არ ისახავს ადამიანის ხასიათისა ან მისი სოციალური უნარების შეფასებას, ფსიქოლოგები არ ახასიათებენ პიროვნებას მისი შეფასების გზით. არ ყოფენ ადამიანებს კარგ და ცუდ პიროვნებად.

პიროვნება, გარკვეულ წილად, წარმოადგენს აბსტრაქტულ ცნებას, რომელიც აერთიანებს ადამიანისთვის დამახასიათებელ ბევრ ასპექტს: ემოციას, მოტივაციას, აზროვნე-

ბას, განცდებს, აღქმას, ქცევას; ამასთანავე უნდა ითქვას, რომ პიროვნება არ დაიყვანება ინდივიდის ფუნქციონირების რომელიმე ერთ ასპექტზე, პიროვნების ცნების კონცეპტუალური მნიშვნელობა მრავალმხრივია და მოიცავს შინაგანი ფსიქიკური პროცესების ფართო სპექტრს, რომელიც, თავის მხრივ, განაპირობებს ადამიანის ქცევას კონკრეტულ სიტუაციაში.

მიუხედავად იმისა, რომ პიროვნება თანამედროვე ფსიქოლოგიის ერთ-ერთი ძირითადი კატეგორიაა, არ არსებობს მისი საყოველთაოდ მიღებული განსაზღვრება. ცნობილმა ამერიკელმა ფსიქოლოგმა გ. ოლპორტმა თავი მოუყარა ორმოცდაათამდე განსაზღვრებას პიროვნების შესახებ და სცადა დაეჭვუფებინა ისინი მათი დამოკიდებულებების მიხედვით ფილოსოფიურ, იურიდიულ, თეოლოგიურ, სოციოლოგიურ მნიშვნელობებთან. ამრიგად, პიროვნების ცნება მიეკუთვნება არა მხოლოდ ფსიქოლოგიურ მეცნიერებას, არამედ ყველა ზემოთხაზოთვლილ მეცნიერებასაც. ოლპორტი თვლიდა, რომ არსებული განსაზღვრებები შეიძლება გამოიხატოს შემდეგი ფრაზით: „ადამიანი ობიექტური რეალობაა“. მოცემული განსაზღვრება რამდენადაც ყოვლისმომცველია, იმდენადვე არაზუსტია. აღიარა რა ეს, ოლპორტმა ჩამოაყალიბა პიროვნების შემდეგი განსაზღვრება: პიროვნება არის ინდივიდში იმ ფსიქოფიზიკური სისტემების დინამიკური ორგანიზაცია, რომლებიც განსაზღვრავენ მისთვის დამახასიათებელ ქცევასა და აზროვნებას. გამონათქვამში „დინამიური ორგანიზაცია“ იგულისხმება ის, რომ პიროვნება განუწყვეტლივ იცვლება – განიცდის ევოლუციას, „ფსიქოფიზიკურ სისტემაზე“ მითითება გულისხმობს, რომ პიროვნების აღწერისას საჭიროა გავითვალისწინოთ როგორც გონების, ასევე სხეულებრივი ელემენტები, ხოლო ტერმინში „ორგანიზაცია“ ოლპორტი ხაზს უსვამს სხეულებრივი და

ფსიქიკური საწყისების ერთიანობას.

რუსულ ფსიქოლოგიურ სკოლაში ნაცადია პიროვნების განსაზღვრება მისი მოსაზღვრე ცნებებთან შეპირისპირების გზით. ასეთებს მიეკუთვნება ცნებები — „ინდივიდი“ და „ინდივიდუალობა“. **ინდივიდი** ბიოლოგიური ერთეულია, ადამიანის გვარის (*homo sapiens*) წარმომადგენელი. ინდივიდად ითვლება ახალშობილი და მოზრდილი, მოაზროვნე და იდიოტი, გელური და ცივილიზებული ადამიანი. ადამიანი იბადება, როგორც ინდივიდი და თანდათანობით იძენს თავისებურ სოციალურ თვისებას, იგი იქცევა პიროვნებად მას შემდეგ, რაც ჩაებმება ურთიერთობათა სისტემაში. **ინდივიდუალობა** კი ნიშნავს პიროვნების განუმეორებლობას, მის უნიკალურობას. ოლპორტი ყოველ პიროვნებას უნიკალურად თვლის, ამიტომ მისთვის არ დგება ინდივიდუალობის ცნების ცალკე განხილვის აუცილებლობა. პიროვნების ამ ცნებაში იგულისხმება ადამიანის ის ზოგადი ნიშნები, რომლებიც განასხვავებენ მას ცხოველისაგან, განსაზღვრავენ მის ქცევას. პიროვნება გულისხმობს ადამიანის ადგილს სოციალურ გარემოში, საზოგადოებაში, მისი სოციალური როლების ერთობლიობას. ადამიანს სხვადასხვა სიტუაციაში სხვადასხვა როლის შესრულება უხდება: მშობლის, შვილის, მეგობრის, მეუღლის, სტუდენტის, ლექტორის, მეზობლის და ა.შ. თითოეული როლი ადამიანისაგან მოითხოვს განსხვავებული მოვალეობის შესრულებას, რომელიც მნიშვნელოვნად არის დამოკიდებული ამ როლების გაგებაზე მოცემულ კულტურაში.

პიროვნების ცნების, მისი სტრუქტურისა და განმსაზღვრელი ფაქტორების გაგების მიხედვით ანსხვავებენ რამდენიმე მიდგომას:

ფსიქონალიტური, რომლის ფუძემდებელი ზ. ფროიდი. ამ თეორიის მიხედვით, პიროვნება წარმოადგენს ბრძოლის

ველს, სადაც ერთმანეთს უპირისპირდება არაცნობიერი ლტოლვები, ინსტიქტური ძალები და ცნობიერება. ფაქტობრივად, სწორედ ფროიდმა შექმნა პიროვნების პირველი გაშლილი თეორია არაცნობიერის კატეგორიასთან მიმართებაში.

ფროიდისაგან განსხვავებით, ბიჰევიორისტული მიმდინარეობის წარმომადგენლები არ თვლიან საჭიროდ ჩაუღრმავდნენ ადამიანის ფსიქიკურ სტრუქტურასა თუ პროცესებს, რადგანაც, მათი აზრით, პიროვნება – ეს არის ის გამოცდილება, რომელიც დააგროვა ადამიანმა მისი სიცოცხლის მანძილზე. ბიჰევიორისტებისთვის პიროვნებას ქმნის გარემო სიტუაციების ზემოქმედება.

პიროვნების ერთ-ერთ თეორიას წარმოადგენს ნიშან-თვისებების ანუ დისპოზიციის თეორია, რომელიც პიროვნების შესწავლისას ეყრდნობა ორ ძირითად მომენტს. პირველი არის ის, რომ ადამიანებს ახასიათებთ სხვადასხვა სიტუაციაში ტიპური ქცევა, რომელსაც განსაზღვრავს მათი ცენტრალური მიდრეკილებები – დისპოზიციები. მეორე მომენტი – პიროვნების უნიკალურობაა. ჰ. აიზენკმა, კარლ იუნგის თეორიაზე დაყრდნობით, გამოყო ძირითადი პიროვნული ფაქტორები: ინტროვერსია – ექსტრავერსია, ემოციური სტაბილობა – ნევროტიზმი, ფსიქოტიზმი – ძლიერი სუბერ-ეგო. რ. კეტელი, მისგან განსხვავებით, ამტკიცებდა რომ პიროვნების სტრუქტურას განსაზღვრავს სულ მცირე 16 ნიშან-თვისება.

თანამედროვე ფსიქოლოგიის მნიშვნელოვანი მიმდინარეობა ჰუმანისტური ფსიქოლოგიაა. მის ძირითად შესასწავლობიერეს წარმოადგენს ადამიანი, როგორც უნიკალური ერთიანი სისტემა. ეს უკანასკნელი კი მოცემულია არა წინასწარ, მზა ფორმით, არამედ წარმოადგენს მხოლოდ ადამიანისთვის დამახასიათებელ თვითრეალიზაციის შესაძლებ-

ლობას. ჰუმანისტური მიდგომით, ადამიანს გააჩნია უწყვეტი განვითარებისა და თვითაქტუალიზაციის პოტენციალი, იგი თავისუფალია გარეგანი დეტერმინანტებისაგან იმ ღირებულებების წყალობით, რომლითაც ხელმძღვანელობს ცხოვრებაში არჩევანის გაკეთების დროს. ჰუმანისტური მიდგომა ახლოს დგას ეგზისტენციალურ ფილოსოფიასთან, რომლის მთავარ პრინციპს წარმოადგენს ადამიანის მისწრაფება იპოვოს თავისი არსებობის ჭეშმარიტი აზრი. ჰუმანისტური ფსიქოლოგიის მიხედვით, პიროვნება მიმართულია მომავლისკენ, საკუთარი შესაძლებლობების რეალიზაციისკენ (ა. მასლოუ). ადამიანი მიისწრაფის საკუთარი შესაძლებლობების შესახებ რწმენის ამადლებიდან და „იდეალური მე“-ს ფორმირებისკენ (კ. როჯერსი), (იხ. თავი ფსიქოლოგიის ზოგადი საფუძვლები).

§ 2. თანდაყოლილი და შეძენილი პიროვნებაში

ყოველი პიროვნება უნიკალურია. რა განაპირობებს მის თავისებურებებს, გენეტიკური თუ გარემოს ფაქტორები, ბუნება თუ აღზრდა? პიროვნების სხვადასხვა თეორიაში ერთ-ერთი მათგანია წინ წამოწეული. მაგალითად, ფსიქონალიზი ქცევისა და პიროვნების დეტერმინაციაში გადამწყვეტ როლს ბიოლოგიურ-ინსტინქტურ საწყისს ანიჭებს, ბიჰევიორიზმი – გარემოსეულს. ამჟამად სულ უფრო იკრებს ძალას ე.წ. ინტერაქციული თვალსაზრისი, რომლის მიხედვით ის თუ როგორ იმოქმედებს ინდივიდი, განსაზღვრულია მისი პიროვნული მახასიათებლებისა და გარემოს ურთიერთქმედებით. თავის მხრივ, პიროვნების წყობა, მისი ინდივიდუალური თავისებურებები ყალიბდება მემკვიდრეობისა და გარეგანი ზემოქმედებით შექმნილი მონაცემების საფუძ-

ველზე. საბოლოო ჯამში, პიროვნების ფორმირებისთვის აუცილებელია ორივე ფაქტორი, თუმცა პიროვნების სხვადასხვა მახასიათებლების ჩამოყალიბებაში ამ ფაქტორების მონაწილეობის ხარისხი და ხასიათი ერთნაირი არ არის. გენეტიკურ ფაქტორებს, როგორც წესი, უფრო მეტი მნიშვნელობა აქვთ პიროვნების ისეთი მახასიათებლებისთვის, როგორიცაა ინტელექტი და ტემპერამენტი, ხოლო გარემოცვას – ღირებულებების, იდეალებისა თუ მრწამსის ფორმირებისთვის.

როდესაც გარემოცვაზე ვსაუბრობთ, მხედველობაში გვაქვს როგორც ადამიანის უშუალო საკონტაქტო წრე (ოჯახი, მეგობრები, კოლეგები და ა.შ.), ისე სოციალური კლასი, რომელსაც მიეკუთვნება ინდივიდი თავისი როლებითა და სტატუსით, აგრეთვე კულტურა, ეთნოსი, რომელსაც მიეკუთვნება ადამიანი თავისი რიტუალებით, რწმენებით, ნორმებით ა.შ. სოციალური გარემოს ყველა ეს ფაქტორი პიროვნებაზე თავისებურად ზემოქმედებს ასაკის, სქესის და სხვა პარამეტრის შესაბამისად. საერთოდ, პიროვნების ფსიქოლოგიის მთავარი პრობლემა იმის გარკვევაა, რა და როგორ მოქმედებს ამა თუ იმ პიროვნული თვისებისა და პიროვნების მთელი სტრუქტურის ჩამოყალიბებაზე. ეს ეხება როგორც შეძენილსა და გარემოსეულს, ისე თანდაყოლილსა და შინაგანს.

დიდი ხნის განმავლობაში ბევრი ფსიქოლოგი არ აღიარებდა, რომ პიროვნებას გენეტიკური ბაზისი გააჩნია. მაგრამ, თანდათან დაგროვდა დაკვირვების მასალა, რომელიც მიუთითებდა გენეტიკური ფაქტორის მნიშვნელობაზე, განსაკუთრებით პიროვნების ტემპერამენტის გამოვლინებებთან დაკავშირებით. მართლაც, ზოგიერთი ბავშვი უფრო აქტიურია და უშიშარი, ვიდრე სხვა. ამ თავისებურებას ინდივიდი მთელი სიცოცხლის განმავლობაში ინარჩუნებს: ადამიანი-

ბის ერთი ნაწილი მუდამ მომართულია სამოძრაოდ და სამოქმედოდ, მეორე ნაწილს ურჩევნია წყნარად იკითხოს, ან სულაც ჩათვლიდეს; ერთნი გაბედულები და უშიშრები არიან, სხვები მორიდებულები და ფრთხილები. ის გარემოება, რომ აღნიშნული ინდივიდუალური თავისებურებები თავს იჩენს ადრეულ ასაკში, დიდი ხნის განმავლობაში ინახება და ნაკლებად არის დამოკიდებული დასწავლაზე, უფლებას გვაძლევს ვივარაუდოთ, რომ ისინი მიეკუთვნება პიროვნების გენეტიკურად განსაზღვრულ, თანდაყოლილ მახასიათებლებს.

ასეთ ვარაუდს ადასტურებს ზუსტი გამოკვლევები, რომლებშიც იზომება ერთნაირ და განსხვავებულ გარემოში გაზრდილი იდენტური (ერთკვერცხუჯრედიანი) ტყუპების პიროვნული ნიშან-თვისებები. თუ გენეტიკური ფაქტორი უპირატეს როლს ასრულებს, მაშინ სხვაგადასხვა გარემოში გაზრდილი იდენტური ტყუპები ისევე უნდა გავდნენ ერთმანეთს, როგორც ერთად გაზრდილები და პირიქით, თუ აღზრდას აქვს გადამწყვეტი მნიშვნელობა, მაშინ სხვადასხვა გარემოში გაზრდილი ტყუპების პიროვნული თვისებები მნიშვნელოვნად უნდა განსხვავდებოდეს იმათგან, ვინც ერთ გარემოში გაიზარდა. მრავალრიცხოვანი კვლევები ცალსახად ადასტურებს ძალიან დიდ მსგავსებას იდენტურ ტყუპებს შორის, მიუხედავად იმისა, სად აღიზარდნენ ისინი. ამასთან, ეს მსგავსება ეხება პიროვნული მახასიათებლებების უაღრესად ფართო დიაპაზონს – დაწყებული რეაქციის დროიდან, დამთავრებული ადამიანის რელიგიურობით.

სადღეისოდ ეს ფაქტები ეჭვს აღარ იწვევს. მათზე დაყრდნობით პიროვნების ფსიქოლოგიის სპეციალისტებმა გამოთვალეს, რომ გენეტიკური ფაქტორის საერთო წვლილი პიროვნულ ნიშან-თვისებებში სულ ცოტა 40%-ის ტოლია. დაახლოებით ამდენივე მოდის გარემოს ზეგავლენაზე, დანარ-

ჩენი გაზომვის შეცდომებს მიეწერება. როგორც ვხედავთ, ორივე ფაქტორი მნიშვნელოვან როლს თამაშობს. თანამედროვე ფსიქოლოგია უფრო შორს მიდის და ამტკიცებს, რომ საერთოდ არ შეიძლება ლაბარაკი გარემოს ფაქტორზე მემკვიდრეობის გარეშე და მემკვიდრეობაზე – გარემოს გარეშე. ეს ფაქტორები უბრალოდ კი არ ურთიერთზემოქმედებენ, არამედ თავიდანვე ერთმანეთს გულისხმობენ და განაპირობებენ. ასე მაგალითად, მემკვიდრეობა არა მხოლოდ პირობად პირი განსაზღვრავს ზოგიერთ პიროვნულ თვისებას, იგი გარკვეულ გავლენას ახდენს იმაზეც, თუ რა გარემოში წარმართება პიროვნების ფორმირების პროცესი. წყნარი, მოსიყვარულე ჩვილი მშობლებში საგრძნობლად განსხვავებულ რეაქციას იწვევს, ვიდრე ფიცხი ან გულჩათხრობილი. ასევე, ჩუმ და პასიურ ბავშვზე ოჯახი და სკოლა სრულიად განსხვავებულად რეაგირებს და, მაშასადამე, სხვადასხვაგვარ გარემოს უქმნის. უფრო მეტიც, აგრესიული ბავშვი თავიდანვე მიილტვის ამაგზნებელი და მასტიმულირებელი გარემოსკენ. ამ აზრით, მართებულია გამონათქვამი, რომ ადამიანები თავად ქმნიან თავიანთ გარემოს.

ფსიქოლოგია არა მხოლოდ იმას შეისწავლის, თუ რა წვლილი შეაქვს გენეტიკურ და გარემოსეულ ფაქტორს ამ თუ იმ თვისების ფორმირებაზე, არამედ ამუშავებს ამ ფაქტორების ურთიერთზემოქმედების მექანიზმის გააზრების თეორიულ მოდელებს; მაგალითად, შემოტანილია რეაქციის დიაპაზონის ცნება. მისი არსი იმაშია, რომ მემკვიდრეობა ადგენს პიროვნული თვისების განვითარების დიაპაზონს, რომლის ფარგლებში თვისების ფორმირების კონკრეტულ თავისებურებას გარემო განსაზღვრავს. სხვაგვარად რომ ვთქვათ, მემკვიდრეობა გვაჩილდოვებს უნარებით, რომელთაც სოციალური გარემოცვა და მთლიანად კულტურა ან ჩამოაყალიბებს და განამტკიცებს, ან დათრგუნავს და სულაც

მოსპობს. მაგალითად, მემკვიდრეობას შეუძლია დაადგინოს ინდივიდის მუსიკალური ან მათემატიკური უნარების ფარგლები, ხოლო გარემო განაპირობებს ამ უნარ-თვისებების განვითარების კონკრეტულ დონესა და ფორმას.

§ 3. პიროვნების სტრუქტურა

პიროვნების თეორიების უმრავლესობა გვთავაზობს სტრუქტურის თავისებურ კონცეფციას. არსებობს თეორიები, რომელთა მიხედვით პიროვნებას რთული იერარქიული სტრუქტურა აქვს. ამის მაგალითია ფროიდის მიერ შემოთავაზებული პიროვნების დაყოფა სამ დონედ: „იდი“ (იგი), „ეგო“ (მე) და „სუპერ-ეგო“, სადაც იდი წარმოადგენს პიროვნების ინსტინქტურ ბირთვს, რომელიც ექვემდებარება სიამოვნების პრინციპს, ეგო წარმოადგენს პიროვნების რაციონალურ ნაწილს, რომელიც ექვემდებარება რეალობის პრინციპს, სუპერ-ეგო კი, რომელიც პიროვნების განვითარების პროცესში ყველაზე ბოლოს ყალიბდება, წარმოადგენს მის მორალურ მხარეს. ეგო არის პიროვნების სტრუქტურის ის მნიშვნელოვანი რგოლი, რომელიც აერთიანებს შემეცნებით და საშემსრულებლო ფუნქციებს და ამავე დროს მოიცავს ნებისყოფას. ფროიდი ეგოს ადარებს მხედარს, რომელიც ზის ცხენზე – ლტოლვებზე და მართავს მათ. აღნიშნული სტრუქტურის მიხედვით ეგო (მე) გაიგივებულია პიროვნებასთან, თანამედროვე ფსიქოლოგთა უმრავლესობა კი პიროვნებას და მე-ს დიფერენცირებულად განიხილავს.

ასეთ დიფერენციაციას ვხვდებით ჯერ კიდევ ამერიკული ფსიქოლოგიის კლასიკოსის, ჯემსის თეორიაში. იგი ხაზს უსვამდა თვითცნობიერების ორმხრივობას: ერთი მხრივ შემეცნებით სუბიექტს (მე) და მეორე მხრივ შესამეცნებელ ობი-

ექტს. პირველს ის უწოდებდა „მე“-ს, მეორეს – „პიროვნებას“ ანუ ემპირიულ „მე“-ს.

პიროვნება – (ემპირიული „მე“) ფართო გაგებით შედგება ყველაფრისაგან, რასაც ადამიანი თავისად თვლის – ეს არის არა მხოლოდ ფიზიკური და სულიერი თვისებები, არამედ მისი ტანსაცმელი, სახელი, ოჯახი, წინაპრები, მეგობრები, კაპიტალი და ა.შ. ეს ყველაფერი გარკვეულ გრძნობებს და ემოციებს აღძრავს. თუ ქცევა წარმატებით მიმდინარეობს, ადამიანს უჩნდება დადებითი გრძნობები. თუ ის მარცხდება – შეწუხებულია. ემპირიული „მე“ შეიძლება დაიყოს 3 ნიშნის მიხედვით, ესენია: შემადგენელი ნაწილები, ემოციები და მათ მიერ გამოწვეული ქცევები.

პიროვნების შემადგენელი ნაწილები, თავის მხრივ, შეიძლება დაიყოს 3 კლასად: ფიზიკური პიროვნება, სოციალური პიროვნება და სულიერი (გონითი) პიროვნება.

ფიზიკური პიროვნება. ჩვენი სხეული წარმოადგენს ფიზიკური პიროვნების არსებით ნაწილს; ასეთივე ნაწილია ჩვენი ტანსაცმელი. ჩვენ იმდენად ვაიგივებთ ჩვენს „მე“-ს ჩვენს ტანსაცმელთან, რომ ზოგჯერ კითხვაზე: „რა გირჩენიათ, გქონდეთ ლამაზი სხეული და ძონძები გეცვათ, თუ უშნო იყოთ, მაგრამ ბრწყინვალე ტანსაცმელში გამოწყობილი“ – ვირჩევთ მეორეს. ფიზიკური პიროვნების ნაწილს წარმოადგენს ჩვენი ოჯახი, მშობლები, ცოლშვილი, ჩვენი „კერა“, ჩვენი ქონება.

სოციალური პიროვნება. სხვა ადამიანთა მიერ ჩვენი, როგორც პიროვნების აღიარება, საზოგადოებრივ პიროვნებად გვაქცევს. ჩვენ არა მხოლოდ გვიყვარს საზოგადოებაში ყოფნა, არამედ გვაქვს თანდაყოლილი მიდრეკილება მივიბჟუროთ სხვების ყურადღება. ძნელია წარმოვიდგინოთ – წერს ჯემსი – უარესი დასჯა, ვიდრე იყო ისეთ საზოგადოებაში, სადაც არ გაქცევენ ყურადღებას, არ გაპასუხობენ კითხვებზე, არ ინ-

ტერესდებიან შენი მოქმედებით, ისე გექცევიან, როგორც უსულო საგანს. ასეთ შემთხვევაში ან სასოწარკვეთილება გვეუფლება, ან ვცოფდებით. ფაქტობრივად ადამიანს იმდენი სოციალური პიროვნებისგან შედგება, რამდენი ადამიანიც აღიარებს მას.

სულიერი პიროვნების ქვეშ ჩემსი გულისხმობდა ცნობიერების მდგომარეობების, ფსიქიკური უნარებისა და თავისებურებების ერთობლიობას, რომლის ბირთვსაც აქტივობის განცდა წარმოადგენს.

ემოციები, რომლებიც გამოწვეულია პიროვნების აღწერილი შემადგენელი ნაწილების განცდით, აღინიშნება თვითშეფასების ტერმინით. თვითშეფასება უშუალოდ დაკავშირებულია ადამიანის მიერ საკუთარი პიროვნული თვისებების შეფასებასთან და ასევე მის შედარებასთან სხვა ადამიანების თვისებებთან. თვითშეფასება მიეკუთვნება პიროვნების სოციალურ ასპექტს და განსაზღვრავს პიროვნების სოციალურ ადაპტაციას, მის ქცევას. თვითშეფასება ყალიბდება სოციალიზაციის პროცესში; იგი დამოკიდებულია სხვათა შეფასებაზე. ზედმეტად დაბალმა თვითშეფასებამ შეიძლება გამოიწვიოს არასრულფასოვნების კომპლექსი, ხოლო ზედმეტად მაღალი თვითშეფასება იწვევს თვითკმაყოფილებას, ამბიციურობას. პიროვნების პოზიციის დახასიათებისთვის საჭიროა ვიცოდეთ როგორც მისი თვითშეფასება, ასევე მოსალოდნელი შეფასება (რას ფიქრობენ ჩვენზე სხვები). მოსალოდნელი შეფასება მეტ-ნაკლებად უახლოვდება თვითშეფასებას. ამაზე დიდად არის დამოკიდებული პიროვნების სოციალური ურთიერთობები და მისი თვითგრძნობა: როდესაც თვითშეფასება და მოსალოდნელი შეფასება ახლოსაა ერთმანეთთან, ადამიანი უფრო კომფორტულად გრძნობს თავს მოცემულ სოციალურ წრეში.

თვითშეფასება მჭიდროდ არის დაკავშირებული პრეტენ-

ზიის დონესთან. პრეტენზიის დონე – პიროვნების თვითშეფასების სასურველი დონეა, რომელიც გლინდება პიროვნების მიერ დასახული მიზნების სირთულეში. ჩვენი კმაყოფილება საკუთარი თავით და ცხოვრებით მთლიანად დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ ვაფასებთ ჩვენ შესაძლებლობებს და ჩვენ დანიშნულებას. იგი განისაზღვრება ჩვენი რეალური უნარის დამოკიდებულებით პოტენციურ უნართან. ჯემსი ამას მარტივი წილადით გამოხატავს:

$$\text{პატივისცემა} = \frac{\text{წარმატება}}{\text{პრეტენზიები}}$$

მრიცხველი, როგორც ვხედავთ, გამოხატავს რეალურ წარმატებას, ხოლო მნიშვნელი – პრეტენზიას. მრიცხველის გადიდებით ან მნიშვნელის შემცირებით წილადი იზრდება. ეს კი ნიშნავს, რომ პრეტენზიებზე უარის თქმა გვაძლევს ისეთივე სასურველ შემსუბუქებას, როგორც მათი განხორციელება რეალობაში. მაგალითად, აღწერილია შემთხვევა, როდესაც ადამიანმა ომის დროს დაკარგა მთელი ქონება და, შესაბამისად, გაუქრა პრეტენზიები მილიონერობაზე, ბედნიერად და თავისუფლად იგრძნო თავი.

პრეტენზიის დონის ექსპერიმენტული მეთოდით ითვლისწინებს ადამიანის რეაგირებას წარმატება-წარუმატებლობაზე. როცა ადამიანი წარმატების შემთხვევაში აიმაღლებს პრეტენზიებს, ხოლო მარცხის შემთხვევაში დაიქვეითებს მათ, შეიძლება ვილაპარაკოთ პრეტენზიის ადექვატურ დონეზე. მაგრამ ექსპერიმენტები ხშირად საპირისპიროს გვიჩვენებს: დამარცხებული ადამიანი ისახავს კიდევ უფრო რთულ მიზნებს, ხოლო წარმატებული, პირიქით, იქვეითებს თავის პრეტენზიებს, ცდილობს შეინარჩუნოს მოპოვებული წარმატება.

თვითშეფასებისა და წარმატება-წარუმატებლობის ცნებებს უკავშირდება ასევე ჯ. როტერის მიერ მოლოდინების ორი ჯგუფის გამოყოფა – სპეციალური მოლოდინები, რომლებიც კონკრეტულ სიტუაციასთან არის დაკავშირებული და ე.წ. გენერალიზირებული მოლოდინები, რომელთა მიხედვითაც შესაძლებელია პიროვნებათშორის განსხვავებებზე მსჯელობა. როტერის მიერ აღმოჩენილი ე.წ. **ლოკუსის კონტროლი** გამოხატავს იმას, თუ სად ათავსებს პიროვნება თავისი წარმატება-წარუმატებლობის მიზეზს – გარეთ თუ შიგნით. ადამიანები **ექსტერნალური** ლოკუსით ქცევის შედეგებს მათგან დამოუკიდებელ ძალებსა თუ ვითარებას მიაწერენ, **ინტერნალური** ლოკუსის მქონენი კი მოქმედების განმსაზღვრელად საკუთარ თავს მიიჩნევენ და მის შედეგებზე პასუხისმგებლობას თვითონ იღებენ. გამოკვლევებით დადგინდა, რომ საკუთარ თავში დარწმუნებული ინტერნალები უფრო ადაპტირებული, აქტიური და ჯანმრთელები არიან, ვიდრე გარეშე ძალებსა თუ ბედს მინდობილი ექსტერნალები. კონტროლის ლოკუსი, ისევე როგორც ყოველგვარი მოლოდინი, ცხოვრებისული გამოცდილების პროცესში ყალიბდება, ე.ი. სოციალური და სწავლის შედეგია.

მიუხედავად იმისა, რომ პიროვნება შეიცავს მრავალ ასპექტს, მრავალ მახასიათებელს, იგი მაინც მთლიანობაა. სუბიექტურად ამ მთლიანობას უზრუნველყოფს თავისებური განცდა, რომელსაც „მე“-ს **ცნობერებას** უწოდებენ. იგი, უპირველეს ყოვლისა, ვლინდება საკუთარი თავის იგივეობის ანუ იდენტობის განცდაში წარსულში, აწმყოში, მომავალში. ნებისმიერ სიტუაციაში, შეცვლილ მდგომარეობაში „მე“ იმავე ადამიანის „მე“-დ რჩება. „მე“-ს განცდა წარმოადგენს პიროვნების ფორმირების ხანგრძლივი პროცესის შედეგს, რომელიც იწყება ჯერ საკუთარი სხეულის, საკუთარი სახელის გაცნობიერებით, პირველი „მე თვითონ“-ით. მო-

ზარდობის ასაკში ყალიბდება ე.წ. „მე“-ს კონცეფცია, ანუ „მე“-ს ხატი – შედარებით მყარი, მეტ-ნაკლებად გაცნობიერებული წარმოდგენა საკუთარ თავზე, რომლის საფუძველზეც იგება ადამიანის ურთიერთობა სხვა ადამიანებთან. „მე“-ს ხატი წარმოადგენს განწყობას საკუთარი თავის მიმართ და, როგორც ასეთი, ხასიათდება სამი კომპონენტით: კოგნიტური – წარმოდგენა საკუთარ თავზე, გარეგნობაზე, მნიშვნელობაზე, ემოციური – თვითკრიტიკულობა ან თვითკმაყოფილება და ქცევითი, რომელიც ვლინდება გარკვეულ მისწრაფებებში (მაგ. დაიმსახუროს პატივისცემა ან, პირიქით, დარჩეს შეუმჩნეველი). და მაინც, „მე“-ს კონცეფცია უფრო აღწერით ხასიათს ატარებს, თვითშეფასება კი ყოველთვის დადებითია ან უარყოფითი.

პიროვნების ნიშან-თვისებები

თანამედროვე ფსიქოლოგიაში პიროვნების შესწავლისადმი ყველაზე პოპულარული და პროდუქტიული მიდგომა პიროვნების ინდივიდუალური ნიშან-თვისებების გამოვლენაში მდგომარეობს. ნიშან-თვისებათა თეორია წარმოადგენს აღწერით მიდგომას, რომელიც ახასიათებს ადამიანს გარკვეული რაოდენობის საბაზისო ნიშნების საშუალებით. ერთ-ერთ ასეთ მცდელობას წარმოადგენს პიროვნების კლასიფიკაცია ენაში არსებული ეპითეტების ანალიზის საშუალებით (ოლპორტი, კეტელი). ფაქტორული ანალიზის გზით კეტელმა მიიღო 16 ფაქტორი, რომლებიც მან მიიჩნია პიროვნების პირველად განზომილებებად. სხვა მკვლევარების შრომებში ნაცადია პირველადი ფაქტორების რაოდენობის შემცირება. უორენ ნორმანის პოპულარულ კვლევაში 5 საბაზისო ფაქტორი გამოიყო, რომლებსაც ხშირად უწოდებენ დიდ ხუთეულს. ესენია: ნევროტიზმი, ექტრავერსია, შეთან-

ხმების მიდრეკილება, კეთილმოსურნეობა და ღიაობა გამოცდილების მიმართ. ეს, ცხადია, სუბერფაქტორებია, რომლებიც უფრო დაბალი წონის ფაქტორებს აერთიანებენ. მაგალითად, გამოცდილებისადმი ღიაობაში შედის ისეთი ფაქტორები, როგორიცაა ცნობისმოყვარეობა, დაინტერესებულობა, კრეატიულობა, რეფლექსურობა და სხვა. კეთილმოსურნეობაში – სიკეთე, სირბილე, თანამშრომლობა, თავმდაბლობა, ხელგაშლილობა და სხვა. ნორმანის აზრით, პიროვნება შეიძლება დახასიათდეს ამ ხუთი ფაქტორის საშუალებით (ობიექტის ფიზიკური აღწერის ანალოგიურად, რომელიც ხდება სამ განზომილებაში). თუმცა ასეთი აღწერა არ გამოირიცხავს ადამიანთა უსასრულო მრავალფეროვნებას.

ხუთფაქტორიანი მოდელის ფარგლებში რამდენიმე ფსიქოდიაგნოსტიკური ტესტია შექმნილი, რომლებიც ფართოდ გამოიყენება პრაქტიკაში, სახელდობრ, პროფესიის შერჩევისას, ფსიქოკონსულტაციაში.

ხუთფაქტორიანი მოდელის პარალელურად არსებობს პიროვნების აიზენკისეული სამგანზომილებიანი მოდელი: ექსტრავერსია – ინტრავერსია, ნევროტიზმი – ემოციური სტაბილურობა და ფსიქოტიზმი – ძლიერი სუბერ-ეგო. აიზენკი ამოდის მოსაზრებიდან პიროვნების ელემენტების იერარქიული წყობის შესახებ. მან გამოჰყო ქცევის ორგანიზაციის 4 დონე, პირველი დონეს წარმოადგენენ სპეციფიკური მოქმედებები, რომლებსაც შემთხვევითი ხასიათი აქვთ და არც გამოხატავენ პიროვნების თავისებურებებს. მეორე დონეზე საქმე გვაქვს ჩვევით მოქმედებებთან, რომლებიც რეგულარულად მეორდებიან. მესამე დონეს შეადგენენ პიროვნული თვისებები, ხოლო უმაღლესი, მეოთხე დონე მოიცავს ტიპებს, ანუ სუბერფაქტორებს. ყოველი სუბერფაქტორი ბიპოლარულია:

ექსტრავერსია – ინტრავერსია. ექსტრავერსია ხასიათდება

ისეთი პიროვნული თვისებებით, როგორიცაა აქტიურობა, კომუნიკაბელურობა, ექსპრესიულობა, თავდაჯერებულობა, უდარდელობა, ოპტიმიზმი და სხვა. მისი საპირისპირო ტიპი კი ხასიათდება ისეთი თვისებებით, როგორიცაა პასიურობა, სიფრთხილე, არაკომუნიკაბელურობა, მშვიდობისმოყვარეობა, მიდრეკილება თვითდაკვირვებისადმი და სხვა. ექსტრავერტები უფრო მეტად მონაწილეობენ სოციალურ მოვლენებში, მეტ მიდრეკილებას იჩენენ სარისკო სიტუაციებისადმი, ალკოჰოლისა და ნარკოტიკებისადმი, სკოლაში და კოლეჯში მათი მოსწრება ჩამორჩება ინტროვერტებისას.

ნევროტიზმი – სტაბილობა. ადამიანები ნევროტიზმის მაღალი მაჩვენებლით ძალზე ძლიერად რეაგირებენ აგზნებაზე და ძნელად უბრუნდებიან ნორმალურ მდგომარეობას. მათ ახასიათებთ შფოთვის მაღალი დონე, დაძაბულობა, დაბალი თვითშეფასება და მიდრეკილება გარკვეული ორგანული და ფსიქოლოგიური პრობლემებისადმი.

ფსიქოტიზმი – ძლიერი სუბერეგო. ადამიანი ფსიქოტიზმის მაღალი მაჩვენებლით არის ეგოცენტრული, ცივი, აგრესიული, იმპულსური, ანტისოციალური და ეჭვიანი. ის, ვისაც ძლიერი სუბერეგო ახასიათებს, ემპათიური ადამიანია, თანამშრომლობს სხვებთან, მზრუნველია და სოციალურად კარგად არის ადაპტირებული.

უნდა აღინიშნოს, რომ სხვადასხვა ფაქტორების გარკვეული კომბინაცია კორელაციაში იმყოფება ისეთ მაჩვენებლებთან, როგორიცაა მიდრეკილება სხვადასხვა ორგანული დაავადებისადმი, შემოქმედებითი უნარი და სხვა. დადგენილია, რომ კრიმინალურ და ანტისოციალურ ინდივიდებს, როგორც წესი, აღენიშნებათ ნევროტიზმის, ექსტრავერსიისა და ფსიქოტიზმის მაღალი მაჩვენებლები.

ნიშან-თვისებების თეორიის მომხრეები კამათობენ საბა-

ზისო ნიშნების რაოდენობაზე, მაგრამ თანხედებიან ერთში: არსებობს ნიშნები (დისპოზიციები), რომლებიც სტაბილურია მოცემული ინდივიდისთვის (ე.წ. დისპოზიციონიზმი). ამის საპირისპიროდ წამოყენებულ იქნა ჰიპოთეზა, რომ არ არსებობს რეალური დამთხვევა სხვადასხვა სიტუაციაში ერთი და იგივე ინდივიდის ქცევებს შორის. ეს ჰიპოთეზა ცნობილია სიტუაციონიზმის სახელით. მისი მომხრეები თვლიან, რომ ადამიანის ქცევა უფრო მეტად დეტერმინირებულია სიტუაციების თავისებურებებით, ვიდრე პიროვნული თვისებებით. კორელაციის მაჩვენებლები სხვადასხვა სიტუაციებში პიროვნული თვისებების გამოვლენაში, მიშელის თანახმად, არ აღემატება 40%. სიტუაციის გავლენის უარყოფა უაზროა. სიტუაციის პრიორიტეტი პიროვნულ ფაქტორზე ზოგჯერ მართლაც თვალსაჩინოა, შუქნიშანზე წითელი სინათლის ანთებისას მძღოლები ჩერდებიან, მწვანეზე – იწევენ მოძრაობას. აქ მნიშვნელოვანია არა აქვს, თუ რა პიროვნული ნიშნებით ხასიათდება თითოეული მათგანი. გარკვეულ სიტუაციებში ყველა ადამიანი ერთნაირად იქცევა, თუმცა პიროვნების მახასიათებლები არ შეიძლება არ აისახებოდეს მის ქცევაში. პიროვნული თვისებების მიხედვით ქცევის წინასწარმეტყველება ზოგადად უკეთ ხერხდება, თუ ქცევის კონტექსტი ნაცნობი და არაფორმალურია – არსებობს ქცევების მრავალი ვარიანტი.

აქ შეიძლება გავიხსენოთ ოლპორტის ზემოთ მოყვანილი განსაზღვრება, სადაც ყურადღება გამახვილებულია პიროვნებისთვის დამახასიათებელ ქცევაზე. ოლპორტის დისპოზიციური მიდგომის თანახმად, ორი საგნებით ერთნაირი პიროვნება არ არსებობს. თითოეული ადამიანი იქცევა საკუთარი, მტკიცედ განსაზღვრული მოდელების შესაბამისად და არა ისე, როგორც სხვები. ყოველივე ამის ახსნას ოლპორტი გვთავაზობს პიროვნული თვისებების განხილვის საფუძ-

ველზე. იგი პიროვნულ თვისებებს განსაზღვრავს, როგორც „ნიეროფსიქიკურ სტრუქტურას, რომელსაც შეუძლია მრავალი სტიმული ექვილენტურად აქციოს; აგრეთვე აღძრას და წარმართოს ადაპტაციური და ექსპრესიული ქცევის საკმარისად მდგრადი ფორმები“. პიროვნული თვისება არის მიდრეკილება მოიქცე ერთნაირად სიტუაციების ფართო დიაპაზონში. მაგალითად, თუ გინმე თავის არსით მხდალია, ის მუდმივად მიდრეკილი იქნება სიმყუდროვისკენ და თავშეკავებულობისკენ განსვავებულ სიტუაციებში – მეგობრებთან ურთიერთობისას, აუდიტორიაში ყოფნისას, სადილობის დროს, ნივთების ყიდვისას და ა.შ. ოლპორტის მიხედვით, პიროვნული თვისებები ადამიანის ქცევის სტაბილობას განაპირობებს. ოლპორტი პიროვნული თვისებების სამ სახეს განასხვავებს: კარდინალურს, ცენტრალურს და მეორადს.

კარდინალური თვისება იმდენად განზოგადებულია, რომ თუ ის ადამიანში არსებობს, მის ყოველ ქცევას ასვამს დაღს. ესაა პიროვნების მთელი ცხოვრების ვნება, რომელიც, ოლპორტის აზრით, ცოტას თუ გააჩნია. მათ საილუსტრაციოდ ოლპორტი მიმართავს ისტორიული პირებისა და ლიტერატურული პერსონაჟების მაგალითებს, რომელთა სახელებიც საზოგადო სახელებად გადაიქცა; შოვინიზმი, დონკიხოტობა, დონჟუანობა, სადიზმი, მაზოხიზმი გარკვეული პიროვნებებისთვის დამახასიათებელი კარდინალური დისპოზიციების მაგალითებია.

მათგან განსხვავებით, ცენტრალური (პირადი) თვისებები ყველა პიროვნებას აქვს და იგი არის ინდივიდუალურობის ძირითადი ღერძი. ოლპორტი აღნიშნავს, რომ იმ ცენტრალურ თვისებათა რაოდენობა, რომლითაც შეიძლება კონკრეტული პიროვნების დახასიათება, მცირეა და დაახლოებით 5-დან 10-მდე მერყეობს. მაგალითად: პუნქტუალურო-

ბა, ყურადღებიანობა, პასუხისმგებლობა და ა.შ.

მეორადი თვისებები – ეს თვისებები ნაკლებად შესამჩნევია, ნაკლებად განზოგადებული და, აქედან გამომდინარე, პიროვნების დახასიათებისთვის ნაკლებად ინფორმატიულია. აქ ძირითადად იგულისხმება სიტუაციით გაპირობებული პიროვნული თვისებები. მაგალითისათვის გამოდგება პიროვნება, რომელიც არასდროს გამოიჩინებდა თავისი მორჩილებით იმ სიტუაციის გარდა, როდესაც ვთქვათ, პოლიციელი აჩერებს სიჩქარის გადაჭარბების გამო. ოლპორტი აღნიშნავს, რომ ადამიანს ძალიან კარგად უნდა იცნობდეს იმისთვის, რომ შენიშნოს მისი მეორადი თვისებები.

მეორე ავტორიტეტული პერსონოლოგის, რ. კეტელის კონცეფციის ძირითადი არსიც, ოლპორტის მსგავსად, მდგომარეობს პიროვნებაში გამოვლენილი თვისებების ნაირსახეობის აღწერაში და მათ კლასიფიკაციაში. კეტელი, ისევე როგორც ოლპორტი, თვლის, რომ პიროვნული თვისებები იყოფა ზოგად და ინდივიდუალურ (უნიკალურ) თვისებებად. ზოგადი თვისებები ისეთი თვისებებია, რომლებიც, მეტ-ნაკლებად, ერთი კულტურის თითქმის ყველა ადამიანს ახასიათებს, მაგალითად თვითშეფასება, ინტელექტი, ინტროვერსია და ა.შ. ინდივიდუალური თვისებები კი მხოლოდ რამდენიმე ადამიანს ან ერთ კონკრეტულ პიროვნებას შეიძლება ჰქონდეს. ასეთი უნიკალური თვისებები უმეტესად ინტერესებში გვლინდება.

ხასიათი, ტემპერამენტი

პიროვნების ინდივიდუალურ-ფსიქოლოგიურ თვისებურებათა შორის, პირველ რიგში, ხასიათი და ტემპერამენტი განიხილება. თუ კლასიკურ ფსიქოლოგიაში ტერმინი „ხასიათი“ და „ტემპერამენტი“ უკავშირდება მიდრეკილების,

დისპოზიციის ცნებას (ხშირად გამოიყენება როგორც პიროვნების სინონიმი), ოლპორტი გამიჯნავს მათ პიროვნების ცნებასაგან. ცნება **ხასიათი** ტრადიციულად იწვევს ასოციაციას გარკვეულ მორალურ სტანდარტებთან, რომლის შესატყვისადაც ხდება პიროვნების ქცევის შეფასება. როდესაც ვინმეზე ამბობენ, რომ მას კარგი ხასიათი აქვს, ეს ნიშნავს, რომ მისი პიროვნული თვისებები სოციალურად და ეთიკურად სასურველია. ამ მსჯელობიდან გამომდინარეობს მისი ცნობილი ფორმულა: „ხასიათი – შეფასებული პიროვნებაა, ხოლო პიროვნება – შეუფასებელი ხასიათია“.

ტემპერამენტი განიხილება, როგორც პიროვნების პირველადი „საშენი“ მასალა, რომელიც განსაკუთრებით გლინდება პიროვნების ემოციურ თავისებურებებში. ტემპერამენტი აღწერს ფსიქიკური პროცესების თანდაყოლილ დინამიკურ მხარეს. ტრადიციულად, ჯერ კიდევ ჰიპოკრატეს დროიდან არჩევენ ტემპერამენტის ოთხ ძირითად ტიპს: სანგვინიკურს, ქოლერიკულს, ფლეგმატიკურს და მელანქოლიკურს. ამ ტიპოლოგიაში ნაგულისხმევი კონკრეტული ნიშნები ბოლო წლებში გამდიდრდა, მაგრამ ძირითადი შინაარსი დარჩა უცვლელი. **სანგვინიკი** – მოძრავი, დადებითი, მაგრამ ზერე-ლე ემოციების მქონე, ადვილად შეგუებადი და აგზნებადი ადამიანია. **ქოლერიკი** – ძლერი ემოციების მქონე, აფექტური და სწრაფად გადანაცვლებადი, უფრო უარყოფითი ემოციებისკენ მიდრეკილი სუბიექტია. **ფლეგმატიკი** – ნელი, ინერტული, ღრმა და სერიოზული, უფრო დადებითი ემოციების მქონე ინდივიდია. **მელანქოლიკი** – სუსტი ნერვიული სისტემის მქონეა, მეტად მგრძნობიარე, უარყოფითი ემოციებისკენ მიდრეკილი (შფოთვა, წუხილი, უკმაყოფილება) პიროვნებაა. რეალურ ცხოვრებაში იშვიათად გვხვდება ჩამოთვლილი ტემპერამენტის წმინდა ტიპები, თუმცა ყოველთვის შეიძლება გაირჩეს წამყვანი მახასიათებ-

ლები. ტემპერამენტი – ადამიანის თანდაყოლილი ინდივიდუალური თავისებურებაა. იგი ხშირად განსაზღვრავს ადამიანის საქმიანობის ინდივიდუალურ სტილს და პროფესიულ შესატყვისობას (მაგ. სპორცმენის, მფრინავის, ოპერატორის საქმიანობას უფრო შეესატყვისება სანგვინიკისა და ქოლერიკის ტიპები, ვიდრე ფლეგმატიკს და ა.შ.).

ინტუიცი, ლიხებულება, ნიჭი

ინტერესი წარმოადგენს პიროვნების მიმართულებას, რომელიც შეფერილია დადებითი ემოციით. სწორედ ამ გარემოების გამო ხშირად ინტერესს ემოციის სახედაც მიიჩნევენ და ხაზს უსვამენ ინტერესის შერჩევით, სელექციურ ფუნქციას – ადამიანს რაღაც ერთი სფერო აინტერესებს, სხვა კი ნაკლებად. ინტერესების, ღირებულებების, განწყობების მიმართულება წარმოადგენს პიროვნების მნიშვნელოვან ასპექტს და გავლენას ახდენს ადამიანის პროფესიაზე, მის დამოკიდებულებაზე სხვა ადამიანებთან, იმ საიმოვნებაზე, რომელსაც ის განიცდის სხვადასხვა საქმიანობიდან, თავისუფალ დროს და ა.შ.

თანამედროვე ფსიქოლოგიაში ხაზს უსვამენ ინტერესის კავშირს შემეცნებით სფეროსთან: ინტერესის ობიექტის გაცნობის, დაკვირვების, მისი გაგების სურვილს, სწრაფვას მასზე ფიქრისადმი, მასზე ყურადღების შეჩერებისადმი; ინტერესი განიცდება ინტელექტუალური გრძნობის სახით. იგი წარმოადგენს ყურადღებისა და ყველა ინტელექტუალური ძალების თავისი ობიექტისკენ მიმართვის ძლიერ ფაქტორს. ინტერესი აამოქმედებს სათანადო მიმართულებით სუბიექტის ყურადღებას, აღქმას, მეხსიერებას, აზროვნებას და ხშირად მთელი პიროვნების ძალების კონცენტრაციასაც იწვევს.

ინტერესი შეიძლება სხვადასხვა ღირებულებაზე იყოს მიმართული. ღირებულებათა თეორია, როგორც მოძღვრება პიროვნების ცხოვრების საზრისის შესახებ, ჯერ კიდევ XX საუკუნის პირველ მეოთხედში შეიქმნა ე.შპრანგერის მიერ. მან გამოაქყო ღირებულებათა ექვსი ძირითადი ტიპი და ამის მიხედვით ააგო ადამიანთა ტიპოლოგია:

1) თეორიული ადამიანი ყველაზე მეტად დაინტერესებულია ჭეშმარიტების დადგენით. ასეთი ადამიანი ინტელექტუალურია; 2) ესთეტიკური ადამიანისთვის უმაღლესი და აქტუალური ღირებულება მშვენიერება, ხელოვნებაა; 3) ეკონომიკური ადამიანისთვის მთავარი ეკონომიკური ღირებულება, ნივთიერი კეთილდღეობაა. მისი მოქმედების მოტივები უმთავრესად ამ სფეროში პოულობს ძალას; 4) პოლიტიკური ადამიანისთვის ძალაუფლებაა უმაღლესი ღირებულება. იგი თავისი მოქმედებითა და მისწრაფებებით ბატონობაზეა ორიენტირებული; 5) სოციალური ადამიანისთვის ბატონობა კი არა, სხვების სამსახური წარმოადგენს იმ სფეროს, სადაც იგი განსაკუთრებული ხალისით მოქმედებს. მას იმდენად მბრძანებლობა არ აინტერესებს, რამდენადაც სოლიდარობა და თანამშრომლობა; 6) რელიგიური ადამიანისთვის უმაღლეს ღირებულებას, რომელიც აზრს და მიმართულებას აძლევს მთელს მის ქცევას, მთლიანობა, სამყარო, ღმერთი შეაგენს.

ოლბორტი თვლიდა, რომ ცხოვრების წესრიგი და საზრისი განისაზღვრება სწორედ ღირებულებებით და მიზნად დაისახა მათი გამოვლენა და გაზომვა. შედეგად შექმნილია „ღირებულებათა შესწავლის“ ოლბორტ-ვერნონის ტესტი. სხვადასხვა სპეციალობის სტუდენტებზე ამ ტესტის ჩატარებამ აჩვენა მნიშვნელოვანი განსხვავებები. მაგალითად, ბიზნესის შემსწავლელმა სტუდენტებმა დიდი ქულები ეკონომიკური ღირებულების მაჩვენებლებში მიიღეს, მომავალმა

დიზაინერებმა – ესთეტიკურ ღირებულებებში, თეოლოგიის შემსწვალებმა – რელიგიურ ღირებულებებში.

პროფესიის არჩევა და შემდგომი პროფესიული წარმატება დამოკიდებულია ადამიანის ღირებულებებსა და ინტერესთა სიმტკიცეზე – მოტივირებაზე. მაგრამ მხოლოდ ინტერესი ვერ განსაზღვრავს პროფესიულ მიღწევას. ამის უმნიშვნელოვანესი ფაქტორია ადამიანის უნარი, ნიჭი.

თუ ადამიანს სპეციფიკური მოქმედების ადვილი დაუფლებისა და წარმატებით განხორციელების უნარი აქვს, ეს იმას ნიშნავს, რომ მას სათანადო ნიჭი ჰქონია. მათემატიკური ოპერაციები, მუსიკა, ხატვა, ფილოსოფიური აზროვნება თუ წარმოების მართვა ადამიანისაგან მოითხოვს სპეციფიკურ თვისებას – ნიჭს. ნიჭი არის რაიმე განსაკუთრებული მოქმედების შესრულების ან სწავლის უნარი.

თვისობრივი განსხვავებების გარდა, ნიჭს ხარისხობრივი განსხვავებაც ახასიათებს. ხარისხობრივი განსხვავება მრავალ საფეხურს გულისხმობს – ზოგი მცირე ნიჭის პატრონია, ზოგი – ტალანტია, ე.ი. მაღალგანვითარებული ნიჭის პატრონია. ეს დიდი ინტერინდივიდუალური სხვაობები არ ნიშნავს, რომ ნიჭი მხოლოდ თანდაყოლილი თვისებაა, მაგრამ ისიც არ არის სწორი, თითქოს ნიჭს იძენენ. ნიჭის შეძენა, თუ ადამიანს არ გააჩნია სათანადო ნასახი, შეუძლებელია. იმისთვის კი, რომ ნასახიდან განვითარდეს ნიჭი, აუცილებელია მისი გავარჯიშება, სათანადო მიმართულებით მოქმედება, წინააღმდეგ შემთხვევაში თვითონ სუბიექტიც კი ვერ გაიგებს, რომ მას რაღაც ნიჭის ნასახი ჰქონდა (იხ. თავი აზროვნება, ინტელექტი და შემოქმედება).

§ 4. პიროვნება და ჯანმრთელობა

გავრცელებული შეხედულებით, პიროვნული დისპოზიციები დაკავშირებულია ჯანმრთელობის მდგომარეობასთან.

მართლაც, ჯანმრთელობა განიხილება არა მარტო როგორც ავადმყოფობის არ არსებობა, არამედ როგორც ფიზიოლოგიური, ფსიქიკური, პიროვნული და სოციალური ფაქტორების გარკვეული კავშირი. ბიოფსიქოსოციალური მოდელი შედარებით ახალი მიდგომაა ფსიქოლოგიასა და მედიცინაში, თუმცა მისი საფუძვლები აღმოსავლურ კულტურაში უძველესი დროიდან არსებობს. მაგალითად, ძველი ჩინური მედიცინა აღიარებდა ემოციონალური ჯანმრთელობის უმნიშვნელოვანეს როლს ავადმყოფობის ეტიოლოგიაში. დღეს უკვე აღარ დავობენ იმაზე, რომ ფსიქოლოგიური ფაქტორები ხშირად ზრდიან დაავადების აღმოცენების რისკს, ამწვავებენ უკვე არსებულ დაავადებებს და ხელს უშლიან მათ მკურნალობას. პიროვნებასა და ავადმყოფობას შორის კავშირის შესახებ ძირითადად ორი მიდგომა არსებობს:

პირველი მიდგომის თანახმად, გარკვეული პიროვნული მახასიათებლების მქონე ადამიანები უფრო მიდრეკილნი არიან სპეციფიკური, ე.წ. ფსიქოსომატური დაავადებებისადმი, როგორიცაა მაგალითად კუჭის და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულოვანი დაავადებები, ჰიპერტონია, ბრონქიალური ასთმა, თირეოტიკოზი, რევმატოიდული ართრიტი, წყლულოვანი კოლიტი და ნეიროდერმატიტი. დაავადების გამომწვევ ფსიქოლოგიურ ფაქტორად ამ შემთხვევებში უმთავრესად გვევლინება სტრესები, მათთან გამკლავების უუნარობა და შინაგანი კონფლიქტები სხვადასხვა მოტივაციურ ტენდენციებს შორის.

მეორე მიდგომის თანახმად, პიროვნული ფაქტორები მხოლოდ „აძლიერებენ“ ან „ასუსტებენ“ იმ ბიოლოგიურ ფაქტორებს, რომელიც უშუალოდ იწვევენ ავადმყოფობას. ასეთ პიროვნული ფაქტორებს შეიძლება მივაკუთვნოთ: თვითშეფასება, ნევროტიზმი, ლოკუსის კონტროლი და ა.შ. ზოგიერი ავტორი თვლის, რომ შიგნით მიმართული ლოკუ-

სის კონტროლი, როგორც წესი, ხელს უწყობს ადამიანის ჯანმრთელობის შენარჩუნებას. ასეთი პიროვნებები მეტ ინტერესს იჩენენ საკუთარი ჯანმრთელობის მიმართ და უკეთ აკონტროლებენ მას. კარგ ჯანმრთელობას უკავშირდება აგრეთვე ისეთი პიროვნული თვისება, როგორიცაა კეთილსინდისიერება, რადგან ასეთი ადამიანები ზუსტად იცავენ სპეციალისტების რჩევებსა და რეკომენდაციებს.

მკვლევართა ჯგუფი აიზენკის ხემძღვანელობით ამტკიცებს, რომ არსებობენ ისეთი პიროვნული ტიპები, რომლებიც განწყობილნი არიან კიბოსა და გულის დაავადებებისადმი. მათ გამოყვეს ასეთი ადამიანების შესაბამისი პიროვნული მახასიათებლები:

1. პიროვნული ტიპი, რომელიც მიდრეკილია კიბოსადმი. ამ ტიპის ადამიანები განიცდიან სტიმულაციის ნაკლებობას და უმწეობას. ისწრაფვიან მათთვის ღირებული ადამიანის ან ობიექტისადმი ემოციური სიახლოვისკენ. ასეთი სიახლოვის არარსებობის შემთხვევაში ისინი სტრესის ქვეშ იმყოფებიან. გარდა ამისა, ამ ტიპის ადამიანებისთვის დამახასიათებელია ემოციების დათრგუნვა.
2. პიროვნული ტიპი, რომელიც მიდრეკილია გულის დაავადებებისადმი. ასეთი ადამიანები გამოირჩევიან მაღალი ავზნებადობით. მათთვის ღირებული ემოციონალური ობიექტი განიხილება, როგორც სტრესისა და უარყოფითი ემოციების წყარო. ამავე დროს, ისინი დამოკიდებულნი არიან ამ ობიექტზე და არ შეუძლიათ მისგან გათავისუფლება.

ჯანმრთელობაზე პიროვნული ფაქტორის გავლენის კლასიკურ მაგალითს წარმოადგენს გულის იშემიურ დაავადებასა და ე.წ. პიროვნების A და B ტიპს შორის არსებული მიმართება. A ტიპს ახასიათებს აწეული აგრესიულობა, შეუბოვრობა, კონკურენტულობა, ბრაზიანობა და მოუთმენლობა. B

ტიპი არის წყნარი, დინჯი, გულთბილი და მეგობრული. ზუსტად არის დადგენილი, რომ A ტიპის ადამიანებს აქვთ აშკარად გამოხატული მიდრეკილება იშემიური დაავადებისადმი, მაშინ როდესაც B ტიპის პიროვნებები დაბალი რისკის ჯგუფს განეკუთვნებიან.

ადამიანი, რომელიც იყენებს ატრიბუციის ნეგატიურ (დებრესიულ) სტილს, წარუმატებლობის მიზეზად, როგორც წესი, მიიჩნევს რომელიმე საკუთარ პიროვნულ თვისებას, ხოლო ის, ვინც ატრიბუციის პოზიტიურ სტილს იყენებს, საკუთარ წარუმატებლობას განიხილავს, როგორც დროებით უკანდახევას, დათმობას იმის მიმართ, რისი კონტროლიც მას არ შეუძლია. ადამიანის რეაქციის სტილი მოვლენების ახსნის დროს განსაზღვრავს მის მოლოდინებს. ამიტომაც, ატრიბუციის ნეგატიური სტილი დაკავშირებულია მარტოსულობის განცდასთან, დებრესიასთან, დაბალ თვითშეფასებასთან და საკუთარი ჯანმრთელობის მიმართ პესიმისტურ დამოკიდებულებასთან.

რატომ არიან ოპტიმისტები უფრო ჯანმრთელები, ვიდრე პესიმისტები? მიზეზი შეიძლება იყოს ის ფაქტი, რომ ოპტიმისტები მიდრეკილნი არიან ისეთი ქცევისკენ, რომელიც ხელს უწყობს ჯანმრთელობის შენარჩუნებას. პესიმისტები და ოპტიმისტები სტრესულ სიტუაციასთან შეჯახებისას განსხვავებულ სტრატეგიებს ირჩევენ. ოპტიმისტები ორიენტირებულები არიან პრობლემაზე და არა საკუთარ ემოციებზე, ე.ი. ოპტიმისტები, პესიმისტებისაგან განსხვავებით, სტრესული სიტუაციებიდან გამოსვლისთვის აქტიურ მეთოდებს მიმართავენ. გარდა ამისა, ოპტიმისტებს პესიმისტებისაგან განსხვავებული ჩვევები აქვთ; მაგალითად დადგენილია, რომ ისინი უფრო მეტს ვარჯიშობენ ფიზიკურად და მკაცრად იცავენ ექიმის მერ შეთავაზებულ რეჟიმს.

ჯანმრთელობაზე პოზიტიურად მოქმედებს ე.წ. კეთილ-

დღეობის განცდა, რომლის კომპონენტებია: დამოუკიდებლობა, გარემოსთან ადექვატური ურთიერთობა, პიროვნული ზრდა, პოზიტიური ურთიერთობები გარშემო მყოფებთან, ცხოვრებისეული მიზნების არსებობა; კეთილდღეობის სუბიექტურ განცდასთან დაკავშირებული აღმოჩნდა აგრეთვე რამდენიმე პიროვნული ფაქტორი: დადებითი თვითშეფასება, შიგნით მიმართული ლოკუსის კონტროლი და ექსტრავერსია. ამის საპირისპიროდ, კაპიტულანტური განწყობა და სასოწარკვეთილება ზრდის დაავადების აღმოცენების საშიშროებას. ეს ეხება არა მხოლოდ ქრონიკულ, არამედ ვირუსულ დაავადებებსაც კი. ამაზე მეტყველებს საყოველთაოდ ცნობილი ფაქტები: მაგალითად, დამარცხებულ არმიებში ბევრად მეტია დიზენტერიის შემთხვევები; საყოველთაო ეპიდემიების დროს ლაჩრები და უიმედოები უფრო ხშირად ავადდებიან.

თანამედროვე კვლევები ადასტურებს ხუთფაქტორიან მოდელში წარმოდგენილი პიროვნული მახასიათებლების, განსაკუთრებით ექსტრავერსიისა და ნევროტიზმის მკაფიო კავშირს ჯანმრთელობასთან. ეს გამოკვლევები აქარწყლებს მითს ორგანულ დაავადებებში ბიოლოგიური ფაქტორის ერთადერთობის შესახებ, ასევე, საინტერესო პერსპექტივებს სახავს დაავადებების პროგნოზირებისა და პროფილაქტიკის კუთხით.

§ 5. პიროვნების შესწავლის მეთოდები

პიროვნების შესწავლა დიდ მეთოდოლოგიურ სიძნელეებთან არის დაკავშირებული, უპირველეს ყოვლისა იმიტომ, რომ პიროვნება წარმოადგენს მთლიანობას, რომელიც არ დაიყვანება კომპონენტების, თვისებების ჯამზე. მაგრამ, პრაქტი-

კული საჭიროების გამო მივმართავთ როგორც პიროვნების ზოგად შეფასებას, ისე პიროვნების ცალკეული თვისებების გაზომვას. ამისთვის გამოიყენება პიროვნების ტესტები.

ტესტირება გულისხმობს, რომ ადამიანი, რომელსაც ვამოწმებთ ფსიქოლოგის დავალებით, ასრულებს გარკვეულ ქცევას (ეს შეიძლება იყოს ამოცანის ამოხსნა, ხატვა, კითხვებზე პასუხი, სურათის მიხედვით მოყოლა და სხვა), ე.ი. იგი გაივლის გარკვეულ გამოცდას (ინგლისურად **test** ნიშნავს შემოწმებას, გასინჯვას), რის საფუძველზეც სპეციალისტი აკეთებს დასკვნას ამა თუ იმ თვისების არსებობის, თავისებურებისა და განვითარების დონის შესახებ. ცალკეული ტესტები წარმოადგენენ ამოცანებისა და მასალის სტანდარტიზირებულ ნაკრებს, რომლითაც მუშაობს ცდისპირი; სტანდარტულია დავალებების მიწოდების პროცედურაც, თუმიცა, ზოგიერთ შემთხვევაში ფსიქოლოგის მოქმედებაში ნაგულისხმებია გარკვეული თავისუფლების ხარისხი — მაგალითად, მისი უფლება, მისცეს დამატებითი კითხვა ან ააგოს საუბარი მასალის გარშემო; სტანდარტულია, აგრეთვე, შედეგების შეფასების პროცედურაც. ასეთი სტანდარტიზაცია საშუალებას იძლევა ერთმანეთს შედარდეს სხვადასხვა ცდისპირის მონაცემები.

ტესტები ძალზე მრავალფეროვანია. ისინი ბევრი ნიშნით შეიძლება განვასხვავოთ ერთმანეთისაგან, მაგალითად იმით, თუ რა სახის მასალა გამოიყენება მათში — ვერბალური ან არავერბალური. მაგრამ მთავარი ის არის, რა თვისებების დიაგნოსტიკა ხდება მათი საშუალებით. ამ თვალსაზრისით ტესტების სამი ჯგუფი გამოიყოფა: 1) ცოდნა-ჩვევის გამოზომი ტესტები. 2) ფსიქიკური ფუნქციებისა და უნარების განვითარების დონის გამოზომი მეთოდები (მაგ. ინტელექტის, მეხსიერების, ყურადღების და ა.შ. ტესტები). 3) პიროვნებაში ამა თუ იმ თვისების არსებობისა და გამოხატულების ხა-

რისხის დამდგენი მეთოდები (პიროვნების ტესტები). ეს უკანასკნელნი, თავის მხრივ, იყოფიან თვითანგარიშისა და პროექციულ ტესტებად.

თვითანგარიშის ტესტებს მიეკუთვნება სხვადასხვა სახის კითხვარი. ცდისპირებს სთავაზობენ წერილობით უპასუხონ შეკითხვებს, რომლებიც ეხება მათი ხასიათის, ღირებულებების, განწყობების, გრძნობების, ინტერესებისა და უნარების თავისებურებებს. ტერმინი თვითანგარიში იმ მნიშვნელობით გამოიყენება, რომ თვითონ სუბიექტი, სხვადასხვა პასუხის გაცემის ან განსხვავებული მსჯელობებიდან ერთ-ერთის ამორჩევის გზით, პირადად გვაწვდის ინფორმაციას საკუთარ თავზე. ცდისპირებს ზოგჯერ სთხოვენ გადმოსცენ ინფორმაცია იმაზე, თუ როგორ არიან ამჟამად ან როგორ იყვნენ წარსულში, ზოგიერთ მეთოდშიც სთავაზობენ შეფასონ საკუთარი ქცევა და ცხოვრების წესი ან თავისი ნიშანთვისებები. ყველა შემთხვევაში იგულისხმება, რომ ისინი შეეცდებიან იყვნენ გულწრფელნი და ობიექტურნი. ამის შესამოწმებლად ბევრ ტესტს ახლავს „სიცრუის სკალა“. იგი მოიცავს გარკვეულ კითხვებს, რომლებზეც ცდისპირის გულწრფელობის შემთხვევაში ერთმნიშვნელოვანი პასუხები უნდა მივიღოთ. ამ ტიპის ტესტებში პასუხები საზოგადოდ განსაზღვრულია (მაგ. „კი“, „არა“, „ყოველთვის“, „სწორია“, „არასწორია“...).

თვითანგარიშის ტესტები განსხვავდებიან მათ მიერ გაზომილი პიროვნული მახასიათებლების რიცხვით. ერთი პიროვნული თვისების შეფასებისთვის გამიზნული ტესტები ერთგანზომილებიანად ითვლება. ისინი აფიქსირებენ სტაბილურ ინდივიდუალურ განსხვავებებს, რომლებიც პიროვნების ცალკეული თვისებების გამოხატულების ხარისხში აღინიშნება. არსებობს თვითანგარიშის ისეთი ტესტებიც, რომლებიც ზომავენ პიროვნების რამდენიმე მახასიათებელს.

მრავალგანზომილებიანი ტესტების უბირატესობა ისაა, რომ ისინი პიროვნების შესახებ უფრო სრულ წარმოდგენას გვიქმნიან. ამგვარი პიროვნული ტესტის ყველაზე გავრცელებული ნიმუშია 567 კითხვიანი მინესოტას მრავალფაქტორიანი პიროვნული ტესტი (MMPI).

პროექციულ ტესტებში ცდისპირებს სთავაზობენ სურათებს, ამოცანებს ან სიტუაციებს, რომლებიც თავის თავში მოიცავენ განუსაზღვრელობის ელემენტს და სთხოვენ რაიმე ისტორიის მოყოლას, იმის ახსნას, თუ რა არის გამოსახული, ან სიტუაციიდან გამოსავლის პოვნას. იგულისხმება, რომ ამ შემთხვევაში ცდისპირი ავლენს საკუთარ სიღრმისეულ მახასიათებლებს: მოტივებს, მისწრაფებებს, განწყობებს, მოლოდინებს, ემოციებს და ა.შ. პროექციული მეთოდების თავისებურება მდგომარეობს მრავალფეროვან, თითქმის შეუზღუდავ პასუხთა შესაძლებლობაში. ივარაუდება, რომ სატესტო მასალა ასრულებს ეკრანის როლს, რაზედაც ხდება სუბიექტის პიროვნული მახასიათებლების პროექცირება, ასახვა. ცდისპირმა არაფერი იცის ამის შესახებ. უნდა აღინიშნოს, რომ პასუხების ინტერპრეტაცია სპეციალისტისაგან მაღალ თეორიულ და პრაქტიკულ მომზადებას მოითხოვს.

ამ სახის ტესტებიდან ყველაზე პოპულარულია რორშახის ლაქების მეთოდი და თემატური აპერცეფციის ტესტი (TAT). ეს უკანასკნელი შედგება 30 სურათისაგან, რომლებზეც გამოსახულია სოციალური ცხოვრების სხვადასხვა სცენები. ცდისპირს ევალება თითოეულის საფუძველზე შექმნას მოთხრობა, რომელშიც ახსნილი იქნება, თუ რამ გამოიწვია მოცემული შემთხვევა, რა ხდება ამჟამად, რას გრძნობენ პერსონაჟები და რით დამთავრდება ყოველივე. იგულისხმება, რომ სოციალური სიტუაციების ინტერპრეტაციისას ადამიანი ამჟღავნებს საკუთარ პიროვნებას. ცდისპირის მიერ შექმნილი ყოველი ისტორია ბადებს გარკვეულ გარა-

უდს, რომელიც მოწმდება და ზუსტდება შემდგომი ისტორიების ანალიზის პროცესში. საბოლოო მიზანია მივიღოთ პიროვნების ძირითადი არაცნობიერი მისწრაფებებისა და კონფლიქტების სურათი.

თავი მეცხრე
ქცევის ფსიქოლოგია

§ 1. ქცევის განსაზღვრება

ცოცხალი არსების ყოველგვარი აქტივობა, რომელიც განსაზღვრული მოთხოვნილების დაკმაყოფილებისკენ არის მიმართული, ქცევის სახელწოდებით აღინიშნება. ქცევის ამოსავალ პუნქტს მოთხოვნილება, მოტივი წარმოადგენს, ხოლო მისი ბუნებრივი დასასრული ამ მოთხოვნილების დაკმაყოფილებაა, ანუ ის საბოლოო აქტები, რომლებიც დაკავშირებულია მოტივის საფუძველზე დასახული მიზნის განხორციელებასთან.

ადამიანის ქცევა მრავალმხრივი მოვლენაა. ამიტომ იგი რამდენიმე მეცნიერების კვლევის საგანს შეადგენს. ქცევის ფიზიკურ მხარეს ბუნებისმეტყველება (ფიზიოლოგია) სწავლობს. იგი ქცევაში ჩართული ორგანიზმისა და მისი ცალკეული ორგანოების ფუნქციონირების ფიზიკო-ქიმიურ და ბიოლოგიურ კანონზომიერებათა დადგენით კმაყოფილდება. ქცევის სულიერი და საზოგადოებრივი კანონზომიერებანი შეიძლება ეკონომიკური, ეთიკური, იურიდიული და კიდევ სხვა მეცნიერებათა კვლევის საგნად იქცეს. ეკონომიკა ქცევას უპირატესად მატერიალური ფასეულობების შექმნის კუთხით შეისწავლის. ეთიკა ქცევის ზნეობრივ მხარეს აფასებს, ხოლო იურისპრუდენცია მას სამართლის კანონებითან მიმართებაში განიხილავს.

ფსიქოლოგიას ქცევის მხოლოდ ფსიქოლოგიური მხარე აინტერესებს. იგი ქცევის სხვა მომენტებზე იმდენად ჩერდება, რამდენადაც ეს ქცევის ფსიქოლოგიური ბუნების გათვალისწინებისთვისაა აუცილებელი. ამ მხრივ ყველაზე მეტად ქცევის ფიზიოლოგიური მხარე გამოირჩევა, ვინაიდან ქცევა,

უპირველეს ყოვლისა, ფსიქოფიზიოლოგიური ფაქტია და, ძირითადად, სხეულისა და მისი ორგანოების მოძრაობის გზით ხორციელდება. მაგრამ მოძრაობა ქცევის ტექნიკური მხარეა. ამიტომ იგი ბევრს არაფერს გვეუბნება ქცევის ბუნების, მისი შინაგანი კანონზომიერების შესახებ. ეს იქიდანაც ჩანს, რომ შესაძლებელია მოძრაობათა ერთი და იგივე რიგით ორი, ერთმანეთისაგან არსებითად განსხვავებული ქცევის აქტი განხორციელდეს. ზოგჯერ, მაგალითად, გარეგან მოძრაობაზე უშუალო დამკვირვებლისთვისაც გაურკვეველი რჩება, დანაშაულებრივი ქმედება განზრახ იქნა ჩადენილი, თუ გაუფრთხილებლობის შედეგად.

ფსიქიკური მომენტების გამორიცხვის შემთხვევაში ქცევა გაუგებარ, შეუკავშირებელ, ცალკეულ ფიზიკურ მოძრაობებად იშლება. ქცევის მხოლოდ ფსიქიკური შინაარსის გათვალისწინება კი სრულიად საკმარისია იმისთვის, რომ ამ ქცევის ძირითად თავისებურებებს ვწვდეთ. ფიზიკურ მოძრაობებს ქცევის ფაქტად ფსიქიკური მომენტი აქცევს. ამიტომ, შეიძლება დაბეჭითებით ითქვას: მიუხედავად იმისა, რომ ქცევა, ფაქტობრივად, ყოველთვის შეიცავს მრავალ განსხვავებულ, არაფსიქიკურ კომპონენტს, იგი, არსებითად, ფსიქოლოგიურ მოვლენას წარმოადგენს და, პირველ რიგში, ფსიქოლოგიური კვლევის სფეროს მიეკუთვნება.

ქცევის ზოგადი დახასიათება

ქცევა, როგორც ფსიქოლოგიური მოვლენა, აღმოცენდება ცოცხალი არსებისა და გარე სამყაროს ურთიერთქმედების პროცესში. ქცევა ყოველთვის განსაზღვრულია ორი რიგის ფაქტორებით. ერთნი ინდივიდს ახასიათებენ (მის მისწრაფებებს თუ შესაძლებლობებს), მეორენი – სიტუაციას. ქცევას ყოველთვის ჰყავს ავტორი, მომქმედი სუბიექტი. ეს შეიძ-

ლება იყოს ყოველგვარი ცოცხალი არსება, უმარტივესით დაწყებული და ადამიანით დამთავრებული. ქცევა ცხოველისა და ადამიანის არსებობის ფორმაა. მასში სულ ცოტა სამი მხარე გამოიყოფა: 1. **დინამიკა**. ქცევა, როგორც აქტივობა, გულისხმობს ძალას, რომელიც მას აღძრავს და წარმართავს. 2. **მიმართულება**. ქცევა მიმართული აქტივობაა. მის საერთო, ასე ვთქვათ, სტრატეგიულ მიმართულებას განპირობებს ის სასურველი ვითარება, რომელიც ამ ქცევის განხორციელების შედეგად უნდა იქნას მიღწეული. ამასთან ერთად, ქცევას გააჩნია კონკრეტული მიმართულებაც; ესაა მოძრაობის ტრაექტორია, რომელიც ინდივიდის შესაძლებლობებისა და სიტუაციის გათვალისწინებით იგეგმება. 3. **საზრისი ან ღირებულება**. ქცევა, როგორც ფსიქოლოგიური ფაქტი, წარმოადგენს სინამდვილისადმი სუბიექტის დაინტერესებული და აქტიური დამოკიდებულების ამსახველ მოვლენას. ქცევა ყოველთვის რაღაცისთვის სრულდება. მას აუცილებლად გააჩნია გარკვეული საზრისი, მნიშვნელობა, ღირებულება.

ქცევის ამ მხარეებს კონკრეტული ფსიქოლოგიური ფენომენები განსაზღვრავენ, ისეთები, როგორიცაა მოთხოვნილება, მიზანი, გეგმა და მოტივი. ყოველი მათგანი შედის ქცევის შემადგენლობაში, როგორც მისი ორგანიზაციისა და რეგულაციის საყრდენი მომენტი. აღნიშნული ფსიქიკური მოვლენები შეადგენენ ქცევის შინაგან სტრუქტურას ან, სხვაგვარად, ქცევის შინაარსს. ქცევის საერთო სტრუქტურაში გამოიყოფა მეორე ბლოკიც, რომელსაც შეიძლება ქცევის გარეგანი სტრუქტურა, ან ქცევის ფორმა ეწოდოს. მისი ერთეულებია მოქმედება და ოპერაცია. რეალურ ქცევაში ყველა ელემენტი და ერთეული ურთიერთდაკავშირებულ ერთიანობას ქმნის.

§ 2. ქცევის გარეგანი სტრუქტურა ან ფორმა

ქცევის გარეგანი სტრუქტურას ქმნიან პროცესები, რომლებიც მისი განხორციელების, შესრულების ფორმას განსაზღვრავენ. ქცევის ამ სტრუქტურული ბლოკის მთავარ ერთეულს **მოქმედება** შეადგენს. ქცევა მოქმედებებისაგან აიგება. მოქმედებები მრავალგვარია: დაკვირვება, მოგონება, გაგება, წერა, კითხვა, ლაპარაკი, სიარული, კერვა, მანქანის ტარება, ჩაცმა და სხვა. როგორც ამ ჩამონათვალიდან ჩანს, მოქმედება შეიძლება იყოს თეორიულიც (გონებრივი) და პრაქტიკულიც (მოტორული). ეს არ არის ფიზიოლოგიური ან ფსიქოლოგიური პროცესების უბრალო ერთობლიობა. მოქმედება სრულიად გარკვეული აზრისა და მნიშვნელობის მქონე აქტია. ასეთად მას ქცევის მოტივი და მიზანი აქცევს; მოქმედება ქცევის საბოლოო მიზნის მიღწევის საშუალებაა. ამასთან, რაც უფრო ძლიერია მოტივი, რაც უფრო დიდი ღირებულება აქვს ქცევას სუბიექტისთვის, მით უფრო მეტ მნიშვნელობას იძენს მასში შემავალი ესა თუ ის მოქმედებაც. ამდენად, მოქმედება ყოველთვის ქცევაში და ქცევისთვის არსებობს; იგი მხოლოდ ქცევის საშემსრულებლო მხარის ელემენტია: ერთი და იგივე ქცევა შეიძლება განსხვავებული მოქმედებებით შესრულდეს. მდინარის მეორე ნაპირზე გადასვლა შესაძლებელია ნავით, ცურვით და ფონით. პირიქითაც ხდება, როცა ერთი და იგივე მოქმედებით სხვადასხვა ქცევები ხორციელდება. ადამიანი, რომელიც წერს, შეიძლება თვითონ სწავლობდეს, სხვას ასწავლიდეს, ან მხატვრულ შემოქმედებას ეწეოდეს.

ქცევა ზოგჯერ მხოლოდ ერთი მოქმედებით სრულდება. მაგრამ შედარებით რთული ადამიანური ქცევები უმეტესად საკმაოდ მრავალრიცხოვანი მოქმედებების წყებისაგან შედგება. ამასთან, თითოეული მათგანი, ქცევის გეგმის შესაბა-

მისად, საბოლოო მიზნისკენ მიმავალ გზაზე გარკვეული შუალედური მიზნების განხორციელებას ემსახურება. მაგალითად, მზარეულის საქმიანობა გულისხმობს მოქმედებათა მთელი რიგის შესრულებას: ესაა შეკვეთის გაცნობა, საჭიროების შემთხვევაში კერძის დამზადების ტექნოლოგიის დადგენა-დაზუსტება, კერძისთვის საჭირო მასალის დახარისხება, პროდუქტების დამუშავება, სანელებლების დოზირება, კერძის კონდიციამდე მიყვანა, დეგუსტირება და თეფშზე განლაგება.

მოქმედება ოპერაციებად იშლება. ოპერაციები ქცევის ფორმის უმცირეს ნაწილებს, ელემენტებს წარმოადგენს. ეს ის საშენი მასალაა, რომელსაც სუბიექტი, აქტივობის გარე თუ შიდა პირობების გათვალისწინებით, მოქმედების აგებისას გამოიყენებს. მაგალითად, ჩაცმის მოქმედება გულისხმობს გარკვეულ ოპერაციებს: სახელოში ხელის გაყოფა, ღილების შეკვრა და სხვა. მაგრამ, იმის მიხედვით თუ რას კარნახობს სიტუაცია, რა ტანსაცმელს იცვამს ადამიანი, ევროპულს თუ იაპონურ კიმონოს, მოქმედება განსხვავებული ოპერაციებით დაკომპლექტდება. მოქმედების ოპერაციულ შემადგენლობას ინდივიდის ფსიქოფიზიკური შესაძლებლობებიც განსაზღვრავს. ვთქვათ, თქვენ გსურთ მონახოთ გარკვეული ადგილი წიგნში და აღმოაჩინეთ, რომ ადრე ჩადებული სანიშნი ამოვარდნილია. თქვენ იძულებული ხდებით მიმართოთ საჭირო აბზაცის მონახვის სხვა გზას და შეეცდებით მოიგონოთ გვერდის ნომერი, ხოლო თუ მეხსიერებამ გიმტყუნათ, იწყებთ წიგნის გადაფურცვლას.

ოპერაციები ქცევის შესრულების ტექნიკური მხარის მახასიათებლებია. ის, რასაც ჩვეულებრივ უწოდებენ სიმარჯვეს, მოხერხებულობას, გაწაფულობას, თითქმის მთლიანად ქცევის ოპერაციულ დონეს ეხება. ოპერაციები, მოქმედებებისაგან განსხვავებით, ან ცუდად, ან სულაც არ ცნობიერდე-

ბა. ქცევის ობერაციული შრე არსებითად, ავტომატური რეაქციებით და ჩვევებით არის წარმოდგენილი.

მოქმედება შეიძლება გადავიდეს ობერაციაში და პირიქით. მაგალითად, დისკუსიის პროცესში თქვენ გაგიჩნდათ აზრი და გამოთქვით ისე, რომ არ გიზრუნიათ მის ფორმაზე. ესაა მოქმედება, რომელიც სხადასხვა ობერაციებსაგან შედგება: გონებრივი, სამეტყველო, არტიკულაციური და ა.შ. მათი ერთობლიობა გარკვეული მოქმედების რეალიზაციას – აზრის გამოთქმას უზრუნველყოფს. მაგრამ, დავუშვათ რომ თქვენ ვერ მოახერხეთ უცებ მოგენახათ საჭირო სიტყვა. იწყება მისი ძიების პროცესი. ის, რაც მანამდე ობერაციულ დონეზე ხდებოდა (სიტყვის მოძიება), იქცა მოქმედებად. უცხო ენის შესწავლისას ყველას ჰქონია საქმე საწინააღმდეგო ვითარებასთანაც: სწავლის დასაწყისში თითოეულ სიტყვისა თუ ბგერის წაროთქმაც მცირე, მაგრამ მაინც დამოუკიდებელ მოქმედებას წარმოადგენს. ენის თავისუფალი ფლობის სტადიაზე კი პრაქტიკულად ყველა ფონეტიკური, ლექსიკური თუ გრამატიკული პრობლემა ობერაციულ დონეზე წყდება.

§ 3. ქცევის შინაგანი სტრუქტურა ან შინაარსი

ქცევის შინაგან სტრუქტურას, მის შინაარსს აყალიბებს მოთხოვნილება, მოტივი, მიზანი და გეგმა. ყოველი მათგანი ფსიქიკის თავისებური წარმონაქმნია და განსაკუთრებულ ფუნქციას ასრულებს ქცევის ორგანიზაციისა და რეგულაციის საქმეში. მოთხოვნილების მთავარი ფუნქცია ქცევის სტიმულირებაში, აღძვრაში, ენერგიზაციაში მდგომარეობს: მოთხოვნილება აქტივობის ენერგიის წყაროა. ქცევა ვერ დაიწყება მოთხოვნილების აქტუალიზაციის გარეშე. ამასთან

ერთად, მოთხოვნილება მიმართავს ქცევას თავის დამაკმაყოფილებელ საგანსა თუ მოვლენაზე. მასში მოცემულია გარკვეული ორიენტირებულობა, „ცოდნა“ იმის შესახებ, თუ რამ უნდა დააკმაყოფილოს იგი.

ამგვარი, შეიძლება ითქვას, ზოგადი მიმართულობა საჭირო საგანზე, რასაც მოთხოვნილება იძლევა, აუცილებელია, მაგრამ არ არის საკმარისი ქცევის გასაშლელად გარემოში. ამის გარდა საჭიროა ონფორმაცია სიტუაციის კონკრეტული მონაცემების შესახებ. ცხოველის ქცევა აღიძვრება შიმშილით, მაგრამ, თუ როგორ უნდა წარიმართოს იგი მოცემულ სიტუაციაში, როგორი იქნება მისი კონკრეტული მიმართულება, ეს სიტუაციის მნიშვნელოვანი პარამეტრების აღქმამ უნდა გაარკვიოს. რაც შეეხება ადამიანს, მისი სპეციფიკური ქცევის ორგანიზაციის საკითხები, მათ შორის მისი მიმართულების საკითხიც, ცნობიერების დონეზე წყდება. დასაწყისში ადამიანი წარმოიდგენს იმას, თუ რისი მიღწევა სურს მას ამ აქტივობით, ანუ დაისახავს მიზანს, რომელიც მისი ქცევის საერთო მიმართულების მაჩვენებელია. ხშირად საჭირო ხდება, აგრეთვე, მიზნის გარემოს რეალურ მონაცემებთან შესატყვისობაში მოყვანა, ქცევის გამოსავლის შესახებ წარმოდგენის დაკონკრეტება სიტუაციის შესაბამისად. ეს კი უკვე ქცევის მიმართულების გეგმის სახით ჩამოყალიბებას ნიშნავს. გეგმაში მოცემულია სად, როდის, რა და როგორ უნდა გაკეთდეს მოთხოვნილებების დასაკმაყოფილებლად.

რაც შეეხება მოტივს, მიუხედავად იმისა, რომ იგი უდავოდ წარმოადგენს ქცევის სტრუქტურის მნიშვნელოვან ელემენტს, მისი რაობისა და ფუნქციის შესახებ შეთანხმებული აზრის შემუშავება ფსიქოლოგიაში საკმაოდ გაჭირდა. ხშირად მოტივს ქცევის აღძვრის ფუნქციას ანიჭებენ და, არსებითად, მოთხოვნილებასთან აიგივებენ. საფიქრებელია, რომ მოტივი და მოთხოვნილება, მათ შორის მჭიდრო კავში-

რის მიუხედავად, უნდა განვასხვავოთ ერთმანეთისაგან. მოტივი მართლაც მოთხოვნილების საფუძველზე აიგება, მაგრამ მის ჩამოყალიბებას სხვა ფაქტორებიც განსაზღვრავს. მოტივი არ არის ერთეული მოთხოვნილების განცდა; მოტივი სუბიექტის მიერ იმის შეფასების შედეგია, თუ რა მოთხოვნილებებს და რამდენად აკმაყოფილებს მოცემული ქცევაც; რა დანახარჯებს, ძალისხმევას მოითხოვს იგი სუბიექტისაგან მოცემულ ვითარებაში. შეიძლება ძლიერი მოთხოვნილება გვექონდეს, მაგრამ მისი დაკმაყოფილება ისეთ სირთულეებთან იყოს დაკავშირებული, რომ შესაბამისი ქცევის სუბიექტური ღირებულება ერთობ დაბალი აღმოჩნდეს და მისი შესრულება მიზანშეუწონლად ჩავთვალოთ. ასეთ დროს ვიტყვით, რომ ქცევას არ აღმოაჩნდა ჩვენთვის სათანადო ღირებულება, მას სუსტი მოტივი ჰქონდა. ამგვარად, მოტივი წარმოადგენს ქცევის სუბიექტურ ღირებულებას, რომელიც მის გამართლებას ემსახურება. მოტივი, როგორც ქცევის საერთო სუბიექტური ღირებულების განცდა, თავის თავში აერთიანებს ინდივიდის მიერ ყველა იმ გარემოების შეფასებას, რაც ქცევის წამოწყებასთან, განხორციელებასთან და დაგვირგვინებასთან არის დაკავშირებული. ქცევის სუბიექტურ ღირებულებაში ანუ მოტივში აისახება ის, თუ რა შინაარსის მოთხოვნილებები უკავშირდება ქცევას და როგორია მათი დაუკმაყოფილებლობის დონე, რა საშუალებებს ფლობს ინდივიდი მათ დასაკმაყოფილებლად და რამდენად ხელშემწყობია ამ მხრივ სიტუაცია.

მაგალითად, ადამიანმა უცბად გადაწყვიტა მიეღო სადილად მიბატიყება, თუმცა მანამდე ამის გასაკეთებლად ნაკლებად იყო განწყობილი. აშკარაა, რომ ამ ქცევამ ახლა უფრო მაღალი სუბიექტური ღირებულება შეიძინა, მისი მოტივი გაძლიერდა. ეს შეიძლება მომხდარიყო ან იმის გამო, რომ აღნიშნულ ქცევასთან დაკავშირებული მოთხოვნილება

ძლიერ აქტუალური გახდა (სუბიექტს მოჰივდა) ან იმიტომ, რომ ამ ქცევის საშუალებით კიდევ სხვა მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებაც აღმოჩნდა შესაძლებელი (გამოირკვა, რომ წვეულებაზე იქნებოდა ის, ვისთან შეხვედრაც სუბიექტისთვის მნიშვნელოვანი იყო); იგივე ქცევა უფრო მიმზიდველი შეიძლება გამხდარიყო იმიტომაც, რომ შეიცვალა სიტუაცია (ვთქვათ გამოკეთდა ამინდი, ან გაჩნდა კარგი საჩუქრის გაკეთების შესაძლებლობა); და ბოლოს, მოცემული ქცევის სუბიექტური ღირებულება იმასაც შეიძლება გაეზარდა, რომ შეიცვალა ინდივიდის ფსიქოფიზიკური მდგომარეობა (მან თავი უკეთ იგრძნო).

როგორც ითქვა, მოტივი ამართლებს ქცევას. იგი თავიდან ბოლომდე მიყვება ქცევას და იმის სიგნალს იძლევა, თუ რამდენადაა შინაგნად მისაღები მისი ხასიათი და მიმართულება. ქცევის პროცესში მომხდარი ცვლილებები ან აძლიერებენ, ან ასუსტებენ მოტივს. პირველ შემთხვევაში ქცევა უფრო ენერგიულად მიმდინარეობს, მეორე შემთხვევაში კი ის შეიძლება შეწყდეს კიდევ და მეტი სუბიექტური ღირებულების მქონე ქცევას დაუთმოს ადგილი.

მოტივი საზრისსა და მნიშვნელობას აძლევს ქცევას. იგი ფიზიკურ ქცევას, ანუ ობიექტურად მიმდინარე მოქმედებებსა და ოპერაციებს ფსიქოლოგიურ ქცევად გარდაქმნის. როგორიცაა მოტივი, ისეთივეა ქცევა ფსიქოლოგიურად. ფიცრის რანდვის ფიზიკურმა აქტივობამ, იმის მიხედვით, თუ როგორია მისი მოტივი, სხვადასხვა ქცევის (შრომის, სწავლის თუ თამაშის) მნიშვნელობა შეიძლება შეიძინოს.

მოთხოვნილების ფსიქოლოგიური დახასიათება

მოთხოვნილება ქცევის შინაგანი სტრუქტურის ცენტრალური მომენტია. იგი აღძრავს ქცევას, განსაზღვრავს მის

ზოგად მიმართულობას თავის დამაკმაყოფილებელ საგანზე და მნიშვნელოვნად განაპირობებს მოტივის რაგვარობას. ამიტომ, მიზანშეწონილია უფრო დაწვრილებით განვიხილოთ მისი ძირითადი თავისებურებანი.

1. მოთხოვნილება თავის თავში შეიცავს გარკვეული აქტივობის ტენდენციას. ამ უკანასკნელის ხანგრძლივი შეკავება უსიამოვნო დაძაბულობის სახით განიცდება. იქ, სადაც მოთხოვნილება ყოველგვარი შეფერხების გარეშე აღწევს თავის საგანს, იგი ფსიქოლოგიურად შეუმჩნეველი რჩება და როგორც წიგნი, სურვილი, მისწრაფება არ განიცდება. ჩვენ არ ვგრძნობთ მოთხოვნილებას ჰაერზე, როცა იგი საკმაოდ გვაქვს და სუნთქვა არ გვიჭირს.

2. მოთხოვნილება აქტივობის ტენდენციას შეიცავს არა საერთოდ, არამედ გარკვეული მისამართით. იგი ინდივიდს სწორედ იმ საგნებისა და მოვლენებისკენ მიმართავს, რომელთა დანაკლისიც მასში იგრძნობა და რომელთა მოხმარებაც მას აკმაყოფილებს. ყოველი მოთხოვნილება თავის თავში შეიცავს სინამდვილის იმ მოვლენათა ერთგვარ გრძნობისმიერ, ემოციურ ასახვას, რომლებშიც მან დაკმაყოფილება უნდა ჰპოვოს. ფსიქოლოგიურად მოთხოვნილებები ერთმანეთისაგან ყველაზე მეტად სწორედ ამ დანაკლისი საგნისათუ მოვლენის სპეციფიკური განცდით განსხვავდებიან. შიმშილში საკვების არქონა იგრძნობა, ხოლო წყურვილში სითხის დანაკლისი. ამიტომ, მშვიერი საკვებს მიმართავს, მწყურვალი კი სითხეს.

3. პირველადი სასიცოცხლო მოთხოვნილებები, რითაც ორგანიზმი იბადება, თავიდანვე მიმართავენ ცოცხალ არსებას თავისი დამაკმაყოფილებელი საგნისკენ. სასიცოცხლო მოთხოვნილებების საფუძველზე ცხოველი ძირითადად იმ საგნებს აგნებს გარემოში, რომლებიც მას ესაჭიროება, თუმცა გარკვეული გამოცდილება, დასწავლა აქაც საჭიროა. ახა-

ლი მოთხოვნილებები პირველად მოხმარებაში აღმოცენდება, იმ სახის აქტივობაში და იმ საგნებთან თუ მოვლენებთან ურთიერთობაში, რომლებიც შემდეგ მათი დაკმაყოფილებით სათვის ხდებიან საჭირო. ადამიანს, რომელსაც ჯერ გიტარაზე არ დაუკრავს, შეიძლება ამ მოქმედების დაუფლების დიდი სურვილი ჰქონდეს, მაგრამ ეს არ ნიშნავს, რომ მას გიტარაზე დაკვრის მოთხოვნილება აქვს, დაკვრა ენატრება. დაკვრის მოთხოვნილება და დაკვრის ცოდნა-ჩვევა ერთად ვითარდება თვითონ ამ მოქმედების პროცესში.

ადამიანი თავდაპირველად საგანს უთუოდ იმ მოთხოვნილების დასაკმაყოფილებლად როდი მოიხმარს, რომელიც მას შემდეგ უჩნდება, ამ საგნის მოხმარების პროცესში. მოწევას თამბაქოს მოთხოვნილების გამო არავინ იწყებს. ასეთი მოთხოვნილება ჯერ არც არსებობს. სამაგიეროდ, მოზარდში არსებობს, მაგალითად დიდობისკენ სწრაფვა, რომელიც წარმართავს მას მოზრდილისთვის დამახასიათებელი მოქმედებისკენ – მოწვევისკენ. თუმცა, პირველ ხანებში, სიგარეტი კმაყოფილების ნაცვლად საკმაოდ დიდ უსიამოვნებას გვრის. დროთა განმავლობაში, მოხმარების პროცესში, აღმოცენდება საკუთრივ თამბაქოს მოთხოვნილება, რომელზეც უარის თქმა ძალიან ჭირს.

4. რეალური აქტივობის პროცესში მოთხოვნილებები თანაარსებობენ და გარკვეულად ურთიერთქმედებენ. აქ გამოიყოფა ოთხი შემთხვევა: გაბატონება, კონფლიქტი, დაქვემდებარება და შერწყმა. გაბატონების შემთხვევასთან მაშინ გვაქვს საქმე, როცა ერთ-ერთი მოთხოვნილება ინტენსიობის ისეთ დონეს მიაღწევს, რომ მისი დაკმაყოფილების გადადება შეუძლებელი ხდება (მაგალითად შიმშილი, წყურვილი, გამოყოფა და სხვა). იგი გაბატონებულ ადგილს იკავებს ფსიქიკაში. ამიტომ მისი დაკმაყოფილება აუცილებელია სხვა, იმავდროულად აღმოცენებული მოთხოვნილებების აქტივო-

ბაში გამოსავლენად.

კონფლიქტის მდგომარეობა მაშინ იქმნება, როდესაც დაახლოებით თანაბარი ინტენსიობის ორი ან მეტი მოთხოვნილება ერთდროულად ისწრაფვის აქტივობის სხვადასხვა მიმართულებით წარმართვისკენ. იმის მიხედვით, თუ რა სახის ტენდენციას (მიახლოების ან განრიდების) იწვევს კონფლიქტში ჩართული მოთხოვნილებები, გამოიყოფა მოტივაციური კონფლიქტის სამი ფორმა. ა) **მიახლოება-მიახლოების** ტიპის კონფლიქტი სახეზეა, როცა ინდივიდმა უნდა აირჩიოს ორი, თანაბრად სასურველი მოქმედებიდან ერთ-ერთი. ესაა ე.წ. „ბურიდანის ვირის“ ცნობილი სიტუაცია, რომელიც უპირატესობას ვერ ანიჭებს ვერც ერთ საკვებს და შიმშილით კვდება ორ, თანაბრად მიმზიდველ თივის ზვინს შორის. ბ) **განრიდება-განრიდების** კონფლიქტს ადგილი აქვს, მაშინ როცა ინდივიდს ერთნაირად სურს განერიდოს ორ რამეს, ვთქვათ სცილას და ქარიბდას. გ) **განრიდება-მიახლოების** კონფლიქტი მაშინაა, როცა ინდივიდს რაიმე ობიექტი ან მოქმედება ერთდროულად კიდეც იზიდავს და კიდეც განიზიდავს. შეიძლება გსურდეს იქორწინო და, ამასთან, გეშინოდეს თავისუფლების დაკარგვისა.

როდესაც ერთი მოთხოვნილება ემსახურება მეორის დაკმაყოფილებას, უნდა ვილაპარაკოთ მათ შორის დაქვემდებარებულობის კავშირის შესახებ. და ბოლოს, იმ შემთხვევაში, როცა ერთი აქტივობის ფარგლებში კმაყოფილდება რამდენიმე მისწრაფება, ლაპარაკია მოთხოვნილებათა შერწყმაზე.

5. შერწყმა არ ნიშნავს იმას, რომ მოთხოვნილებები ერთმანეთში ირევა; ყოველი მოთხოვნილება ცალკე ავტონომიაა. იგი რომელიმე თანადროულ მოთხოვნილებას არ ერთვის და ახალ, საერთო მისწრაფებას არ ქმნის. ერთდროული აღმოცენების შემთხვევაშიც შიმშილი შიმშილად რჩება, წყურვილი – წყურვილად. ისინი აქტივობის იმპულსსაც

ერთმანეთისაგან დამოუკიდებლად, მათთვის საჭირო აქტივობის მიმართულებით ქმნიან, თუმცა, ჩვეულებრივ, ერთდროულად კმაყოფილდებიან (მაგალითად სადილობისას). საერთოდ, ძალების ეკონომიის მიზნით, ინდივიდი ყოველთვის ცდილობს ერთი ქცევით რაც შეიძლება მეტი მოთხოვნილება დაიკმაყოფილოს. მაგალითად, ხშირია შემთხვევები, როდესაც რაიმე საგნის საჭიროებით აღძრული აქტივობა ინდივიდს პროცესუალურ სიამოვნებასაც ანიჭებს. არსებობს ქცევები, რომლებიც გულისხმობენ მათ მოტივირებაში რამდენიმე მოთხოვნილების თანამონაწილეობას. სპორტული ნადირობა, როგორც თავისებური ქცევა, თავის თავში აერთიანებს ფუნქციონალურ (ანუ სამოძრაო), ბუნებასთან ურთიერთობისა და თვითონ პროდუქტის მოპოვებასთან დაკავშირებულ მისწრაფებებს.

6. მოთხოვნილება მით უფრო ძლიერდება და ძნელი შესაკავებელი ხდება, რაც უფრო ახლოა მისი დამაკმაყოფილებელი საგანი. ამას **მიახლოების გრადიენტი** ეწოდება. ამით იხსნება ისეთი, ერთი შეხედვით გასაკვირი შემთხვევები, როდესაც პატიმრები ციხიდან გარბიან განთავისუფლებამდე რამდენიმე დღით ადრე. გამაძლიერებელი ეფექტი აქვს მოთხოვნილების საგნის სრულყოფილებასაც. ასეთ საგანს შეუძლია უკვე ჩამქრალი მოთხოვნილებაც გააღვიძოს და მომქმედ ძალად აქციოს.

7. პირველადი საარსებო ლტოლვების უმეტესობა ძლიერდება დაუკმაყოფილებლობის პერიოდის შესაბამისად. თუმცა, აქაც არის გამონაკლისები. მაგალითად დადგენილია, რომ ხანგრძლივი შიმშილობის მერე საკვებზე მოთხოვნილება აღარ განიცდება ისე მძაფრად, როგორც პირველ დღეებში. მეორადი ორგანიზმული თუ სოციალური მოთხოვნილებების დაუკმაყოფილებლობის დინამიკა ძირითადად ასეთია: მათი ინტენსიობა თანდათანობით მატულობს,

აღწევს პიკს, ხოლო შემდეგ ნელ-ნელა კლებულობს და, შესაძლოა, სულ ჩაქრეს. აქედან გამომდინარე, მისწრაფებების მნიშვნელოვანი ნაწილი შეიძლება სრულად აღმოვფხვრათ ინდივიდის ბუნებიდან, თუ მათი დაკმაყოფილების საშუალებას ხანგრძლივი დროის განმავლობაში მოვუხსობთ. ეს გარემოება შესაძლებლობას გვაძლევს დაკმაყოფილების პროცესის მოწესრიგების გზით ვმართოთ მოტივაციური ტენდენციები: გავაძლიეროთ, დროში ადგილი მივუჩინოთ, შევასუსტოთ, ან მთლიანად აღგვეთოთ.

8. მოთხოვნილების ინტენსიობა ანუ ინდივიდის მოტივირებულობა შესამჩნევ გავლენას ახდენს ქცევის წარმატებულობაზე. ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ არსებობს მოტივაციური აქტივაციის ობტიმალური დონე, რომლის ქვევით ქცევა არასაკმარისად არის მოტივირებული და ამიტომ ნაკლებ ენერგიული და ნაყოფიერია, ხოლო ზევით — საკმარისზე მეტად, რაც მის დეზინტეგრაციას იწვევს. აქ მნიშვნელოვანია ქცევითი ამოცანის სირთულე. რაც უფრო რთულია ამოცანა, მოტივირებულობის მით უფრო ნაკლები მაჩვენებელია საჭირო მოქმედების მაქსიმალური ეფექტურობის მისაღწევად, ანუ მოთხოვნილების ინტენსიობის მაღალი დონე ხელს უწყობს მარტივი ამოცანების გადაწყვეტას და ხელს უშლის რთულისას. ეს კანონზომიერება ვრცელდება დასწავლილი და ახალი მოქმედებების შესრულებაზეც.

მოთხოვნილებათა კლასიფიკაცია

მოთხოვნილების სფერო დიდი მრავალფეროვნებით გამოირჩევა. ამიტომ მოთხოვნილებათა კლასიფიკაცია ქცევის ფსიქოლოგიის სერიოზული ამოცანაა. არსებობს შეხედულებები, სადაც ფაქტობრივად ყველა ქცევა ერთი ან ორი

ძირეული მოთხოვნილებიდან გამოიყვანება. ასეა, მაგალითად, ფსიქოანალიზში. მეორე უკიდურესობაა მოდელები, სადაც ყოველგვარ ქცევას თავისი მოთხოვნილება მიეწერება და მათი ჩამონათვალი ათეულ, ზოგჯერ კი ასეულ დასახელებას ითვლის.

უფრო ხშირად მოთხოვნილებებს ორ ჯგუფად ყოფენ. ერთში აერთიანებენ ყველა თანშობილ მოთხოვნილებას. ეს ჯგუფი თვითშენახვისა და გვარის გაგრძელების მოტივაციურ ტენდენციებს აერთიანებს. მეორეში შედის ყველა მისწრაფება, რომელიც სოციალური ცხოვრების პროცესში აღმოცენდება. გაგრძელებული დაყოფით, მოთხოვნილებათა ეს ჯგუფი მოიცავს გონებრივ, მორალურ და ესთეტიკურ მისწრაფებებს. პირველი ჯგუფის მოთხოვნილებებს უწოდებენ პირველადს, ბიოლოგიურს, დაბალს, ხოლო მეორეს – მეორადს, კულტურულს, მაღალს.

ერთ-ერთი ყველაზე უფრო პოპულარულია ამერიკელი მეცნიერის ა. მასლოუს კლასიფიკაცია. მასში მოცემულია მოთხოვნილებათა 5 კლასი, რომლებიც დონეების მიხედვით არიან განლაგებული. პირველ დონეს ქმნის ფიზიოლოგიური მოთხოვნილებები (შიმშილი, წყურვილი სექსი, ძილი და ა.შ.); მეორეს – უსაფრთხოების (ტკივილისაგან, დისკომფორტისაგან, შიშისაგან დაცვის მოთხოვნილებები); მესამეს – სოციალური კავშირების (სიყვარულის, სიბოძის, ურთიერთობის მოთხოვნილებები); მეოთხეს – თვითპატივისცემის (მიღწევის, ყურადღების, დაფასების მოთხოვნილებები); მეხუთეს – თვითაქტუალიზაციის მოტივაცია. რას წარმოადგენს იგი? ადამიანს აქვს მისწრაფება აკეთოს ის, რისთვისაც არის მოწოდებული. თუ ადამიანში ჩადებულია მეცნიერის თვისებები, მან უნდა მოხდინოს ამ თვისებების რეალიზაცია, მხატვრული ნიჭით დაჯილდოებულმა პირმა უნდა ხატოს, პოეტური ნიჭის მქონემ – წეროს ლექსები და ა.შ. ამას

თვითაქტუალიზაცია ეწოდება და იგი მიუთითებს ადამიანის სურვილზე მოახდინოს თავისი პოტენციალის განხორციელება, მიაღწიოს იმას, რისი მიღწევაც მას პრინციპში შეუძლია.

ეს მოთხოვნილებები იერარქიულ რიგს ქმნის. იერარქიის უმდაბლეს დონეს ფიზიოლოგიური მოთხოვნილებები შეესაბამება, ხოლო უმაღლესს – თვითაქტუალიზაციის მოტივაცია. რაც უფრო მაღალი დონისაა მოთხოვნილება, მით უფრო გვიან წარმოიქმნება იგი განვითარების პროცესში, მით უფრო ხანგრძლივად შეიძლება მისი დაუკმაყოფილებლობის ატანა. რაც უფრო მაღალი მოტივაციის დონეზე ვცხოვრობთ, მით მეტია ბიოლოგიური ეფექტურობა, მეტია ცხოვრების ხანგრძლიობა, უკეთესია ძილი, მადა, ნაკლებია ავადმყოფობა და ა.შ.

ამ შეხედულებაში მთავარი მაინც ისაა, რომ მაღალი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილება იწყება მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ დაკმაყოფილებულია უფრო დაბლა მდგომი მოთხოვნილებები. ამის გარეშე შემდგომი დონის მოტივაცია არც გაჩნდება. ამიტომ თვითაქტუალიზაცია ადამიანების უმეტესობისთვის მიუღწეველია, ვინაიდან მათი ქცევა მთელი ცხოვრების განმავლობაში წარმართულია იერარქიულ რიგში თვითაქტუალიზაციაზე დაბლა მდგომი მოტივაციით. მასლოუმ ივარაუდა, რომ საშუალო ადამიანი შემდეგი ხარისხით იკმაყოფილებას თავის მოთხოვნილებებს: 85% – ფიზიოლოგიურს, 70% – უსაფრთხოების, 50% – სიყვარულის, 40% – პატივისცემის და 10% – თვითაქტუალიზაციის.

მოთხოვნილებათა თანმიმდევრული აქტუალიზაციის პრინციპი გარკვეულ ფარგლებში სწორად გამოხატავს საქმის ვითარებას. იგი ეთანხმება ონტოგენეტური განვითარების მონაცემებს, რომლებიც არსებითად ადასტურებენ მასლოუს მიერ დადგენილ თანმიმდევრობას. არსებობს იმის ემ-

პირიული საბუთებიც, რომ მთელ რიგ შემთხვევებში, ძირითადი ფიზიოლოგიური ან, ვთქვათ, უსაფრთხოების მოთხოვნილებების დაუკმაყოფილების დროს, ისინი აბსოლუტურად გაბატონებულ მდგომარეობას იკავებენ ცნობიერებასა და ქცევაში. მიუხედავად ამისა, ეს მოდელი უნვივერსალურად ვერ ჩაითვლება; მასში არ თავსდება ბევრი ფაქტი, თუნდაც თვითაქტუალიზაციასთან დაკავშირებით. მართლაც, შეიძლება უამრავი მაგალითის მოყვანა ხელოვნების, მეცნიერების, პოლიტიკისა თუ სხვა სფეროებიდან, როცა აქ მოღვაწე პიროვნებები შთაგონებით ასრულებენ თავის მოწოდებას და, მაშასადამე, ახორციელებენ სრულ თვითაქტუალიზაციას მიუხედავად საოცარი გაჭირვებისა, მორალური და ფიზიკური ტანჯვისა, ანუ ისეთ პირობებში როცა დაუკმაყოფილებელია სხვა, უფრო დაბალი მოთხოვნილებები.

ჩერ კიდევ ეპიკურემ ადამიანის სამი სახის სურვილი გამოყო, ისეთები, რომლებიც: ა) ბუნებრივია და აუცილებელი, ბ) ბუნებრივია, მაგრამ არააუცილებელი და გ) არც ბუნებრივია და არც აუცილებელი. ეს უკანასკნელი სოციალური მოტივაციას მიეკუთვნება, ხოლო პირველი ორი – ბიოლოგიურს. პირველის თვალსაჩინო მაგალითია შიმშილი, მეორის – სექსუალური ლტოლვა. განვიხილოთ ისინი.

წვებითი მოტივაცია და ჯევა

შიმშილი ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი ბიოლოგიური მოთხოვნილებაა. შიმშილით აღძრული კვებითი ქცევა უზრუნველყოფს ორგანიზმს სასიცოცხლოდ აუცილებელი ნივთიერებებით. მათ შორის მთავარია ცილები, ცხიმები, ნახშირწყლები. როგორც ყოველგვარ ორგანიზმულ მოტივაციას, შიმშილსაც გააჩნია თავისი ფიზიოლოგიური მექანიზმი, რომელიც შედგება პერიფერიული და ცენტრალური

რგოლებისაგან. შიმშილი ყველაზე მეტად გაპირობებულია სისხლში საკვები ნივთიერებების, პირველ რიგში გლუკოზის ნაკლებობით. ეს ინფორმაცია გადაეცემა ნეირონებს, რომლებიც იმყოფებიან ღვიძლში, კუჭში და ძირითადად თავის ტვინის ერთ-ერთ სტრუქტურაში – ჰიპოთალამუსში. მოქმედებს რა შიმშილის ან სიმაძღრის განცდაზე, იგი არეგულირებს სხეულის წონას. ამ მექანიზმის დაზიანება იწვევს კვებითი ქცევის დარღვევას – მის გადაჭარბებულ აქტივაციას (ბულიმია) ან შეკავებას (ანორექსია). თუ მივიღებთ მხედველობაში, რომ მოსახლეობის საკმაო ნაწილს აწუხებს ზედმეტ ან არასაკმარის წონასთან დაკავშირებული პრობლემები, აუცილებელია გავითვალისწინოთ შიმშილისა და კვებითი ქცევის აღმძვრელი არა მხოლოდ შინაგანი, ორგანიზმული, არამედ გარეგანი ფაქტორებიც. მათ შორის ძალიან მნიშვნელოვანია საჭმლის სენსორული თვისებები – გემო, სუნი და ა.შ. გემოსადმი უპირატესობებს ნაწილობრივ გენეტიკური და ევოლუციური წარმომავლობა აქვთ (მაგალითად, ტკბილი, მარილიანი, ქონიანი), ნაწილობრივ კი კულტურული და სოციალური. ამ უკანასკნელი ფაქტორის გავლენა საერთოდ ძალიან დიდია კვებით ქცევასა და მოტივაციაზე. ჩვენ, როგორც სოციალურ არსებებს სიამოვნებას გვანიჭებს სხვებთან ურთიერთობა. სოციალური კავშირების დამყარებისა და განმტკიცების ერთ-ერთი საშუალება ოდითგანვე ერთობლივი ჭამის პროცესია. ამასთან დაკავშირებული რიტუალები პრაქტიკულად ყველგან გვხვდება, თუმცა ზოგიერთ კულტურაში მათ განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება.

კულტურული ნორმები გადამწყვეტ გავლენას ახდენს ადამიანის მიერ საკუთარი სხეულისა და წონის შეფასებაზე და სათანადო ქცევაზე. წარსულში მიაჩნდათ, რომ რაც უფრო მსხვილტანაა ქალი, მით უკეთ შეასრულებს ოჯახთან და-

კავშირებულ ფუქციებს. საწარმოო რეგოლაციის ხანაში მწყობრი აღნაგობა სოციალური გამორჩეულობის ნიშნად ითვლებოდა. თანამედროვე პოსტინდუსტრიულ საზოგადოებაში მოდის მოდელები ისეთ იდეალს ამკვიდრებენ, რომელიც ნორმაზე გაცილებით ნაკლებს იწონის. ამიტომ გასაკვირი არ არის, რომ ამერიკელი ქალების 70% თავს მსუქნად მიიჩნევს, თუმცა, რეალურად, მხოლოდ 23%-ს აქვს ზედმეტ წონასთან დაკავშირებული პრობლემები. ამიტომაც მუდმივად მიმართავენ დიეტებს, რომლებიც, უმეტესად არც ეფექტურნი არიან და არც ჯანმრთელობისთვის სასარგებლო. საბოლოო ჯამში, ზედმეტ წონასთან ბრძოლის ყველაზე ეფექტური საშუალება კვებითი ქცევის ახალი და ობტიმალური მოდელების შეთვისებაა – ნაკლებ კალორიული პროდუქტების მიღება, კვების რეჟიმის რეგულირება და ა.შ. მაგრამ ეს ყველაფერი მხოლოდ სათქმელად არის აღვილი. გაცილებით ძნელია მისი განხორციელება, ვინაიდან ჩვენ გვაქვს ბუნებრივი, ალბათ გენეტიკურად გაპირობებული მიდრეკილება შიმშილის გამომწვევი ამა თუ იმ ფაქტორის მიმართ. გავრცელებული შეხედულებით, არსებობს ინდივიდების ორი ტიპი. ერთნი ჭამას იწყებენ უპირატესად გარეგანი (ექსტერნალური) ფაქტორების გავლენით. მეორენი უფრო შინაგან (ინტერნალური) სტიმულებზე რეაგირებენ. დაგენილია, რომ მსუქან ადამიანებს, ჩვეულებრივ, ჭამის სურვილი დღე-ღამის დროის მიხედვით აღეძვრებათ, ისინი მძაფრად რეაგირებენ მადის აღმძვრელ არომატებზე, ხმებზე, იმაზე, თუ როგორ გამოიყურება საჭმელი და ა.შ. გამხდარი ადამიანები უფრო შინაგან, ორგანიზმიდან მომდინარე სტიმულებზე რეაგირებენ, მაგალითად კუჭის სპაზმებზე ან შიმშილის გამომწვევი ინსულინის მატებაზე სისხლში.

ხანგრძლივი შიმშილი სპეციფიკურ ფსიქოპათოლოგიურ ცვლილებებს იწვევს. აქ სამი პერიოდი გამოიყოფა. ყველა-

ფერი იწყება ცნობიერებაში შიმშილის კომპლექსის დომინირებით. შემდეგ ჩნდება ბავშვობაში დაბრუნების განცდა და საჭმელთან დაკავშირებული ილუზიები და ჭალუცინაციები. ბოლოს, ადამიანები ხდებიან ყველაფრისადმი უგრძნობნი, აპათიურები და უმოძრაოები. დაკვირვებები მოწმობს, რომ ხანგრძლივი შიმშილი იწვევს მდგრად ხასიათობრივ ცვლილებებს. ჭამის თემა და შიმშილის შიში პიროვნების გამოკვეთილ ნიშნად იქცევა. არსებობს ექსპერიმენტული მონაცემებიც. ერთ-ერთ გამოკვლევაში 32 მოხალისეს ექვსი თვის განმავლობაში მკაცრად შეზღუდული რაოდენობით ეძლეოდათ საკვები. დიდი ინდივიდუალური განსხვავებების მიუხედავად, ყველას აღენიშნებოდა თავის ტკივილი, გაღიზიანებადობა, გულგრილობა სექსუალური საკითხებისადმი, გამძაფრებული ინტერესი კულინარული ელემენტის შემცველი ლიტერატურისადმი, ეთიკური კონტროლის დაქვეითება (თავი იჩინა ცუდმა მანერებმა ჭამისას: პირის წკლაპუნის, თეფშის ალოკვა და სხვა). საინტერესოა, რომ ტესტირებამ არ გამოავლინა ინტელექტის დაწევა, თუმცა გაუარესდა დამახსოვრებისა და გადაწყვეტილების მიღების უნარი.

თავის მხრივ, ფსიქიკური ფაქტორები, სახელდობრ, პიროვნების წყობა (საკუთარი თავის ფლობის უნარი, საქმიანი თვისებები, რწმენისა და იდეურობის დონე), საგრძნობ გავლენას ახდენს მშვიერი ადამიანის ქცევის თავისებურებებზე. იმათგან, ვინც საშიმშილოდ არის განწირული, ის გადარჩება, ვინც არ ვარდება პანიკაში, ინარჩუნებს სიმტკიცეს და სულიერი ფასეულობებისადმი პატივისცემას. ეს გასაგებს ხდის გასაოცარ სტატისტიკას, რომლის მიხედვით კატასტროფის შემდეგ წყლისა და საკვების გარეშე დარჩენილ ადამიანთა 90% პირველ სამ დღეში იღუპება, ანუ უფრო ადრე, ვიდრე მათ უწყლობა და, მით უფრო, უჭმელობა მოკლავდა.

როგორც აღინიშნა, სექსუალური ლტოვა ბუნებრივია, მაგრამ არა აუცილებელი იმ მხრივ, რომ მისი დაუკმაყოფილობა ორგანიზმის დაღუპვას არ იწვევს. თუმცა, ეს მოტივაცია აუცილებელია გამრავლებისთვის, ე.ი. სახეობის არსებობისთვის, საბოლოო ჯამში კი მისი ცალკეული წარმომადგენლებისთვისაც. ინდივიდი ვერ იარსებებდა, თუ მისი მშობლები არ განახორციელებდნენ სქესობრივ ქცევას. სექსუალური მოტივაცია კი ამ ქცევის აღმძვრელია. მისი რთული ფიზიოლოგიური მექანიზმი მოიცავს ჰიპოთალამუსს, რომელიც აკონტროლებს ჰიპოფიზს და ჯირკვლების სისტემას. სექსუალური მოტივაციისა და ქცევის რეგულაციაში უდიდეს როლს თამაშობს ჰორმონები. მათ შორის ძირითადია ტესტოსტერონი (მამაკაცის ჰორმონი) და ესტროგენი (ქალის ჰორმონი). მამაკაცისა და ქალის სისხლში ორივე მათგანი არსებობს, მაგრამ სხვადასხვა კონცენტრაციით, რაც განაპირობებს მათ ფიზიოლოგიურ და ფსიქოლოგიურ თავისებურებებს. ტესტოსტერონი მასკულიზურ ეფექტს იძლევა, ესტროგენი – ფემინურს. მათი გავლენა შესამჩნევია ხანმოკლე მოტივაციურ პროცესზეც (აღზნება), მაგრამ უფრო მნიშვნელოვანია სქესობრივი ცხოვრების გრძელვადიანი პერსპექტივების კუთხით (მაგალითად სექსუალური ინტერესის გაცხოველება გარდამავალ ასაკში ან მისი დაცემა სიბერეში). საინტერესოა, რომ ჰორმონებსა და სექსუალურ აგზნებას შორის ორმხრივი კავშირია. მაგალითად, ტესტოსტერონი ზრდის აგზნების დონეს. თავის მხრივ, ამ ჰორმონის ოდენობა მკვეთრად მატულობს სექსუალური სტიმულაციის დროს – ეროტიკული სცენების აღქმისას ან წარმოსახვისას.

სექსუალურ სტიმულებზე რეაქცია ოთხ სტადიას გაიგ-

ლის: აგზნება, აგზნების გაზრდა, ორგაზმი და მოდუნება. ფიზიოლოგიური და ფსიქოლოგიური განსხვავებების მიუხედავად, რეაქციის საერთო სურათი და სათანადო განცდებიც ქალებსა და მამაკაცებში არსებითად მსგავსია. თუმცა გავრცელებულია რწმენა, რომ მამაკაცებში სექსუალური ლტოლვა უფრო ძლიერ არის გამოხატული. კაცები და ქალები სხვადასხვა მნიშვნელობას ანიჭებენ ინტიმურ კავშირს — კაცებისთვის უფრო გრძნობად-სხეულებრივი ასპექტებია წამყვანი, ქალებისთვის ემოციური სითბოა წინ წამოწეული. თუმცა ეს მხოლოდ სტატისტიკური განსხვავებებია, კონკრეტულ ინდივიდებში შესაძლოა ყველაფერი სხვაგვარად იყოს. გენდერული განსხვავებები არსებობს ქცევით პლანშიც, თუმცა არც ისეთი დიდი, როგორც აქამდე ეგონათ. ანონიმური გამოკითხვებით გამოირკვა, რომ ბევრი ქცევითი მოდელი, რომელიც ძირითადად მამაკაცებს მიეწერებოდა, არა ნაკლებ დამახასიათებელია ქალებისთვისაც. სექსუალური მორალის ლიბერალიზაციასთან ერთად ეს განსხვავებები სულ უფრო იშლება, მაგრამ გარკვეული ხარისხით მაინც არსებობს. მაგალითად, ერთ-ერთ გამოკვლევაში ექსპერიმენტატორის საშუალო გარეგნობის ასისტენტები ფლორიდის უნივერსიტეტის ტერიტორიაზე მიდიოდნენ საწინააღმდეგო სქესის სიმბოლური ინდივიდებთან და პირდაპირ სთავაზობდნენ მათთან ღამის გატარებას. ყველა ქალმა უარყო შეთავაზება; უმეტესობა შეურაცხოფილიც დარჩა. რაც შეეხება მამაკაცებს მათმა 75%-მა კმაყოფილებით მიიღო შეთავაზება. გადასამოწმებლად ექსპერიმენტი მოგვიანებით რამდენჯერმე გაიმეორეს არსებითად იგივე შედეგებით.

სექსუალური ქცევის ბიოლოგიური ფუნქცია გამრავლებაა. სქესობრივი სიამოვნება ამ ქცევის ერთ-ერთი მოტივაციური მექანიზმია. ამასთან აღსანიშნავია, რომ სიამოვნების

ელემენტი ადამიანთან გამოეყო ბიოლოგიურ ფუნქციას და დამოუკიდებელი მნიშვნელობა შეიძინა. ეს ძლიერ განსაზღვრავს ადამიანის სექსუალური მოტივაციისა და ქცევის სპეციფიკას. კიდევ ერთი მოტივაციურ-ემოციური მექანიზმია **სიყვარული**. იგი ფოკუსირებას ახდენს ერთ პარტნიორზე და მასთან ხანგრძლივი ინტიმური ურთიერთობის პირობას ქმნის.

სიყვარული რთული **ფსიქიკური მდგომარეობაა**. მისთვის დამახასიათებელია: 1) გრძნობების, აზრებისა და მოქმედებების აკვიატებული კონცენტრირება სიყვარულის ობიექტზე იმ ზომით, რომ ეს ხშირად სხვა საზრუნავის უგულვებელყოფას იწვევს. 2) უკიდურესი სუბიექტურობა, რის გამოც აღიქმება უპირატესად სიყვარულის ობიექტის დადებითი თვისებები, უარყოფითი კი იჩქმალება, ნეიტრალიზდება და პოზიტიურადაც კი ფასდება. 3) ეიფორიული ან ამაღლებული გუნება-განწყობილება. 4) სექსუალური ლტოლვა სიყვარულის ობიექტის მიმართ. ბოლო ორი მომენტი და ის, რომ სიყვარულის აცილება და კონტროლი შეუძლებელია, მიანიშნებს ამ მდგომარეობის **ორგანიზმულ ძირებზე**. მართლაც, დადგენილია რომ ამ დროს გამოიყოფა ისეთი ჰორმონები, რომელთა ფიზიოლოგიური და ფსიქოლოგიური ეფექტი ნარკოტიკული ზემოქმედების ადექვატურია. მაგრამ ამ ნივთიერებათა გამომუშავება მუდმივად არ ხდება. შესაბამისად, უმეტეს შემთხვევაში, სიყვარულის გრძნობის სიმძაფრე 2-3 წლის გასვლისას კლებულობს. ეს ეთანხმება 62 სხვადასხვა კულტურის მონაცემებს, სადაც განქორწინებების პიკი მეოთხე წელზე მოდის. მაგრამ ქორწინებათა უმეტესობა ამ კრიტიკულ ზღვარზე ხანგრძლივია. ეს იმიტომ, რომ მეუღლეებს შორის მყარდება უფრო ღრმა, მჭიდრო და სტაბილური კავშირი. ფიზიკურ ლტოლვასთან ერთად იგი დაფუძნებულია თანაცხოვრების პროცესში გამომუშავებულ სიახლო-

ვესა და ერთგულებაზე.

ჩვენ ყველა არ გვიყვარდება: რაზეა ამ შემთხვევაში ჩვენი გემოვნება დაფუძნებული? ამას ნაწილობრივ ნათელყოფს **ევოლუციური ფსიქოლოგია**, რომლის თანახმად ადამიანების სექსუალური მოტივაციისა და ქცევის თავისებურებები ჩამოყალიბდა ევოლუციის პროცესში შთამომავლობის გაჩენის, შენარჩუნებისა და შემდგომ თაობაში მშობლების გენების გადაცემის ამოცანებთან დაკავშირებით. ეს გასაგებს ხდის განსხვავებებს იმ მოთხოვნებში, რომლებსაც ქალები და კაცები უყენებენ მათ პარტნიორებს ფიზიკური, ფსიქიკური და სოციალური თვალსაზრისით. სექსუალური მიმზიდველობის კრიტერიუმები მართლაც საგრძნობლად განსხვავებულია. მრავალ კულტურაში ჩატარებული გამოკვლევა ცხადყოფს, რომ საზოგადოდ მამაკაცები ქალებზე მეტ ყურადღებას აქცევენ პარტნიორის გარეგნულ მხარეს. ისინი ამ საკითხშიც სხვადასხვა კრიტერიუმებით ხელმძღვანელობენ. მამაკაცები უპირატესობას ანიჭებენ ქალების ისეთ პროპორციებს, რომლებიც ოპტიმალურია შვილის ყოლის და მოვლის თვალსაზრისით (წელისა და თეძოების ინდექსი - 0,7; მრგვალი მკერდი და სხვა); ქალები მეტ ყურადღებას აქცევენ პარტნიორის იმ თვისებებს, რომლებიც უზრუნველყოფენ მის დაცვას (ძალა, ათლეთური აგებულება, სიმაღლე, ჯანმრთელობა). მამაკაცები ძირითადად თავისზე ახალგაზრდა თანამგზავრს ირჩევენ; ქალებს ურჩევნიათ, რომ მამაკაცი მათზე უფროსი იყოს. ქალები გაცილებით დიდ მნიშვნელობას ანიჭებენ პარტნიორის სოციალურ სტატუსს, მის ფინანსურ მდგომარეობას და, შესაბამისად, ისეთ პიროვნულ თვისებებს, როგორიცაა ამბიციურობა, შრომისმოყვარეობა და ინტელექტი; აგრეთვე სტაბილობა და ერთგულება, რაც იმის ერთგვარი გარანტიაა, რომ გარკვეული ხნის განმავლობაში იგი შეეცდება უზრუნველყოს ოჯახი მატერიალური რესურსებით.

§ 4. ქცევის სახეები და ფორმები

ქცევის მრავალი სახე და ფორმა არსებობს. მათი ურთიერთგამიჯვნა ორი მთავარი პრინციპის საფუძველზეა შესაძლებელი. ერთ შემთხვევაში საქმე ეხება აქტივობის ორგანიზაციისა და რეგულაციის ხასიათსა და დონეს, მეორე შემთხვევაში — ქცევის შინაარსობრივ მხარეს, ანუ იმას, თუ რაზეა იგი მიმართული, რას ემსახურება. აქ გამოიყოფა ქცევის ისეთი ფორმები, როგორიცაა თამაში, შემოქმედება, სწავლა, შრომა და ბევრი სხვა. მათ დახასიათებაზე აქ არ შევჩერდებით. რაც შეეხება ქცევის ორგანიზაციასა და რეგულაციას, აქ ჩვეულებრივ, გამოიყოფა ორი დონე და შესაბამისი იმბულსური და ნებისმიერი ქცევა. იმბულსური ქცევის ძირითადი ნიშანია მისი უშუალო და უნებლიე ხასიათი. ჩნდება თუ არა მოთხოვნილების იმბულსი, იგი უშუალოდ, სუბიექტის მიერ მისი შეფასებისა და კონტროლის გარეშე გადადის მოქმედებაში. ნებისმიერი ქცევა, პირიქით, სუბიექტის მიერ განზრახული, მიზანდასახული, გაცნობიერებული აქტივობაა. სუბიექტი ჯერ შეაფასებს სიტუაციას, აწონ-დაწონის შესაძლო ქცევას, რის შედეგად გამოიტანს გადაწყვეტილებას, განიზრახავს ქცევას და ამის თანახმად იმოქმედებს. მოთხოვნილების იმბულსი ამ შემთხვევაში უშუალოდ არ გადადის ქცევაში, მას სუბიექტი უწევს კონტროლს; იგი ან თავს შეიკავებს იმბულსის შესატყვისი ქცევისაგან, ან, თუ მიზანშეწონილად მიიჩნევს, შეასრულებს სათანადო ქცევას, მაგრამ ამას, შეგნებულად, საკუთარი გადაწყვეტილების საფუძველზე გააკეთებს.

როდესაც მოწყურებული ადამიანი დაინახავს ჭიქას წყლით და მაშინვე, მოუფიქრებლად იღებს და სვამს, ეს იმბულსური ქცევაა; მაგრამ, როცა იმავე მდგომარეობაში მყოფი ადამიანი ჯერ გამოარკვევს, რა წყალია ეს, სუფთაა თუ

არა ჭიქა და ა.შ. და, ჩათვლის რა მიზანშეწონილად, დალევს წყალს — ეს უკვე ნებისმიერი ქცევაა. პირველ შემთხვევაში ქცევა თავის გამართლებას უშუალოდ, თავისთავად, მე-ს აქტიური მონაწილეობის გარეშე იძენს; მეორე შემთხვევაში ნებისმიერი ქცევის მოტივის, ანუ მისი სუბიექტური ღირებულების ჩამოყალიბება პიროვნების აქტიური მონაწილეობას მოითხოვს. იგი აცნობიერებს და აფასებს ქცევის ხელშემწყობ თუ შემაფერხებელ გარემოებას, რომელიც ეხება აქტივობასთან დაკავშირებულ მოთხოვნილებებს, სიტუაციას და ფსიქოფიზიკურ შესაძლებლობებს.

ნებისმიერი ქცევის მოტივის შემუშავება უფრო ადვილად მიმდინარეობს, როცა დღის წესრიგში მართო ერთი ქცევა დგას და საკითხი მხოლოდ მისი შესრულების ტექნიკურ მხარეს ეხება. ასეთ დროს ადამიანს ეჭვი არ ეპარება ქცევის საჭიროებაში და მხოლოდ ქცევის განხორციელების პირობებს აფასებს. გაცილებით რთულია ნებისმიერი ქცევის ის შემთხვევა, როცა პრობლემა ე.წ. მოტივაციური კონფლიქტის მოგვარებას ეხება, ანუ როდესაც ერთმანეთს უპირისპირდება ორი ან მეტი მოთხოვნილება და მათი შესაბამისი ქცევა. არჩევანი ამ შემთხვევაში იმის საფუძველზე კეთდება, თუ რომელ მათგანს აღმოაჩნდება სუბიექტისთვის მეტი მნიშვნელობა. ამის გამოვლენა ხშირად მეტად რთულია, ვინაიდან ამ ვითარებაში გადაწყვეტილების მიღება სხვა სურვილებზე უარის თქმას ნიშნავს. ეს საკმაოდ ძნელია, მით უფრო მაშინ, თუ ალტერნატიული მოთხოვნილებები ძლიერია.

მოტივაციური კონფლიქტის დაძლევის შედეგად აღმოცენებული ქცევის დახასიათება დამოკიდებულია იმაზე, თუ რა სახის მოთხოვნილებებს მიანიჭა სუბიექტმა უპირატესობა. არა უბრალოდ განზრახულ, არამედ ჭეშმარიტად ნებისმიერ ქცევასთან მაშინ გვაქვს საქმე, როდესაც პიროვნება მაღალი, სოციალური ნიადაგზე წარმოქმნილი მისწრაფებების

სასარგებლოდ იღებს გადაწყვეტილებას; ეს ტენდენციები ხშირად ნაკლებად მძაფრად განიცდება, ვიდრე იგივე ბიოლოგიური მოთხოვნილებები. სწორედ ამ შეთხვევაში ვლინდება ნათლად თვითრეგულაციის, თვითშეკავების უნარი, ანუ უნარი აკეთო ის, რაც შესაძლოა ამჟამად ნაკლებად გსურს, მაგრამ რასაც მეტი საზოგადოებრივი მნიშვნელობა და ღირებულება გააჩნია. ნებისყოფის პრობლემა ისაა, თუ როგორ ახერხებს ამას ადამიანი.

ამ უნარის რეალური ფსიქოლოგიური ბუნების გახსნა მეცნიერებამ ჭერ-ჭერობით ვერ მოახერხა. ზუსტად არ არის ცნობილი, თუ რა მექანიზმებს ეყრდნობა ნებელობა. ამიტომ, თანამედროვე ფსიქოლოგიაში გაურბიან ნებისყოფის „მისტიკურ“ და „ამოუცნობ“ უნარზე ლაპარაკს და გულისყურს ემპირიულად მოცემული, გაზომვადი მოტივაციური ტენდენციების გამოვლენასა და შესწავლაზე მიმართავენ. ამავე დროს, ზოგიერთი თანამედროვე მიმდინარეობის ფარგლებში (მაგალითად ჰუმანისტურ ფსიქოლოგიაში), კვლავაც დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ნებისყოფისა და, განსაკუთრებით, ნების თავისუფლებაზე მსჯელობას. ასეა თუ ისე, მიუხედავად იმისა, თუ რა სირთულეებს წარმოშობს მეცნიერული კვლევისას ნებისყოფის პრობლემა, მისი უგულვებელყოფა არ უნდა იყოს მართებული თუნდაც იმიტომ, რომ ყოველდღიური ცხოვრება სავსეა თვითრეგულაციისა და თვითშეკავების თვალსაჩინო მაგალითებით. ვთქვათ, ახლა, ამ სახელმძღვანელოს კითხვისას, სხვა მოთხოვნილების დაკმაყოფილება და სხვა უფრო საინტერესო ქცევის განხორციელება გსურთ, მაგრამ მაინც კითხულობთ მას, რადგან გამოცდა გაქვთ ჩასაბარებელი. ამას კი თქვენი პიროვნების მომავალი პერსპექტივებისათვის მეტი სუბიექტური ღირებულება აქვს, ვიდრე აწმყო სიამოვნებას.

ნებელობის უნარის არსებობაზე დამარწმუნელად მიანიშ-

ნებს ფსიქოპათოლოგიური მასალაც. არსებობს დაავადება — აპრაქსია, რომელიც არსებითად ამ უნარის შესუსტებასა ან სრულ დაკარგვაში მდგომარეობს. აპრაქსიის გამოვლინებაა, როცა ადამიანი იმბულსურად, სათანადო მოთხოვნილებითა და სიტუაციით ნაკარნახევ ყოველ მოქმედებას ნორმალურად ასრულებს, მაგრამ, როცა შესაბამისი იმბულსი არ არსებობს, და იგი იძულებულია იგივე მოქმედება ნებისმიერად განახორციელოს, უკვე გადაულახავ წინააღმდეგობას აწყდება. მაგალითად, როდესაც ყინვაში გასულ ავადმყოფს შესცივდება, იგი იმბულსურად თავისთავად შეიკრავს ქურთუკზე ღილებს, მაგრამ თბილ ოთახში ამას ვერ გააკეთებს, მიუხედავად ექიმის დაუინებული მოთხოვნისა. ასევე, ნებისმიერად ვერ დახუჭავს თვალებს, თუ ეს ექიმს მისი გასინჯვისას სჭირდება, ხოლო როცა ძილი მოერევა, თვალებს იმბულსურად ხუჭავს. ერთი სიტყვით, ნებისყოფის უნარის დარღვევის გამო ავადმყოფი თავისი იმბულსების მონა ხდება, იგი ვერ ეუფლება საკუთარ ქცევას.

დასრულებული ნებისმიერი ქცევა სამ პერიოდს შეიცავს. პირველ პერიოდს შესაძლებელ ქცევათა გაცნობიერება და მათი შეფასება შეადგენს. რა უპირატესობა ან ნაკლი აქვს ამა თუ იმ ქცევას? როგორ მოვიქცე? მაგალითად, წვეულზე წავიდე თუ სახლში დავრჩე და ვიმეცადინო. შესაძლო ქცევები ამ პერიოდში აზროვნების საგანს წარმოადგენენ; სუბიექტი მსჯელობს სხვადასხვა შესაძლებელი ქცევის ღირებულებაზე. ეს ძირითადად გონებრივი პროცესია, რაც არ ემარა იმისთვის, რომ ადამიანმა იმოქმედოს; საჭიროა გადაწყვეტილების გამოტანა.

მეორე პერიოდს გადაწყვეტილების გამოტანა შეადგენს. შეფასება, რომელიც პირველ პერიოდში განხორციელდა, მხოლოდ მოსამზადებელი ფაზაა მეორე პერიოდისთვის — გადაწყვეტილების გამოტანისთვის. გადაწყვეტილება მიი-

დება პირველ პერიოდში შესრულებული შეფასების საფუძველზე. მაგრამ გადაწყვეტილების აქტი სპეციფიკური ფსიქოლოგიური პროცესია. იგი სხვა ფსიქიკურ მოვლენებზე ვერ დაიყვანება. არსებობენ სუსტი ნებისყოფის, გაუბედავი ადამიანები, რომლებსაც საზოგადოდ უჭირთ გადაწყვეტილების გამოტანა, მიუხედავად იმისა, რომ შეიძლება პირველ პერიოდში ძალიან გონივრულად იმსჯელონ და სწორად შეაფასონ შესაძლო მოქმედებები. ასეთი ადამიანები მერყეობენ ხოლმე გადაწყვეტილების გამოტანის დროს, აწუხებთ გადაწყვეტილების გამოტანის საჭიროება, გაურბიან პასუხისმგებლობას და ა.შ.

გადაწყვეტილების აქტის სპეციფიკურობა განსაკუთრებით ნათლად ჩანს ამ უნარის პათოლოგიური დარღვევის შემთხვევაში, რასაც აბულია ეწოდება. აბულით შეპყრობილ პირს არ შეუძლია გადაწყვეტილების გამოტანა სულ უბრალო შემთხვევაშიც კი. მაგალითად, იგი ვერ გადაწყვეტს ამ საღამოს გააკეთოს საქმე, რომელიც ხვალ დილით შეიძლება გაკეთდეს, თუ დროზე დაიძინოს და ხვალ ადრეულად შეუდგეს მის კეთებას. იგი გონივრულად მსჯელობს ამ საკითხზე, მაგრამ არჩევანს ვერ აკეთებს და მანამ ყოყმანებს, სანამ გადასწყვეტიც არაფერი ექნება.

გადაწყვეტილების გამოტანა საკმარისი არ არის მისი შესრულებისათვის. ნებისმიერი ქცევის მესამე პერიოდს გადაწყვეტილების შესრულება შეადგენს. ამ პროცესში უნდა სწარმოებდეს მუდმივი კონტროლი იმაზე, თუ რამდენად მიზანშეწონილად ხორციელდება ქცევა. ამისთვის მხედველობაშია მისაღები ის, თუ როგორ ცვალებადობს სიტუაცია, რა ემართება მოტივაციას და სუბიექტის შესაძლებლობებს. ამის მიხედვით ხშირად საჭირო ხდება ქცევის სხვადასხვა უბნებში ჩარევა და მათი კორექტირება. გადაწყვეტილების შესრულებას ბევრი სირთულე ახლავს. ნებისყოფის უნარი მნიშვნელოვან წილად მათ გადალახვაში გლინდება.

თავი მეათე ემოციები

§1. ემოციური პროცესების ზოგადი ღახასიათება

სიხარული, დარდი, სევდა, შიში, სიყვარული, რისხვა, ზიზღი – ეს ყველაფერი ემოციებია და მათ გარეშე არ არსებობს ცხოვრება. მაშ, რა ადგილი უკავიათ ემოციებს, რა დანიშნულებას ასრულებენ ისინი (თუკი აქვთ რაიმე დანიშნულება), რით განსხვავდებიან ისინი სხვა ფსიქიკური ფუნქციებისაგან, ისეთებისაგან, როგორც აღქმა, მეხსიერება, აზროვნება?

ცნობილია, რომ ზემოთ ჩამოთვლილი ფუნქციები შემეცნებითი, ან კოგნიტური ფუნქციებია. ისინი სუბიექტისაგან დამოუკიდებელი ობიექტის ასახვას, შემეცნებას ემსახურებიან. მაგალითად, **აღვიქვამთ** ოთახს და ნივთებს მასში, **გიმახსოვრებთ** ტელეფონის ნომერს ან ადამიანის გარეგნობას, ვმსჯელობთ და გამოგვყავს მათემატიკური ამოცანა. ყველა ზემოთჩამოთვლილ შემთხვევაში რაც უფრო ზუსტად იქნება ასახული ობიექტი (ოთახი, ნომერი, სახე, ამოცანის პირობები) მით უფრო ეფექტური, წარმატებული იქნება შესაბამისი ფუნქციის მოქმედება. შეიძლება იგივე ვთქვათ სევდაზე ან სიხარულზე? მართალია, ემოციებსაც გააჩნიათ ობიექტი, მაგრამ ისინი უფრო ამ ობიექტისადმი ჩვენს დამოკიდებულებას ასახავენ, ვიდრე ობიექტს. **ამრიგად, ის შინაგანი მდგომარეობა, რომელიც ჩვენს დამოკიდებულებას ასახავს არის ემოცია.** იგი სუბიექტის მდგომარეობას წარმოადგენს და უფრო სუბიექტურია, ვიდრე სხვა რომელიმე ფსიქიკური პროცესი.

ემოციის ამ სუბიექტურობის გამო ფსიქოლოგიაში დიდი ხნის განმავლობაში ითვლებოდა, რომ ემოცია ხელს უშლის

ეფექტურ ქცევას, რომ მას მადეზორგანიზებელი მოქმედება ახასიათებს. ამ თვალსაზრისს აძლიერებენ ყველასთვის ცნობილი ფაქტები, როცა ემოციის ზეგავლენით ქცევა წარუმატებელი ხდება.

მაგალითად, ადამიანი აბარებს საპასუხისგებლო გამოცდას, იგი კარგადაა მომზადებული, მაგრამ, **ღელვა** ხელს უშლის და იჭრება; შეიძლება უფრო დრამატული მაგალითების მოყვანაც: „ქუჩაზე გადასვლისას ადამიანს მოსახვევიდან მოულოდნელად დიდი სიჩქარით მომავალი მანქანა გამოუვარდება. იმის მაგივრად, რომ ან უკან გაბრუნდეს, ან უცებ წინ გაიქცეს, ადამიანი შიშისაგან შეშდება და იღუპება...“

გამოდის, რომ ემოციებს ფუნქცია არ გააჩნიათ, რომ ისინი მხოლოდ აფერხებენ სხვა ფსიქური პროცესების ეფექტურ მოქმედებას? მაგრამ ამას ვერც ერთი ნორმალური ადამიანი ვერ დაეთანხმება – ჩვენს გამოცდილებაში ხომ ემოციები ისაა, რაც ჩვენს სიცოცხლეს ინტერესსა და აზრს სძენს. მაგრამ როგორ ავხსნათ ასეთ შემთხვევაში ზემოთმოყვანილი მაგალითები, რომლებიც ემოციის მადეზორგანიზებელ მოქმედებას ამტკიცებს?

ზოგიერთი მკვლევარი (კენონი, ლიბერი, იზარდი) მიუთითებს, რომ ემოცია იწვევს ორგანიზმის ძალთა მობილიზაციას ზიფათთან ბრძოლისათვის, აღძრავს და წარმართავს ადამიანის აქტივობას, აწვდის მას მომატებულ ენერგიას. ამიტომ, მათი აზრით, ემოცია უნდა ჩაითვალოს გარემოსთან შეგუების მძლავრ იარაღად სწორედ მაშინ, როდესაც ორგანიზმი ყველაზე მეტად განიცდის ამ საჭიროებას. იწვევს ორგანიზმის მთლიან **ადაპტურ** (შეგუებით) რეაქციას, რომლის დროსაც ხდება ორგანიზმის მთელი მუშაობის გარდაქმნა მავნე ზემოქმედების თავიდან ასაცილებლად.

მაგრამ ბევრი მკვლევარი ხაზს უსვამს საწინააღმდეგო გი-

თარებას: ემოცია არის ეფექტური შეგუების ნაკლებობის შედეგი, იგი ხელს უშლის გარემოსთან ინდივიდის ეფექტურ შეგუებას. აი, რას ამბობს ამ საკითხზე ცნობილი ფრანგი ფსიქოლოგი კლაპარედი: ემოცია ჩნდება მაშინ, როდესაც ადამიანი ვერ ახერხებს გარემოსთან შეგუებას. 40-50-იანი წლების ამერიკელი ფსიქოლოგები პირდაპირ აღნიშნავენ, რომ ემოცია ადამიანის ქცევის დეზორგანიზაციას ნიშნავს. მართლაც, მეტისმეტად განრისხებული ადამიანი იწყებს ყვირილს, მუშტების ქნევას, მისი ქცევა არ შეეფერება კულტურული ადამიანის ქცევის ნორმებს, რაც შეიძლება სანაწიბლად დარჩეს მთელი სიცოცხლის განმავლობაში. სცენის შიშით შებყრობილი პიანისტი აჩქარებით ასრულებს მუსიკალურ ნაწარმოებს ან საერთოდ ჩერდება. განა ეს მაგალითები არ ადასტურებენ, რომ ემოცია ქცევია დეზორგანიზაციას იწვევს, უკარგავს ქცევას აზრიანობას და მიზანშეწონილებას?

ორ საწინააღმდეგო პოზიციაზე მდგომ მკვლევართა კამათში ერთი და იგივე მაგალითები სულ სხვადასხვა აზრით გაუშქდა. მწვავე ემოციის დროს ირღვევა ადამიანის მიზანშეწონილი ქცევა: პიანისტი ან ცუდად უკრავს ან საერთოდ სტოვებს სცენას – ამბობენ დეზორგანიზაციის თეორიის მომხრეები.

შიშის ემოცია უბიძგებს ადამიანებს მოცილდენ სახიფათო სიტუაციას. ამიტომ რაც უფრო მალე მოსცილდება მას სცენით შებყრობილი ადამიანი, მით უფრო მიზანშეწონილი იქნება მისი ქცევა. შიშის ემოციის დანიშნულებაა დაეხმაროს ადამიანს სახიფათო სიტუაციიდან თავის დაღწევაში – აღნიშნავენ საწინააღმდეგო შეხედულების მომხრეები.

როგორც ვხედავთ, არც ერთი ჯგუფის არგუმენტები არაა საფუძველმოკლებული. ჩვენის აზრით, ემოციის მიზანშეწონილობის საკითხი არ შეიძლება ალტერნატიული მსჯელობის

გზით გადაიჭრას. ემოციური პროცესი შეიძლება მიზანშეწონილად შეფასდეს კონკრეტული პირობების მიხედვით, მეტნაკლებად ემსახურებოდეს ინდივიდის გარემოსთან შეგუების ძირითად ამოცანებს. მისი ეს მეტნაკლები ეფექტურობა, როგორც ჩანს, დამოკიდებულია იმაზე, თუ რა მიმართებაში იმყოფება ემოციური პროცესი ინდივიდისათვის ძირითადი მნიშვნელობის მქონე აქტივობასთან. როდესაც სცენის შიში არღვევს პიანისტის დაკვრის აქტივობას, რაც უეჭველად მეტი მნიშვნელობისაა მისი სასიცოცხლო ინტერესებისთვის, ვიდრე სცენაზე ყოფნასთან დაკავშირებული შეწუხების ატანა, ეს ემოცია, მისი შინაგანი გამართლებულობის მიუხედავად, დეზორგანიზატორად უნდა ჩაითვალოს. როდესაც ემოცია ორგანულად ერთვის, ეხმარება ინდივიდის ძირითად საქმიანობას და მალლა სწევს ბრძოლისა და შრომის უნარიანობას, იგი მიზანშეწონილად უნდა მივიჩნიოთ.

უზნაძე ემოციას მიიჩნევდა განწყობის პირველ ასახვად ცნობიერებაში – განწყობა მთლიანპიროვნული მზაობაა ქცევისადმი და შედგება სუბიექტური ფაქტორისაგან – მოთხოვნილებისაგან და ობიექტური ფაქტორისაგან – სუბიექტში ასახული კონკრეტული სიტუაციისაგან. რადგან განწყობა ქცევის მიზანშეწონილებას ემსახურება და განაპირობებს, ამიტომ ემოციაც დიფუზურად, არადიფერენცირებულად, მაგრამ მაინც რეალობას ასახავს და ქცევის მიზანშეწონილებას ემსახურება. ის, რომ ემოციას რეალობის ასახვაც შეუძლია დასტურდება ე.წ. ინტუიციით. ინტუიციას ხომ იმას ვეძახით, რაც მთლიანობითი, დიფუზური, და არადიფერენცირებული დამოკიდებულების სახით, სხვა სიტყვებით, გრძნობის სახით რაიმე მოვლენაზე ან ადამიანზე ინფორმაციას გვაწვდის. მაგალითად, აინშტაინი ამბობდა, რომ სანამ თავის ცნობილ ფორმულას გამოიყვანდა, იგი წლების

მანძილზე ატარებდა გრძნობას, რომ მის თანამედროვე ფიზიკას სინათლის მოვლენა არასწორად აქვს გაგებული, ოღონდ ვერ არკვევდა, საკუთრივ რა.

იმისთვის, რომ გავარკვიოთ ემოციის მაორგანიზებელი თუ მადეზორგანიზებელი ფუნქცია, აუცილებელია ემოციის ინტენსივობის (სიძლიერის) გათვალისწინება. ჯერ კიდევ მეცხრამეტე საუკუნეში იერქსმა და დოდსონმა ექსპერიმენტულად დაადგინეს კანონზომიერება, რომელიც იერქს-დოდსონის კანონის სახელითაა შესული ფსიქოლოგიის ისტორიაში. მას მოტივაციის ობტიმუმი ეწოდება და გულისხმობს იმას, რომ გარკვეულ ზღვრამდე ემოციის ზრდა ხელს უწყობს ამოცანის წარმატებით გადაჭრას, ქცევის ეფექტურობას. მაგრამ, თუ ემოცია ძალიან ძლიერდება, ხდება ქცევის ეფექტურობის მუდმივი შემცირება. გრაფიკზე ამ კანონს მრუდის სახე აქვს. მარტივად რომ ვთქვათ, თუ რაიმე საერთოდ არ გვაინტერესებს (ემოცია არა გვაქვს) ქცევას ნაკლებად წარმატებულად ვახორციელებთ (მაგ., ვერ ვსწავლობთ) დაინტერესების ზრდასთან ერთად წარმატებაც იზრდება (თუ გვაინტერესებს, კარგად ვსწავლობთ), მაგრამ თუ ემოცია ძალიან ძლიერია, მაშინ უკვე ხელს გვიშლის (თუ ძალიან მნიშვნელოვანია ამ საგნის სწავლა ნიშნის ან სხვა გარემოების გამო, ღელვა სწავლაში გვიშლის).

მეოცე საუკუნის ბოლოს ემოციის ფსიქოლოგიაში გადატრიალება მოხდა. დღეს ხაზი ესმება ემოციის ადაფტურ ფუნქციას, იგი ითვლება ადამიანის ძირითად მამოტივირებელ სისტემად და ითვლება, რომ მასში წარმოდგენილია ბიროვნული საზრისები. ემოციურობა აღიარებულია სასიცოცხლო წარმატების გადამწყვეტ ფაქტორად, უფრო მნიშვნელოვნად, ვიდრე ინტელექტი! მეცნიერებმა მიაქციეს ყურადღება ფაქტს, რომ ის ადამიანები, რომელთაც ინტელექტის კოეფიციენტის მაღალი მაჩვენებელი გააჩნიათ,

სულაც არ არიან აუცილებლად უფრო წარმატებულები, ვიდრე სხვები. დღეს წამოყენებულია ახალი ცნება – ემოციური კომპეტენტურობა, რაც გულისხმობს სხვა ადამიანებთან, სიტუაციებთან და საკუთარ თავთან ადეკვატურ ემოციურ ურთიერთობას. ემოციურად კომპეტენტური ადამიანები რეალურად ყველაზე წარმატებული ადამიანები არიან.

ემოცია და სხეული

ჯერ კიდევ მეცხრამეტე საუკუნეში ფსიქოლოგიის კლასიკოსი უილიამ ჯემსი მიუთითებდა, რომ შეუძლებელია აღწერო ემოცია სხეულებრივი გამოვლინებების აღწერის გარეშე. მართლაც, თუ აღწერ შიშს, არ შეიძლება არ ახსენო კანკალი, ცივი ოფლი, აჩქარებული გულისცემა – წინააღმდეგ შემთხვევაში ეს უკვე არ იქნება შიშის აღწერა. თუ ჩამოვაშორებთ კანკალს, აჩქარებულ გულისცემას, გაფითრებას, თმის ყალყზე დადგომას და ა.შ. შიშისაგან არაფერი დარჩება, დარჩება მხოლოდ ცნობიერი შეფასება, რომ მაგალითად, შენსკენ მორბენალი ვეფხვი საშიშია. რეალური ემოცია განუყოფელია სხეულებრივი ცვლილებებისგან. (ჯემსის მოყვანილი მოსაზრებები დაემთხვა დანიელი ფიზიოლოგის ანალოგიურ მოსაზრებებს. ფსიქოლოგიის ისტორიაში ეს დებულებები შევიდა ჯემს-ლანგეს თეორიის სახით). ჯემსი იმასაც კი ამბობდა, რომ ემოციები, ფაქტობრივად, წარმოადგენენ ჩვენი სხეულებრივი ცვლილებების გაცნობიერებას და მეტს არაფერს. ცნობილია მისი პარადოქსული გამოთქმა: „ჩვენ იმიტომ კი არ ვტირით, რომ დამწუხრებულები ვართ, არამედ, დამწუხრებულები ვართ, იმიტომ, რომ ვტირით“.

მართალია, ემოციათა დაყვანა ერთმნიშვნელოვნად ფიზი-

ოლოგიური ცვლილების გაცნობიერებაზე თანამედროვე ფსიქოლოგიისთვის არ არის მისაღები, მაგრამ ნაწილობრივ თანამედროვე გამოკვლევები ადასტურებენ ჯემსის შეხედულებას.

მეოცე საუკუნის სამოციან წლებში შეხტერმა და სინგერმა ექსპერიმენტული დაკვირვების საფუძველზე წამოაყენეს ემოციის ორფაქტორიანი თეორია, რომლის მიხედვით ემოციის რაობას განსაზღვრავს ფიზიოლოგიური აგზნება პლუს სიტუაციის ცნობიერი ინტერპრეტაცია. როგორც ვხედავთ, ეს ძალიან გავს ჯემს-ლანგეს თეორიას. (არ შეიძლება არ შევნიშნოთ მსგავსება განწყობის თეორიასთანაც)

შეხტერისა და სინგერის ექსპერიმენტში ცდისპირთა ორ ჯგუფს აძლევდნენ ამაგზნებელ ნივთიერებას, ერთმა ჯგუფმა იცოდა ეს, მეორეს კი ეგონა უბრალო ვიტამინი. ამის შემდეგ ორივე ჯგუფი მაპროვოცირებელ სიტუაციაში მოათავსეს: ლექციის დროს ლექტორი (სინამდვილეში ექსპერიმენტის მონაწილე) უცებ იწყებდა თამაშს, მაიმუნობას. აღმოჩნდა, რომ იმ ჯგუფში, სადაც არ იცოდნენ, რომ ამაგზნებელი ნივთიერება ჰქონდათ მიღებული, „ლექტორის“ ამ ქმედებებს აყვნენ, ხოლო მეორე ჯგუფში, სადაც იცოდნენ – არა. ამრიგად, ის ცდისპირები, რომლებმაც არ იცოდნენ თავისი აგზნების ხელოვნური წარმოშობის შესახებ, ინტერპრეტაცია უკეთებდნენ მას, როგორც მხიარული სიტუაციის შედეგს.

თანამედროვე გამოკვლევების მეშვეობით ჩვენ უკვე ზუსტად ვიცით, თუ რა ხდება ორგანიზმში, როცა ჩვენ რაიმე ემოციას განვიცდით. ადრენალური გლანდის შიდა ნაწილი, **მედულა**, აგზავნის ორ ჰორმონს, **ეპინეფრინს** და **ნორეპინეფრინს**, რომლებიც ახდენენ ავტონომიური ნერვული სისტემის აქტივაციას, რაც ქმნის აგზნების მდგომარეობას, აძლიერებს სიფხიზლის დონეს და ამზადებს ორგანიზმს სწრაფი

პასუხისათვის. ამ დროს ფართოვდება თვალის გუგები, რათა რაც შეიძლება მეტი სინათლე შემოუშვას; გული სცემს სწრაფად; სუნთქვა ხშირდება; სისხლში იმატებს შაქრის შემცველობა, რაც სხეულს მოქმედებისთვის საჭირო ენერგიით ამარაგებს; სისხლი მუცლის არიდან მიეწოდება კუნთებსა და კანის ზედაპირს. ამიტომ, რომ როცა აღელვებულები, გაბრაზებულები ან ძლიერ შეყვარებულები ვართ, მადას გკარგავთ – ჭამა არ გვინდა. ყველაფერთან ერთად, მეხსიერება, კონცენტრაციისა და შესრულების უნარი მაქსიმალურად უმჯობესდება. მაგრამ თუ ჰორმონების დონე ძალიან მაღალია, თუ ზედმეტად აგზნებულები ვართ, მაშინ ყურადღების კონცენტრაციისა და მოქმედების შესრულების დონე უარესდება (აქედან გასაგები ხდება, თუ რატომ არის ემოცია ზოგჯერ ქცევის მადეზორგანიზებელი).

რაც შეეხება პროცესებს თავის ტვინში, ტრადიციულად ითვლებოდა, რომ სენსორული სიგნალები **თალამუსის** გავლით **დიდი ჰემისფეროების ქერქში** მიემართება და იქიდან გაიცემა „ბრძანება“ ამა თუ იმ რეაქციაზე. დღეს მეცნიერებმა იციან, რომ არსებობს უფრო მოკლე გზაც, იგი უშუალოდ აკავშირებს თალამუსს **ნუშისებრ ბირთვთან**, რაც იძლევა საშუალებას გრძნობათა ორგანოებიდან მიღებული სიგნალების ნაწილი პირდაპირ მიიღოს. მაშასადამე, ემოციური რეაქციები შეიძლება იყოს უფრო სწრაფი, ნუშისებრ ბირთვს შეუძლია გვამძლავროს ვიმოქმედოთ მანამ, სანამ უფრო ნელი – მაგრამ უფრო სრულად ინფორმირებული **ნეოკორტიქსი** (დიდი ჰემისფეროების ქერქი) – გამოიმუშავებს რეაგირების დეტალურ გეგმას. ამიტომაც ემოციური რეაქცია წინ უსწრებს კოგნიტურს. ამიტომ, რომ როდესაც, მაგალითად, გზის გადასვლისას ვხედავთ ჩვენსკენ მოახლოებულ საბარგო მანქანას, ჩვენ კი არ ვიწყებთ მსჯელობას: „რამდენად ჭკვიანურია, რომ ახლა, როცა ეს მანქანა მიახ-

ლოვდება, გადავკვეთო გზა?“, არამედ მაშინვე ვრეაგირებთ (როგორც წესი, მიზანშეწონილად).

გამომხატველობა

ჩვენ ვილიმებით თუ გვიხარია; თუ ვდარდობთ – ვიღუშებით ან, სულაც, ვტირით; თუ გვეშინია – ვფითრდებით და ვცახცახებთ; თუ გვიკვირს – წარბებს მაღლა ვწევთ, თვალებს ფართოდ ვაღებთ (თუ ძალიან გვიკვირს, შეიძლება პირიც გავაღოთ) და ასე შემდეგ. ანუ, გარეგნულად გამოვხატავთ ჩვენს ემოციებს. სხვა ადამიანებისთვის ეს გამოხატულება ყოველგვარი სიტყვიერი ახსნა-განმარტების გარეშე გასაგებს ხდის ჩვენს შინაგან მდგომარეობას ანუ შეგვიძარბოთ ურთიერთობაში ემოციური გამომხატველობის მეშვეობით. რასაკვირველია, ადამიანები ვურთიერთობთ ვერბალურად, მაგრამ გამომხატველობას და არავერბალურ ურთიერთობასაც დიდი ადგილი უჭირავს ჩვენს ცხოვრებაში (იხ. თავი კომუნიკაცია და მეტყველება).

ისმის კითხვა, რა არის გამომხატველობა (ექსპრესია), საიდან წარმოიშვა იგი, რა ფუნქციას ასრულებს ჩვენს ცხოვრებაში? რატომ ახლავს ამა თუ იმ ემოციას სწორედ ასეთი და არა სხვანაირი გამომხატველი მოძრაობები? რატომ და რამდენად არის ჩვენი გამომხატველობა გასაგები სხვებისთვის? როგორც ვხედავთ, კითხვები ბევრია.

როგორც უკვე აღვნიშნეთ, ემოციებს (შიშს, სიხარულს, რისხვას და ა.შ.) აუცილებლად ახლავს სხეულებრივი ცვლილებები. ეს ცვლილებები, ნაწილობრივ, დამკვირვებლისთვისაც თვალსაჩინოა. გამომხატველობა არის ემოციის სხეულებრივი ცვლილების აშკარა ნაწილი – მაგალითად, შიშის დროს გაფითრება, კანკალი, თვალების გაფართოება (ხოლო აჩქარებული გულისცემა და, მითუმეტეს, სისხლის

ქიმიური ფორმულის შეცვლა, რომელიც, აგრეთვე, თან ახლავს შიშის, არ არის თვალსაჩინო, ეს ასე ვთქვათ, ფარული ნაწილია).

რაც შეეხება გამომხატველობის წარმოშობას, ჩარლზ დარვინის მიხედვით, გამომხატველი მოძრაობები წარმოადგენენ ოდესღაც სასარგებლო ინსტინქტური მოძრაობების რუდიმენტებს, ნაშთებს. მაგალითად, გაბრაზებული ადამიანის მიერ მუშტების შეკვრა და განრისხებული გამომეტყველება, რაც გამოიხატება კბილების გამოჩენაში, წარმოადგენს ბრძოლის, ღრენისა და კბენის რუდიმენტებს.

მაგრამ, თუკი გამომხატველი მოძრაობები სასარგებლო ინსტინქტური ქმედებების მხოლოდ ნაშთები, რუდიმენტებია, გამოდის, რომ ისინი უსარგებლოა? საქმე ისაა, რომ ეს რუდიმენტები სხვა მხრივ გახდა სასარგებლო. მათ ახალი მნიშვნელობა, ახალი ფუნქცია შეიძინეს. ეს ფუნქცია სასიგნალო, სოციალურია. გამომხატველობა, რომელიც ემოციის უშუალო, სპონტანურ გამოვლენას წარმოადგენს, ამავე დროს სხვებისთვის გასაგებს ხდის ემოციის მატარებლის მდგომარეობას, რაც ამ მეორისთვის შეიძლება ძალიან მნიშვნელოვანი იყოს.

თუმცა თავიდან იმით დავიწყეთ, რომ ემოციური გამომხატველობა ადამიანურ თვისებად განვიხილეთ, ეს არ არის ზუსტი. მართალია, ადამიანი გამომხატველობის გარეშე არ არსებობს, მაგრამ გამომხატველობა ცხოველებსაც ახასიათებთ, ეს არ არის საკუთრივ ადამიანური თვისება (როცა, მაგალითად, ძაღლი კუდს აქიცინებს, ჩვენ ვიცით, რომ იგი ჩვენდამი დადებითადაა განწყობილი, ხოლო თუ გვიღრენს, სულ პირიქით). უფრო მეტიც – გამომხატველობა ძალიან ფართოდ არის გავრცელებული ცხოველთა სამყაროში და ცხოველთა მრავალ სახეობასთან მისი ძალიან დახვეწილი ფორმები არსებობს.

როგორც ვნახეთ, გამომხატველობის წარმოშობა ინსტინქტურია. თუ იგი მხოლოდ ინსტინქტური, თანდაყოლილია მაშინ ნებისმიერი ადამიანის გამომხატველობა გასაგები უნდა იყოს ნებისმიერი სხვა ადამიანისთვის განურჩევლად ეროვნებისა, კულტურული განსხვავებისა და ა.შ. როგორც, მაგალითად, ერთი ძაღლის ღრენა გასაგებია ყველა სხვა ძაღლისთვის. მაგრამ ცნობილია, რომ ადამიანებთან ასე მარტივად არ არის საქმე. განსხვავებული კულტურების წარმომადგენლებს ზოგჯერ უჭირთ ერთმანეთის გამომხატველი მოძრაობების, მიმიკისა და ჟესტის სწორი ამოცნობა. მაგალითად, ჩინურ ლიტერატურაში ადამიანები შეწუხების ნიშნად ტაშს უკრავენ, გაბრაზებისას იცინიან და ხმამაღალ „ჰო-ჰო“-ს წამოიძახებენ, ხოლო გაკვირვების გამოსახატავად ენის წვერს გამოყოფენ. ევროპელისთვის ეს უცნაურია. საკმაოდ პირობითია, ანუ, ცვალებადობს კულტურების მიხედვით ჟესტები. მაგალითად შეკრული მუშტის მაღლა აწეული ცერა თითი მოწონების ნიშანია ევროპელისთვის და ჩრდილო ამერიკელისთვის, მაგრამ ბრაზილიაში შეურაცმყოფელი ჟესტია.

აგრეთვე, უნდა ითქვას, რომ ადამიანები ინდივიდუალურად გამოირჩევიან ემოციის ამოცნობის მეტ-ნაკლები უნარით. ექსპერიმენტულად დადგინდა, რომ ზოგი ადამიანი ბევრად უკეთ ამოიცნობს გამომხატველობას, ვიდრე სხვები. ინტრავერტები ამას უკეთ ართმევენ თავს, ვიდრე ექსტრავერტები, ქალები უკეთ, ვიდრე მამაკაცები.

იმ საკითხის გასარკვევად, თუ რამდენად უნივერსალურია ამა თუ იმ ემოციის დროს სახის გამომეტყველება და რამდენად ზუსტად ამოიცნობენ მათ მსოფლიოს განსხვავებული ქვეყნის ადამიანები, მსოფლიოს სხვადასხვა ნაწილში ადამიანებს აჩვენებდნენ ფოტოსურათებს და სთხოვდნენ ამოეცნოთ ემოცია. აღმოჩნდა, რომ სახეზე ასახულ ძირითად ემო-

ციებს ადამიანები ყველგან ცნობენ. სხვა ექსპერიმენტში გადაიღეს ახალი გვინეის (ახალი გვინეა მოწყვეტილია სამყაროს) მცხოვრებთა ემოციური გამომხატველობა, რაც შემდეგ ჩრდილო ამერიკელებს აჩვენეს. აღმოჩნდა, რომ ამ უკანასკნელებმა ადვილად ამოიცნეს, თუ რა ემოციას გამოხატავდა ვიდეოფირზე აღბეჭდილი ახალი გვინეის მკვიდრი. ისეთი ძირითადი ემოციები, როგორებიცაა სიხარული, დარდი, შიში, ზიზღი, ბრაზი, გაკვირვება ზოგად ადამიანურია და მსგავსად გამოიხატება მთელს მსოფლიოში (მართალია ეს არ ნიშნავს, რომ ყველა და ყოველთვის ზუსტად ამოიცნობს მათ. ლაპარაკია იმაზე, რომ უმრავლესობა სწორად ამოიცნობს, მაგრამ, საკმაოდ დიდი რაოდენობა ცდება კიდევც). ამ ემოციებს ტიპური სახის გამომეტყველება ახასიათებთ. თანამედროვე ტექნოლოგიებით შეიარაღებულმა მეცნიერებმა მოახერხეს 80-მდე სახის კუნთის გამოყოფა, რომლებიც დაკავშირებულია ამა თუ იმ ემოციასთან. ზოგი ემოციისთვის მეცნიერებმა შეძლეს დადგენა, თუ როდის გამოხატავს ადამიანი რეალურ ემოციას, როდის ხელოვნურს. მაგალითად, ნამდვილი ღიმილი მხოლოდ ორი წამი გრძელდება, ყალბი კი შეიძლება 10 წამიც გრძელდებოდეს.



მაგრამ ბევრ ემოციას ასეთი ტიპური გამომეტყველება არ ახასიათებს, მაგალითად, იმედს, სინანულს, სირცხვილს, სიმბათიას. ამოცნობის სიზუსტე ბევრ სხვა რამეზეცაა დამოკიდებული, მაგალითად კონტექსტზე და კულტურულ თავი-

სებურებებზე. სხვადასხვა კულტურები განსხვავდებიან ერთმანეთისგან ემოციების გამოხატვის ინტენსივობით (მაგალითად, იტალიელები უფრო ინტენსიურად გამოხატავენ ემოციებს, ვიდრე ინგლისელები) და იმით, თუ რა ტიპის ემოციების გამოხატვაა უფრო მისაღები. ამრიგად, გამომხატველობას გააჩნია სამი ასპექტი: ინსტინქტური, კულტურული და ინდივიდუალური.

გამომხატველობის ამოცნობისას დიდი მნიშვნელობა აქვს კონტექსტს. მაგალითად, საშიშ სიტუაციაში გაბრაზებულ სახეს ადამიანები აღიქვამენ როგორც შეშინებულს. ნეიტრალური სახის გამომეტყველება, თუკი იგი გარშემორტყმულია ბედნიერი სახეებით, აღიქმება, როგორც „ბედნიერი“, ხოლო იგივე სახე მოწყვნილ სახეებს შორის აღიქმება, როგორც „მოწყვნილი“.

ადამიანთა პოზები ასახავს მათ ემოციებს, მაგრამ აგრეთვე არა ერთმნიშვნელოვნად. მაგალითად, წრიალი შეიძლება ნიშნავდეს უფოთვას ან მოწყენას, მტრული დამოკიდებულება შეიძლება გამოვლინდეს როგორც დაჟინებულ მზერაში, ისე, თვალის არიდებაში.

§ 2. ემოციის თვისებები

ემოციებს როგორც დამოუკიდებელ ფსიქიკურ პროცესებს გარკვეული თვისებები გააჩნია.

ემოციის სუბიექტურობა

1. ემოციების ერთ-ერთ ძირითადს, განსაკუთრებით შემეცნებითი პროცესებისაგან განმასხვავებელ თვისებას მათი სუბიექტურობა შეადგენს. ემოცია ყველა სხვა ფსიქიკურ

პროცესთან შედარებით უფრო სუბიექტურად, პიროვნებაში ჩანერგილად განიცდება, როგორც სუბიექტში, „მე“-ში მიმდინარე პროცესი. ამ მხრივ იგი აღქმის ანტიპოდი: აღქმა ხომ პიროვნებისაგან გამოყოფილად განიცდება — როგორც ჩვენ გარეთ არსებული, ჩვენგან დამოუკიდებელი, ობიექტური საგანი. ჩვენ საგანს განვიცდით და არა მის აღქმას. აღქმა არ განიცდება, ისევე როგორც სათვალის გამჭირვალე შუშა, როდესაც საგანს სათვალეში ვუყურებთ. ემოცია სუბიექტურია არა მხოლოდ განცდის, არამედ ფუნქციის მხრივაც — იგი თვით სუბიექტის შინაგან მდგომარეობას გამოხატავს. სხვადასხვა სახის ემოციებს მეტ-ნაკლები სუბიექტურობა ახასიათებს.

2. ემოცია სუბიექტურია სხვა მნიშვნელობითაც, კერძოდ მისი შინაარსი დამოკიდებულია სუბიექტის, პიროვნების მდგომარეობაზე; ემოცია სუბიექტურად ცვალებადობს ერთი და იმევე ობიექტურ პირობებში. ამ მხრივ აღსანიშნავია ემოციის დიდი, როგორც ინტერინდივიდუალური განსხვავებულობა (ეს გარემოება ასახულია ძველი რომაელების ანდაზაში — „გემოვნებაზე არ დავობენ“), ისე ინტრაინდივიდუალური ცვალებადობა: ერთი და იგივე საგანი ან ობიექტური ვითარება ხშირად იწვევს არსებითად განსხვავებულ გრძნობებს არა მხოლოდ სხვადასხვა ადამიანთან, არამედ ერთი და იმავე ინდივიდში, მისი შინაგანი მდგომარეობის გამო (ის, რაც ერთ პერიოდში მოსწონს, მეორე პერიოდში არ მოსწონს და ა.შ.).

ემოციის პოლარობა და ამბივალენტობა

ემოციების სპეციფიკურ თვისებას მათი პოლარული ხასიათი შეადგენს. ემოციებს ერთიმეორის საწინააღმდეგო, პოლარული მიმართულება ახასიათებს. ყოველი გრძნობა ან

დადებითი ან უარყოფითია – ან სიამოვნების ან უსიამოვნების ელფერს ატარებს: სიხარული-მწუხარება; სიყვარული-სიძულვილი; მხიარულება-მოწყენილობა და ა.შ.

მთელ რიგ შემთხვევაში პოლარული, სიამოვნება-უსიამოვნების პოლუსებზე განლაგებული ემოციების შერწყმა ხდება ერთიანი, თვისობრივად ახალი და სპეციფიკური გრძნობის სახით. ემოციების ამ თვისებას ამბივალენტობა („ორპოლუსიანობა“) ეწოდება. ამბივალენტური ბუნებისაა, მაგალითად, ე.წ. „მძაფრი განცდები“, სიამოვნების სპეციფიკური გრძნობები, რომელთა აღმოცენებაში მნიშვნელოვან როლს საშიშროების მომენტი თამაშობს. ეს ის ემოციებია, რომელთაც ადამიანი განიცდის ძალიან სწრაფი ქროლის, დიდი სიმაღლიდან დაშვების ან ჩამოხტომის დროს და ა.შ. მსგავსი ხასიათისაა სიღიადის გრძნობა, რომელიც გვეუფლება ბუნების გრანდიოზულ მოვლენებთან შეხვედრისას. ამბივალენტური ბუნებისაა ეჭვიანობის, სასიამოვნოს მოლოდინის და მრავალი სხვა ემოციური განცდა.

ემოციის ინტენსიობა და ხანგრძლივება

ყველა ემოციას ინტენსიობის რაღაც ხარისხი გააჩნია; ერთი და იმავე სახის ემოციები ინტენსიობის მხრივ განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან. სიხარული იქნება თუ მწუხარება, სიყვარული თუ სიძულვილი, შიში თუ რისხვა და ა.შ. თითოეული მათგანი სხვადასხვა შემთხვევაში მეტ-ნაკლებად ინტენსიურია. ერთ შემთხვევაში ძლიერ სიხარულს განვიცდით, მეორე შემთხვევაშიც გვიხარია მაგრამ ნაკლებად და ა.შ. ამასთან, უნდა აღინიშნოს, რომ ინტენსიობით დიდად განსხვავებული ერთი და იმავე სახის გრძნობები, გარკვეულ ფარგლებში, თვისობრივად იცვლებიან. მაგალითად, სუსტი და ძლიერი სიხარული თვისობრივადაც არ არის იგივეობრივი.

ემოციები დიდად განსხვავდებიან ხანიერებით, ანუ ღრმად განფენილობით. ზოგი ემოცია ძალიან სწრაფმავალია (მაგ. აფექტი), ხოლო ზოგი წლების განმავლობაში და ზოგჯერ მთელი შეგნებული ცხოვრების განმავლობაში გრძელდება (მაგ. ვნება). ხაზგასასმელია, რომ ხანიერება არა მხოლოდ გრძნობის სახეზეა დამოკიდებული, არამედ პიროვნების თავისებურებებზეც, განსაკუთრებით მის ტემპერამენტზე (იხ. თავი პიროვნების ფსიქოლოგია).

ემოციის ექსტენსიობა და სიღრმე

ემოციის ექსტენსიობა ეწოდება მის გავრცელებულობას სუბიექტში. ემოცია საერთოდ მთლიანი პიროვნების მდგომარეობაა, მაგრამ სხვადასხვა ამოცია ამ მხრივ მაიცი განსხვავებულია: ზოგი ემოცია (მაგ. გუნება) განსაკუთრებით დიდი ექსტენსიობით ხასიათდება – იგი მოიცავს მთელ პიროვნებას და მეტ-ნაკლებ გავლენას ახდენს მის ყველა განცდაზე. იმის მხედვით, რა გუნებაზეა ადამიანი, ობიექტურად ერთი და იგივე მოვლენა განსხვავებული ემოციური ტონით განიცდება. პირიქით, სუსტი ექსტენსიობის ემოცია სხვა განცდებზე გავლენას არ ახდენს. წამლის უსიამოვნო გემოთი გამოწვეული გრძნობა არ ცვლის სიამოვნების განცდას, რომელსაც ლამაზი ლექსი ან პეიზაჟი აღძრავს.

საზოგადოდ, შემეცნებით პროცესებთან შედარებით, ემოციებს პიროვნებაში მეტი „ჩანერგილობა“ და, ამ აზრით, მეტი სიღრმე ახასიათებთ, მაგრამ ამ კუთხით ემოციები ერთმანეთისაგანაც დიდად განსხვავდებიან. ზოგი ემოცია უფრო ღრმად წვდება პიროვნებას, ცვლის კიდევ მას, ზოგი იმდენად „ზედაპირულია“, პერიფერიულია, რომ სულ უკვალოდ გაქრება ხოლმე.

ემოციის ექსტენსიობა და სიღრმე არ არის პირდაპირ კავ-

შირში მის ინტენსიობასთან. ექსტენსიური შეიძლება იყოს სუსტი ემოცია (მაგ. გუნება) და ძლიერი (მაგ. აფექტი). იგივე ითქმის სიღრმეზეც. კბილის ძლიერი ტკივილით გამოწვეული გრძნობა შეიძლება უაღრესად ძლიერი იყოს, მაგრამ იგი არ არის ღრმა – ტკივილთან ერთად ისიც ქრება, ისე რომ პიროვნებაში კვალს არ ტოვებს.

§ 3. ბრძნობისა და ემოციის ძირითადი სახეები

ემოცია და გრძნობა

კლასიკურ ფსიქოლოგიაში ანსხვავებდნენ ამ ორ ცნებას. ემოციაში იგულისხმებოდა სუბიექტის მთლიანობითი განცდა, მისი შინაგანი მდგომარეობა: შიში, მწუხარება, სიხარული, ბრაზი და ა.შ. გრძნობაში კი ობიექტზე გადატანილი განცდა. გრძნობებს ისე განვიცდით თითქოს ის თვით საგნის თვისება ყოფილიყოს და არა ჩვენი განცდა. საინტერესოა ეს რომანი, მშვენიერია ეს ბეიზაჟი, საზიზღარია ეს ქვეწარმავალი ან ადამიანის რომელიმე საქციელი. გრძნობები ემოციებთან შედარებით უფრო ობიექტურია. მაგრამ გრძნობები სუბიექტურია შეგრძნებებთან შედარებით: ერთი და იგივე ფერი ან საქციელი ერთ ადამიანს დადებითად, ლამაზად ან საინტერესოდ ეჩვენება, მეორეს კი – საზიზღრად. ამ აზრით გრძნობა სუბიექტის შთაბეჭდილებას წარმოადგენს და არა საგნის ობიექტურ თვისებას.

ანსხვავებენ მარტივ და რთულ გრძნობებს. მარტივს უწოდებენ გრძნობებს, რომელსაც იწვევს საგნის სენსორული თვისება: ლამაზი ფერი, საზიზღარი გემო, უსიამოვნო ხმა და ა.შ. რთულს კი იმათ, რომლებიც უფრო შინაარსეული მოვლენითაა გამოწვეული: სურათის აღქმით, საინტერესი ინ-

ფორმაციით, კეთილშობილი საქციელთ და სხვ.

ანსხვავებენ ოთხი სახის გრძნობას: ესთეთიკურს, ინტელექტუალურს, მორალურს და პრაქსილურს.

ესთეთიკური გრძნობები სილამაზის განცდას გულისხმობს ხელოვნებაში, ბუნებაში, ადამიანებში.

ინტელექტუალური ის გრძნობებია, რომლებიც შემეცნებით პროცესთანაა დაკავშირებული, როგორიცაა, მაგალითად, გაკვირვება, ცნობისმოყვარეობა, ეჭვი და ის უნიკალური განცდა, რომელიც ეუფლება მეცნიერს, გამომგონებელს ძნელი პრობლემის გადაჭრის მომენტში.

მორალური გრძნობები აღმოცენდება საზოგადოებრივი ურთიერთობის პროცესში. მორალური გრძნობები წარმოიქმნება ადამიანის ქცევის მორალურ (ზნეობრივ) ღირებულებებთან შედარების საფუძველზე. ქცევა შეიძლება შეფასდეს როგორც ამორალური ან პირიქით ზნეობრივი და განიცდება როგორც სირცვილის ან სიამაყის გრძნობა.

პრაქსილური გრძნობები (სიტყვიდან პრაქტიკა) წარმოადგენენ მოქმედებაში მიღწეული წარმატების ან წარუმატებლობის უშუალო განცდას. ამ გრძნობებს დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ადამიანის ქცევის მოტივაციაში.

გრძნობებისაგან განსხვავებით ემოციები მთლიანპიროვნულ ხასიათს ატარებენ, უფრო მეტად არიან დაკავშირებული ქცევის რეგულაციასთან.

ემოციათა სახეები

ემოციათა სახეებიდან განსაკუთრებით ახსანიშნავია შემდეგი ძირითადი ჯგუფები:

1. აფექტი. აფექტი წარმოადგენს ერთბაშად წამოჭრილ, სწრაფად წარმავალ და უკიდურესად ინტენსიურ ემოციას, რომელიც მისი განცდის მომენტში ეუფლება პიროვნებას,

წარმართავს მის ქცევას და ძლიერი სხეულებრივი გამოვლინებებით ხასიათდება. აფექტის დროს უაღრესად ირღვევა წონასწორობა სუბიქტსა და გარემოს შორის, ისე რომ ადამიანი ობიექტურად ვერ აფასებს შექმნილ მდგომარეობას და რეაგირებს მიაზანშეუწონლად, ხშირად ქაოტურად.

აფექტს ახასიათებს შემდეგი ძირითადი მომენტები: უპირველეს ყოვლისა, დიდი ინტენსიობა და მწვავე ხასიათი. აფექტი მთლიანდ მოიცავს ადამიანის ცნობიერებას, რომელიც აფექტის გამო ვიწროვდება; აფექტი აღარ უტოვებს ადგილს სხვა განცდებს – ცნობიერების შევიწოებულ ველში აღარ შემოდის სხვა შინაარსები. ამიტომაა, რომ აფექტით შეპყრობილ ადამიანს არ ესმის ხოლმე მისკენ მიმართული რჩევისა და დამშვიდების სიტყვები. აფექტის დროს ადამიანს არ შეუძლოა ნორმალურად მსჯელობა, მოცემული პირობების ან თავისი ქცევის საღი შეფასება. ძლიერი აფექტი ადამიანის ქცევის დეზორგანიზაციას იწვევს; ადამიანი კარგავს თავისი ქცევის შეგნებული რეგულაციის უნარს.

ეს მდგომარეობა არ გრძელდება დიდხანს: აფექტი მცირე ხანიერებით ხასიათდება, მას „ფეთქად“ ემოციას უწოდებენ – იგი უცბად იფეთქებს და უცბად გაივლის. ზემოთქმულთან ერთად აფექტს ახლავს ძლიერი სხეულებრივი გამოვლინებანი: გულისცემის, სუნთქვის, სისხლის მიმოქცევისა და სხვა სხეულებრივი პროცესების მკვეთრი ცვლილებები.

აფექტს წარმოადგენს, მაგალითად, ძლიერი რისხვა, რომელიც იპყრობს ადამიანს და შეიძლება ისეთი რამ ჩაადენინოს, რასაც იგი შეგნებულად არასოდეს მოიმოქმედებდა, ან, მაგალითად, ძლიერი შიში, რომელიც იპყრობს ადამიანს და წარმართავს მის ქცევას ზოგჯერ თვით სუბიექტისთვის მოულოდნელი მიმართულებით (პანიკური შიში). აფექტის სახით შეიძლება იყოს განცდილი ძლიერი სიხარული (სიხარულის აფექტი) ან მწუხარება და ა.შ.

აფექტებს ჰყოფენ ორ დიდ ჯგუფად: სთენიკურ (სიძლიერის) და ასთენიკურ (სისუსტის) აფექტად.

სთენიკური აფექტებისთვის დამახასიათებელია თანმხლები სხეულებრივი პროცესების გაძლიერება და, საზოგადოდ, ინდივიდის მოძრაობების და ფსიქიკური პროცესების გაცხოველება; გულისცემა და სუნთქვა ძლიერდება, სისხლძარღვები ფართოვდება, კუნთების ძალა მატულობს, აზრების და წარმოდგენები სწრაფად მიმდინარეობს აფექტით ნაკარნახევი მიმართულებით. ტიპურ სთენიკურ აფექტებად ითვლება რისხვის, სიხარულის, აღტაცების და სხვა აფექტები.

ასთენიკური აფექტებისთვის, პირიქით, დამახასიათებელია ყველა ზემოაღნიშნულის პროცესის მოდუნება, შესუსტება და შენელება: სისლძარღვები ვიწროვდება, სუნთქვა ჩერდება, ადამიანი გაშეშდება, წარმოდგენებისა და აზრების მიმდინარეობა ფერხდება და ა.შ. ტიპურ ასთენიკურ აფექტად თვლიან შიშს, განცვიფრებას, დარდის აფექტს...

უნდა ითქვას, რომ როგორც საზოგადოდ აფექტის აღმოცენება დამოკიდებულია ადამიანის თავისებურებაზე – მის ტემპერამენტზე და ა.შ. (არაიან ადამიანები, რომელთათვისაც აფექტი უცხოა), ისე აფექტის შემასუსტებელი და გაძლიერებელი გამოვლინებაც სასიცოცხლო პროცესების მიმართ დამოკიდებულია არა მხოლოდ თვით აფექტის სახეზე (მაგ. რისხვის აფექტია ეს თუ შიშისა), არამედ პიროვნების ტიპზედაც. არის შემთხვევები, როდესაც ადამიანი დარდის აფექტსაც ძლიერი სთენიკური გამოვლინებებით განიცდის. აფექტის განცდის გამოვლინება დამოკიდებულია აგრეთვე მოცემული აფექტის ინტენსიობაზეც და მთელ იმ სიტუაციაზე, რომელშიც ის აღმოცენდება – რა განცდები უსწრებდა მას წინ, რამდენად ხანგრძლივი იყო ეს ემოცია, რომელიც აფექტში გადაიზარდა.

2. ვნება. ეს არის ინტენსიური და მეტად ხანიერი (მტკიცე) ემოცია, რომელსაც ახასიათებს სუბიექტის ინტენსიური სწრაფვა გრძნობის საგნის მიმართ.

ვნება ინტენსიობის მხრივ აფექტს უახლოვდება. აღმოცენდების შემდეგ ის იბყრობს ადამიანს და ყველა მის ძალასა და სწრაფვას თავისი შესატყვისი მიმართულებით წარმართავს. დინამიკური მომენტი ვნების განსაკუთრებულად გამოხატულ ნიშანს წარმოადგენს. ვნება არა მხოლოდ ემოციური მდგომარეობაა, არამედ, ინტენსიური სწრაფვაცაა — იგი ადამიანს გარკვეული მიმართულებით სამოქმედოდ წარმართავს. თუ ვნებით „ანთებული“ ადამიანის მისწრაფება და ნებისყოფის მიზნები ემთხვევა, იგი იშვიათი შეუპოვრობით ახორციელებს მათ. მაგრამ, ვნებით შეპყრობილ, ვნებისადმი დამორჩილებულ პირს ძალა არ შესწევს შეგნებულად დასახული მიზნების მიმართულებით იმოქმედოს, თუ ეს მიზნები ეწინააღმდეგება ვნების მიმართულებას. ამრიგად, ვნება ადამიანის ქცევისა და მისი მოქმედების მნიშვნელოვან, პიროვნებისეულ საფუძველს წარმოადგენს.

თავისი გავლენით ადამიანის ქცევაზე ვნება ნაწილობრივ უახლოვდება აფექტს, სამაგიეროდ თავისი ხანიერებით იგი აფექტის საწინააღმდეგოა. აფექტი ყველა სახის ემოციას შორის ყველაზე ხანმოკლე, სწრაფმავალი განცდაა. ვნება, პირიქით, ყველაზე უფრო ხანიერი და მტკიცე ემოციური მდგომარეობაა. იგი გრძელდება წლებისა და ზოგჯერ ადამიანის მთელი შეგნებული ცხოვრების მანძილზე. ვნება ქრონიკული ემოციური მდგომარეობაა, აფექტი კი მომენტალური, თუმცა ცხადია, ვნების მეტ-ნაკლები სიმტკიცე ადამიანის ინდივიდუალობაზეც არის დამოკიდებული. არსებობენ ინდივიდები, რომლებსაც ცხოვრების მანძილზე ვნებათა შეცვლა ახასიათებთ, არიან ინდივიდები, რომელთა სიცოცხლის მთელ შეგნებულ პერიოდს ერთი ვნება განსაზღვრავს.

ვნების შინაარსიც ადამიანის თავისებურებებზეა დამოკიდებული. ტარიელი შეპყრობილი იყო სიყვარულის ვნებით; მოლიერის ძუნწი – გამდიდრების ვნებით; ზოგიერთ მთასვლელს ალბინიზმით გატაცება ვნებად აქვს გადაქცეული; ზოგიერთ მონადირეს ნადირობის ვნება უჩნდება; კოლექციონერს (მაგ. ფილატელისტს) კოლექციონირების და ა.შ.

3. გუნება. გუნება, როგორც ემოციათა თავისებური სახე რიგი თვისებებით აფექტის საწინააღმდეგო განცდაა. იგი არ წარმოადგენს გამოკვეთილს, რაიმე გარკვეულ ობიექტზე მიმართულ გრძნობას. გუნება მთელი სუბიექტის ზოგადი, გაუნაწევრებელი ემოციური მდგომარეობაა, გრძნობის ტონია, რომელიც ყველა მის განცდას თავისებურ ელფერს აძლევს. ამ აზრით გუნებას განსაკუთრებით დიდი ექსტენსიობა ახასიათებს – ის მთელ პიროვნებაზე, ყველა მის განცდაზე გრცელდება. როდესაც ადამიანი მხიარულ გუნებაზეა, მას ისეთი მოვლენაც ერგენება სასიხარულოდ, სასიამოვნოდ თუ მშვენივრად, რომელიც თავისი დროს სრულიად არ ერგენებოდა ასეთად. კარგ გუნებაზე მყოფი პირი სინამდვილეს მართლაც ვარდისფერი სათვალით უყურებს. პირიქით, ცუდ გუნებაზე მყოფ ადამიანს ბევრი რამ ისეთიც ერგენება არასასიამოვნოდ, რაც სხვა დროს სიამოვნებას გვრიდა.

გუნების კიდევ ერთ დამახასიათებელ თვისებას სუსტი ინტენსიობა შეადგენს – გუნება არ არის ძლიერი, მწვავე განცდა; ამ მხრივ იგი აფექტის საწინააღმდეგოა. გარდა ამისა, გუნებას ახასიათებს დიდი ხანიერება – იგი არ არის სწრაფ-მავალი გრძნობა. ამ კუთხითაც გუნება აფექტის საწინააღმდეგოა; ერთი და იგივე გუნება შეიძლება გრძელდებოდეს დღეები, კვირები და თვეებიც კი.

შფოთვა

თავისებურ, მეტად გავრცელებულ ემოციურ მდგომარეობას წარმოადგენს ე.წ. შფოთვა (anxiety). შფოთვა ძირითადად ჩნდება მაშინ, როდესაც პიროვნება მოცემულ სიტუაციას განიხილავს როგორც სახიფათოს მისი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებისთვის. ხშირად საქმე ეხება ძირითადი სოციალური მოთხოვნილებების წარმოსახული მარცხის მოლოდინს. პიროვნებას ეჭვი ეპარება, რომ შეძლებს პროფესიული, ინტელექტუალური ან ზნეობრივი პრობლემის გადაჭრას. შფოთვის მდგომარეობას იწვევს აგრეთვე მოულოდნელი არსებითი ცვლილებები კარგად შეგუებულ სიტუაციაში, მაგალითად, სამუშაოს პროფილის შეცვლა, ახალ კოლექტივთან შეგუება და ა.შ. შფოთვის მდგომარეობა ჩნდება პოსტტრამატულ ვითარებაში: ომის, ძალადობის გადატანის, მიწისძვრის შემდეგ და ა.შ.

შფოთვის მკვლევარები არჩევენ შფოთვის სამ ძირითად ასპექტს: შფოთვის როგორც აქტუალურ ემოციურ მდგომარეობას, შფოთვის როგორც პიროვნების მახასიათებელს და შფოთვის როგორც მოტივაციის ფაქტორს. თითოეულის გასაზომად შემუშავებულია სპეციალური ტესტები და ხერხები. პირველი ასპექტი გულისხმობს თავისებურ განცდას, რომელიც ჩნდება მომავალი მარცხის, ფრუსტრაციის წარმოსახულ სიტუაციაში, მის ინტენსიობას, მის ფიზიოლოგიურ და გარე გამოხატულებას (გაფითრებას, კანკალს, ოფლიანობას, ძილის დარღვევას და სხვა). ეს ასპექტი იზომება ე.წ. სიტუაციური შფოთვის ტესტებით.

შფოთვა, როგორც პიროვნული მახასიათებელი ნიშნავს, რომ ადამიანები განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან თავისი მიდრეკილებით აღიქვან სიტუაცია როგორც საშიში. ზოგისთვის, მაგალითად, ყოველგვარი შემოწმება, გამოცდა, საკონ-

ტროლო გამოსვლა, შეჯიბრი ძლიერ შფოთვას იწვევს, ზოგიერთი ემოციურად მდგრადი ადამიანი, ნაკლებად მწვავედ განიცდის ამ სიტუაციებს. ეს თავისებური რეაქციები პიროვნების მუდმივ მახასიათებლად იქცევა. ამ ასპექტებს აღგენენ ე.წ. პიროვნული შფოთვის ტესტებით, რომლებიც ზომავენ ინდივიდის შფოთიანობის საერთო დონეს.

შფოთვის მესამე ასპექტი გულისხმობს მის გავლენას რაიმე მოქმედების შესრულების ეფექტურობაზე. არსებობს მრავალი გამოკვლევა, რომელიც აღგენს შფოთვის დონის კავშირს სასწავლო, შრომითი, სპორტული ქცევის წარმატებასთან. უმრავლეს შემთხვევაში ნაჩვენებია, რომ მეტისმეტად მაღალი შფოთვა არღვევს მოქმედებას (თუ ის საკმაოდ რთულია), ზრდის შეცდომების რაოდენობას. მეტისმეტად დაბალი შფოთვის დონე ინდიფერენტულს ხდის ადამიანს ქცევის მიმართ. შფოთვის საშუალო დონე ქმნის ქცევის ოპტიმალური მოტივაციის პირობას, უწყობს ზელს პიროვნების მაქსიმალური შესაძლებლობების გამოვლენას.

ფსიქოლოგები, ფსიქოთერაპევტები ახდენენ შფოთვის ინტენსიობის დიაგნოსტიკებს და ამის საფუძველზე იძლევიან გარკვეულ რეკომენდაციებს ჭარბი შფოთვისაგან განტვირთვისთვის, თვითრეგულაციის უნარის შემუშავებისთვის, განსაკუთრებულ შემთხვევაში მიმართავენ სპეციალურ ხერხებს პიროვნების ამ მხარის მოსაწესრიგებლად.

ემოციური სტრესი

სტრესი, მრავალი ავტორის აზრით წარმოადგენს მეოცე საუკუნის მეორე ნახევრის ყველაზე გავრცელებულ ფსიქოლოგიურ ფენომენს. ინგლისური სიტყვა **stress** ზეწოლას, დაძაბვას ნიშნავს, მაგრამ დღეს ეს სიტყვა ყველა ენაში იხმარება როგორც მეცნიერული ცნება, რომელიც აღნიშნავს

ადამიანის მთლიანობით ფსიქოლოგიურ და ფიზიოლოგიურ პასუხს ექსტრემულ სტიმულაციაზე. პირველად ეს ცნება ჩამოაყალიბა კანადელმა მეცნიერმა ჰანს სელიემ, რომელიც მას განიხილავდა როგორც მთლიანობით საადაპტაციო რეაქციას ძლიერ და ხანგრძლივ გამღიზიანებელზე. სელიე არჩევდა სტრესის სამ ფაზას. პირველ ფაზაში ხდება ორგანიზმის ფსიქოფიზიკური ძალების მობილიზაცია სტრესთან საბრძოლველად. მეორე ფაზაში გრძელდება წინააღმდეგობის გაწევა. მესამე ფაზაში მიმდინარეობს ძალების თანდათანობითი გამოფიტვა, როდესაც ორგანიზმი ვეღარ იცავს თავს სტრესოგენული ფაქტორებისაგან, მისი ფუნქციობა ირღვევა.

სტრესს მრავალი ფაქტორი იწვევს. თანამედროვე ებოქაში ეს შეიძლება იყოს ცხოვრების მაღალი ტემპი, ქალაქის ხმაურის მაღალი დონე, კონკურენცია, ძალადობისა და ტერორიზმის შიში, საგამოცდო სიტუაციები, ბუნებრივი ფაქტორები: მიწისძვრა, წყალდიდობა და სხვ. ყველა ეს ფაქტორი სტრესორის სახელითაა ცნობილი. სტრესორთა რიგს მიეკუთვნება საოჯახო ვითარებები: ახლობლების ავადმყოფობა და სიკვდილი, გაყრა, საოჯახო ძალადობა და სხვ. სტრესორების სუბიექტური სიძლიერე მნიშვნელოვნადაა დამოკიდებული კულტურის თავისებურებაზე. ის, რაც ერთ კულტურაში ძლიერ სტრესს იწვევს, მეორე კულტურაში ჩვეულებრივ მოვლენად განიხილება. მასშტაბურ კულტურათაშორისო გამოკვლევაში, რომელიც მოზარდებზე ჩატარდა, ნაჩვენებია იქნა, რომ ქართველი მოზარდებისათვის ყველაზე ძლიერ სტრესორად დასახელდა ახლობლის მძიმე ავადმყოფობა, ხოლო შვეიცარიელი მოზარდებისთვის პირველ ნომრად დასახელდა საყვარელი ცხოველის დაღუპვა. სტრესორის სიძლიერე დამოკიდებულია მრავალ ფაქტორზე, მათ შორის, მოულოდნელობაზე და იმაზე, რამდენად

შეძლებს ადამიანი კონტროლს ძლიერ სტიმულზე.

სტრესის შესწავლისადმი მიძღვნილია ასობით გამოკვლევა. განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია სტრესის შესწავლა გამოყენებითი ფსიქოლოგიის თვალსაზრისით: სპორტის ფსიქოლოგიაში, სამედიცინო, პედაგოგიურ ფსიქოლოგიაში. არსებობს პროფესიები, სადაც განსაკუთრებით მაღალია სტრესის აღმოცენების ალბათობა, მაგალითად ენერგოსისტემების ოპერატორებისთვის, კოსმონავტებისთვის, ავიადისპეჩერებისთვის და სხვა.

ფსიქოლოგია შეისწავლის არა მხოლოდ სტრესის აღმოცენების პირობებს, მის ბუნებას და მიმდინარეობას, არამედ მისი დაძლევის ხერხებსაც. ბოლო წლებში ფართოდ გავრცელდა ახალი ცნება სტრესის **დაძლევის (coping)** შესახებ. დამუშავდა მრავალი სკალა იმის დასადგენად თუ რა გზებს მიმართავს ადამიანი სტრესის დასაღწევად. ამ კვლევების პიონერებად ითვლებიან ლაზარუსი და ფოლკმანი. მათი თეორიის მიხედვით ადამიანი სტრესის დროს მიმართავს ორ ძირითად გზას: 1. პრობლემის გადაჭრაზე ორიენტირებულს ან 2. ე.წ. ემოციურ ქოპინგს, როცა ადამიანი გამოხატავს, უზიარებს სხვას თავის გრძნობებს, გადაერთვება სხვა საქმიანობაზე, გადააფასებს სტრესის მნიშვნელობას დადებითი გამოცდილების მიღების თვალსაზრისით და სხვა. ძირითადი სტრატეგიების გარდა გამოიყოფენ აგრეთვე სტრესისაგან გაქცევით რეაქციას, მიმართავს ალკოჰოლისა და ნარკოტიკებისადმი, სოციალური მხარდაჭერის ძიებას და რელიგიას. მაგალითისთვის შეიძლება მოვიყვანოთ სტუდენტი, რომელიც ჩაიჭრა გამოცდაში. ეს, ცხადია, სტრესული სიტუაციაა. მას შეუძლია კარგად ისწავლოს საგანი და გადააბაროს (პრობლემაზე ორიენტირებულ სტრატეგია); ან დაიწყოს ჩივილი, ან ჩხუბი (ემოციაზე ორიენტირებული) ან დათვრეს, ან ყველაფერი გამომცდელს გადააბრალოს, ან ჩათვალოს,

რომ უნიჭოა და სწავლის გაგრძელებას აზრი არა აქვს (გაქცევა) და ა.შ.

ამრიგად, სტრესის დაძლევის სტრატეგიები მოიცავენ ადამიანის რეაქციათა საკმაოდ მდიდარ სპექტრს: დაწყებული არაცნობიერი დაცვითი რეაქციებით და გათავებული კრიზისული სიტუაციების მიზანდასახული დაძლევით. სტრესის დაძლევის სტრატეგიების სიხშირე დამოკიდებულია ინდივიდუალურ თავისებურებებზე და ასაკობრივ და გენდერულ ფაქტორებზე. სწორედ ამიტომ ძნელია შევაფასოთ ერთმნიშვნელოდ ამ სტრატეგიების ეფექტურობა.

მნიშვნელოვანია სტრესის გავლენა სომატიკაზე, მისი როლი ისეთი დაავადებების აღმოცენებაში, როგორიცაა კუჭის წყლული, ჰიპერტონია, ბრონქიალური ასტმა და სხვა. მაგრამ აქაც ჩაერთვის მრავალი ფაქტორი. ცხოველბზე ჩატარებულ მრავალ გამოკვლევაში ნათლად ჩანს, რომ დენის დარტყმა, რომელიც პერიოდულად მოქმედებს ცხოველზე და შესატყვისად დაკავშირებულია ტკივილის მოლოდინთან, ბევრად ადრე იწვევს წყლულს, ვიდრე მაშინ, როდესაც დარტყმის მოლოდინი არ არსებობს. ადამიანმა უნდა ისწავლოს სტრესის დაძლევის მისთვის ყველაზე ეფექტური სტრატეგია. ამაშია ადამიანის ემოციური სიმწიფის ერთერთი მნიშვნელოვანი კრიტერიუმი.

თავი მეთერთმეტე შეგრძნება და აღქმა

§ 1. შეგრძნება

შეგრძნებათა ზოგადი დახასიათება.

რეალური სინამდვილის ასახვა ფსიქიკაში, პირველ რიგში, აღქმის სახით ხდება. ჩვენ აღვიქვამთ საგნებს, მათ მოძრაობას, მათ ხმაურს, ფერს, სუნს და ა.შ. საგნის ან მისი ცალკე თვისების უშუალო განცდას აღქმა ეწოდება. მაგრამ იმისთვის, რომ აღმა განხორციელდეს ამ საგანმა სათანადო ნერვების დაბოლოებების (რეცეპტორების) გაღიზიანების მეშვეობით უნდა წარმოშვას ჩვენში სათანადო შეგრძნებები.

შეგრძნების აღმოცენების გარეშე გარემომცველი სინამდვილის საგანთა¹ აღქმა შეუძლებელია. შეგრძნებები წარმოადგენენ იმ მასალას, რომელიც აღქმის „შინაარსს“ შეადგენს; ეს მასალა, ნორმალურ პირობებში, საგნების ან მათი თვისებების სახით ორგანიზირდება. ჩვეულებრივ შეგრძნებები განიცდებიან არა აღმისაგან დამოუკიდებლად, არამედ აღმის შინაარსის სახით, ე.ი. როგორც საგნის ფერი, გემო, მისი სიგლუვე და ა.შ. და არა საგნობრიობას მოკლებული „სიმწვანე“, „სიმლაშე“ და ა.შ. მხოლოდ იშვიათ, არაჩვეულებრივ პირობებში თავს იჩენს შემთხვევები, როცა შეგრძნება განიცდება როგორც ასეთი, ანუ აღქმის გარეშე (იხ. §2). მაგრამ, რადაგანაც აღქმა შეგრძნების მასალაზე აიგება, ამიტომ აღქმის პროცესის მეცნიერული შესწავლა გულისხმობს შეგრძნების შედარებით მარტივი პროცესის გათვალისწინებას. თუმცა სინამდვილის თვალსაჩინო ასახვა

¹ ცნებას „საგანი“ ყველგან ვხმარობთ ფართო მნიშვნელობით, მასში იგულისხმება როგორც საკუთრივ საგანი, ისე მოვლენა, პროცესი, რომელიც ობიექტურ სინამდვილეში არსებობს.

აღქმის ერთიან, მთლიან პროცესს წარმოადგენს, რომელშიაც შეგარძნება არ არის გამოყოფილი, მაგრამ თანამედროვე ფსიქოლოგიაში ამ ერთიანი პროცესის შედეგად ორი ცნება ჩამოყალიბდა – აღქმისა და შეგარძნების ცნება.

შეგარძნების აღმოცენება

იმისთვის, რომ აღმოცენდეს სენსორული პროცესი ანუ შეგარძნება, აუცილებელია რამდენიმე მომენტი; ჯერ ერთი, რაიმე ფიზიკურმა მოვლენამ ისე უნდა იმოქმედოს სპეციფიკურად აგებულ ნერვულ სტრუქტურაზე – რეცეპტორზე², რომ გამოიწვიოს ნერვში აგზნების ფიზიოლოგიური პროცესი. ფიზიკური მოვლენის ასეთ ზემოქმედებას გაღიზიანებას უწოდებენ, ხოლო თვით მოვლენას – გამღიზიანებელს. ამის შემდეგ გაღიზიანებით გამოწვეული აგზნება უნდა გავრცელდეს მგრძნობიარე, ანუ აფერენტული ნერვით თავის ტვინის სათანადო უბნის ნერვულ უკრედებზე. შეგარძნება აღმოცენდება ამ ნეირონების აგზნების შედეგად. მათი აგზნება უკვე განიცდება შეგარძნების სახით.

ყველა რეცეპტორი სხვადასხვა აგებულებისაა იმის მიხედვით, თუ რომელი სახის გამღიზიანებელს ღებულობს იგი. სხვადასხვა სახის შეგარძნებებს – მხედველობის, სმენის, შეხების და ა.შ. – განსხვავებული აგებულების რეცეპტორები ემსახურება. ასევე განსხვავდება ერთმანეთისაგან სტრუქტურით და ლოკალიზაციით თითოეული შეგარძნების ტვინის ნერვული ცენტრები.

ამრიგად, ფიზიკური მოვლენა (გამღიზიანებელი) რეცეპტორის გაღიზიანების შედეგად იწვევს აგზნების ფიზიოლოგიურ პროცესს, რომელიც თავის ტვინის სათანადო უკრედებში (რეცეპტორი („მიმღები“) ეწოდება მგრძნობიარე ნერვების სპეციფიკური აგებულების დაბოლოებებს, რომლებიც სპეციფიკური ფიზიკური გამღიზიანებლებით ღიზიანდებიან.

რედებში გადასვლისას იწვევს შეგრძნებას – ფსიქიკურ პროცესს.

შეგრძნების ოხგანოთა მგრძნობიარება (შეგრძნების ზღუხბლები)

1. ქვედა ზღუხრბლი. ყოველი ინტენსიოხის გამლიზიანებელს როდი შეუძლია შეგრძნების გამოწვევა. იმისთვის, რომ აღმოცენდეს უსუსტესი შეგრძნება, გამლიზიანებელმა უნდა მიაღწიოს ინტენსიოხის გარკვეულ დონეს. გამლიზიანებლის იმ ინტენსიოხას, რომელიც იწვევს უსუსტეს შეგრძნებას, „შეგრძნების ქვედა, ანუ მინიმალური ზღუხრბლი“ ეწოდება. მაგალითად, ჩვენ ვერ შევიგრძნობთ მტვრის ნაწილაკების შეხებას კანზე, გინაიდან ამ გამლიზიანებლის ინტენსიოხა ვერ აღწევს შეხების შეგრძნების ქვედა ზღუხრბლს. იგი „ზღუხრბლქვედაა“. იმისთვის, რომ შევიგრძნოთ შეხება, მისმა ინტენსიოხამ უნდა მიაღწიოს გარკვეულ დონეს, სახელდობრ, ერგის³ ერთ მეათიათასედს ($1/10.000$). ეს არის შეხების შეგრძნების ქვედა ზღუხრბლი. ყოველი სახის შეგრძნებას თავისი მინიმალური ზღუხრბლი გააჩნია. მაგალითად, სპექტრის შუა ადგილის (მწვანე ფერის) შესატყვისი შეგრძნების ქვედა ზღუხრბლი უდრის ერგის ერთ მეასმილიონედს ($1/100.000.000$), საშუალო სიმაღლის ბგერის (ტონის) შეგრძნების ქვედა ზღუხრბლი ერგის ერთ მეათმილიონედს ($1/10.000.000$) უდრის და ა.შ. შეგრძნების ქვედა ზღუხრბლი მოცემული სახის („მოდალობის) შეგრძნების ორგანოს მგრძნობელობის მაჩვენებელია. რაც უფრო დაბალია ზღუხრბლი, მით უფრო მგრძნობიარეა შეგრძნების ორგანო.

3 ერგი ფიზიკური ენერგიის იმ ოდენოხის პირობითი საზომია, რომელიც საჭიროა ერთი გრამი სიმძიმის ერთ წამში ერთი სანტიმეტრზე ასაწევად.

2. **ზედა ზღურბლი.** ქვედა ზღურბლზე მეტი ინტენსიობის გამლიზიანებელს, ე.ი. „ზღურბლზედა“ გამლიზიანებელს, ჩვენ მით უფრო ძლიერად შევიგრძნობთ, რაც უფრო ინტენსიურია იგი, მაგრამ ამ მიმართულებითაც არსებობს საზღვარი. ეს არის შეგრძნების „ზედა ანუ მაქსიმალური ზღურბლი“. ასე ეწოდება გამლიზიანებლის იმ ინტენსიობას, რომლის მომატება შეგრძნების ინტენსიობას აღარ ზრდის. ზედა ზღურბლს შეგრძნების მაქსიმალური ინტენსიობა შეესატყვისება. ამაზე მეტი ინტენსიობის შეგრძნების გამოწვევა შეუძლებელია.

ამრიგად, შეგრძნების ქვედა და ზედა ზღურბლი საზღვრავს გამლიზიანებელთა იმ დიაპაზონს, რომელთა შორის თავსდება შეგრძნებათა ყველა გრადაცია. ამიტომ ამ ორ ზღურბლს „გარეგან ზღურბლებსაც“ უწოდებენ.

3. **სხვაობის ზღურბლი.** გამლიზიანებლის ინტენსიობის ცვლილებათა მიმართ შეგრძნების მგრძნობიარების მაჩვენებელია, ე.წ. „სხვაობის ზღურბლი“. ეს არის გამლიზიანებლის ორ ინტენსიობას შორის ის მინიმალური სხვაობა, რომელსაც ჩვენ შევიგრძნობთ.

აღამიანი როდი შევიგრძნობს გამლიზიანებლის ინტენსიობის ყოველ ცვლილებას (მომატებას ან დაკლებას). იმისთვის, რომ შევიგრძნოთ ასეთი ცვლილება, ინტენსიობათა შორის სხვაობამ გარკვეულ ოდენობას უნდა მიაღწიოს – ეს არის „საზღურბლე“ სხვაობა, რომელიც მოცემული სახის შეგრძნებისთვის სხვაობის ზღურბლს წარმოადგენს. მას, ზემოთ აღწერილ გარეგან ზღურბლთან დაპირისპირებით, „შინაგან ზღურბლს“ უწოდებენ. სხვადასხვა სახის შეგრძნებას სხვადასხვა სხვაობის ზღურბლი ახასიათებს. მაგალითად, საშუალო ინტენსიობის სინათლისთვის იგი დაახლოებით 1/100-ს უდრის, ე.ი. იმისთვის რომ შევამჩნიოთ რომელიმე ინტენსიობის სინათლის დაკლება ან მომატება, არსებულ

ინტენსიობას უნდა მოემატოს ან დააკლდეს $1/100$. საშუალო ინტენსიობის ბგერებისთვის სხვაობის ზღურბლი დაახლოებით $1/10$ -ს უდრის, სიმძიმისთვის – $1/30$ -ს და ა.შ.

უნდა აღინიშნოს, რომ სხვაობის ზღურბლის ამ მაჩვენებლებს მხოლოდ დაახლოებითი მნიშვნელობა აქვთ, ვინაიდან სხვაობის ზღურბლი საგრძნობლად იცვლება რიგ პირობათა გამო, განსაკუთრებით კი გამღიზიანებლის აბსოლუტური ინტენსიობათა ცვლილებასთან დაკავშირებით: უკიდურესად სუსტი და უკიდურესად ძლიერი გამღიზიანებლების მიმართ სხვაობის ზღურბლი დიდად განსხვავდება გამღიზიანებელთა საშუალო ინტენსიობათა მიმართ სხვაობის ზღურბლისაგან.

შეგრძნების ორგანოს მგრძნობიარება და, მაშასადამე, ზღურბლებიც მნიშვნელოვნად იცვლება როგორც თვით რეცეპტორის ფუნქციონალური მდგომარეობის, ისე გაღიზიანების პირობებისა და თვით ადამიანის შინაგანი მდგომარეობის მიხედვით. მაგალითად, გაღიზიანების ფართობის მომატება (შეხების, მხედველობისა და სხვა შეგრძნებებში) ზღურბლის დაწევას, ე.ი. მგრძნობიერების მომატებას იწვევს. მნიშვნელობა აქვს გაღიზიანების ხანგრძლივობასაც. ზღურბლზე დიდ გავლენას ახდენს რეცეპტორის წინარე გაღიზიანება; ზღურბლი მით უფრო მაღალია, რაც უფრო ინტენსიურად ღიზიანდებოდა რეცეპტორი იმავე მიმართულებით მანამდე, სანამ შეამოწმებდით მის მგრძნობიარებას: დღის სინათლეზე ყოფნისას სინათლის შეგრძნების ზღურბლი ბევრად უფრო მაღალია, ე.ი. სინათლისადმი მგრძნობიარება ბევრად უფრო დაბალია, ვიდრე სიბნელეში ყოფნისას და ა.შ.

სხვაობის ზღურბლი კლებულობს სათანადო მიმართულებით სისტემატური ვარჯიშის შედეგად (მაგალითად, მუსიკალური ტონების სიმაღლის მიმართ, გემოს გარჩევის მიმართ

და ა.შ.). გარდა ამისა, შეგრძნების მგრძნობიარებაზე გავლენას ახდენს ადამიანის დამოკიდებულება გამლიზიანებლისადმი, ის სიტუაცია, რომელშიც ხდება გამლიზიანებლის აღქმა. რაც უფრო დაძაბულად ესწრაფვის ადამიანი მოცემული გამლიზიანებლის შემჩნევას, რაც უფრო მნიშვნელოვნად განიცდება მოცემულ პირობებში გამლიზიანებლის შემჩნევა, მით უფრო დაბლდება ზღუერბლი და ა.შ.

შეგრძნებათა ზოგადი თვისებები ანუ მხახეები

ყველა შეგრძნებას გააჩნია შემდეგი მხარეები, ანუ ზოგადი თვისებები, რომელთა ნაირობის მიხედვით შეგრძნებები ერთმანეთისაგან განსხვავდებიან. ესენია:

შეგრძნების მოდალობა⁴. ძირითად სხვაობას შეგრძნებათა შორის შეგრძნების მოდალობები შეადგენენ. მოდალობას უწოდებენ შეგრძნებათა იმ სახეობებს, რომლებიც დაკავშირებულია შეგრძნების ორგანოების (რეცეპტორების) სახეობებთან. მხედველობის შეგრძნებები ერთ მოდალობას წარმოადგენს, სმენისა – მეორეს, ყნოსვისა – კიდევ სხვას და ა.შ. თითოეული მოდალობის შეგრძნებას იწვევს სპეციფიკური აგებულების რეცეპტორთა გალიზიანება სპეციფიკური ფიზიკური გამლიზიანებლით: სინათლის მოდალობას, მაგალითად, მხედველობის სპეციფიკურ რეცეპტორთა (ე.წ. „ჩხირების“ და „კოლებების“) გალიზიანება სინათლით, ანუ გარკვეული სიხშირის ელექტრომაგნიტური ტალღებით. სმენით შეგრძნებას – შინაგან ყურში განლაგებული სპეციფიკური აგებულების რეცეპტორის გალიზიანება გარკვეული სიხშირის ჰაერის ტალღებით და ა.შ.

ინტრამოდალური თვისობრიობა⁵. ასე ეწოდება ერთი მო-

4 ლათინურად „მოდუს“ ნიშნავს სახეს ან სახეობას.

5 „ინტრა“ ლათინურად ნიშნავს „შიგნით“.

დალობის ფარგლებში მოცემულ სხვაობებს. მაგალითად, მხედველობითი მოდალობის შეგრძნებები განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან იმის მიხედვით, თუ რა ფერს შევიგრძნობთ (წითელი, ყვითელი, მწვანე, ლურჯი და ა.შ.). ეს სხვაობა ინტრამოდალურ სხვაობას წარმოადგენს. გემოს მოდალობის შეგრძნებები განსხვავდებიან სხვადასხვა გემოს ნაირობით – მწარე, ტკბილი, მლაშე, მწარე. ესეც ინტრამოდალური თვისებებია და ა.შ.

აღსანიშნავია, რომ უშუალო განცდაში ინტერმოდალური სხვაობები (მაგალითად, სხვაობა ფერის შეგრძნებასა და გემოს შეგრძნებას შორის) განსხვავებულად განიცდება, ვიდრე ინტრამოდალური სხვაობა (მაგალითად, სხვაობა წითელსა და ლურჯ ფერს შორის, ან სხვაობა მჟავე და ტკბილ გემოს შორის და ა.შ.). უკანასკნელს, სხვაობის განცდის მიუხედავად, რაღაც ერთიანობის განცდაც ახლავს თან. მაგალითად, რა გინდ განსხვავებული იყოს ფერები, ყველა მათ განცდას აერთიანებს „ფერადობის“ რაღაც სპეციფიკური თვისება.

ინტენსიობა. ერთი და იმავე მოდალობისა და ინტრამოდალური თვისების შეგრძნებები (მაგალითად, ორი წითელი ფერი ან მჟავე გემო, ან ერთი სიმაღლის ორი ტონი) შეიძლება აშკარად განსხვავდებოდნენ თავისი ინტენსიობის (სიძლიერის) ხარისხის მიხედვით (მაგალითად, მჟავე გემოს მეტ-ნაკლები სიმჟავე, ერთი სიმაღლის ტონის მეტ-ნაკლები სიძლიერე და ა.შ.). ყოველ შეგრძნებას გარკვეული მოდალობის და ინტრამოდალური თვისების გარდა ახასიათებს ინტენსიობის გარკვეული ხარისხი.

ამგვარად, ყველა შეგრძნებას საზოგადოდ სამი მხარე, ანუ სამი ზოგადი თვისება გააჩნია: მოდალობა, ინტრამოდალური თვისობრიობა და ინტენსიობა.

6 „ინტერ“ ლათინურად ნიშნავს „შორის“.

ყოველდღიურ ცხოვრებაში ითვლება, რომ ადამიანს 5 მო-
დალობა, „ხუთი გრძნობა“ გააჩნია. ეს ძველი ფსიქოლოგიის
გადმონაშთია. სინამდვილეში მოდალობათა რიცხვი ბევრად
მეტია. თანამედროვე მეცნიერების მონაცემთა მიხედვით
ადამიანს გააჩნია შეგრძნებათა შემდეგი მოდალობები:
მხედველობითი, ანუ ოპტიკური ან ვიზუალური შეგრძნებე-
ბი. მათი რეცეპტორები განლაგებულია თვალის ბადურაზე.
სმენის, ანუ აკუსტიკური შეგრძნებები. მათი რეცეპტორები
განლაგებულია შინაგან ყურში. **ყნოსვის** შეგრძნებები. მათი
რეცეპტორები განლაგებულია ცხვირის ღრუს ზედა ნაწ-
ილში. **გემოს** შეგრძნებები. მათი რეცეპტორები განლაგებუ-
ლია ენის ზედაპირზე და ნაწილობრივ რბილ სასაზე. **შეხე-
ბის** შეგრძნებები. ამ მოდალობის რეცეპტორებიც სხეულის
ზედაპირზე – კანში და ლორწოვან გარსებშია განლაგებუ-
ლი, მაგრამ **ტემპერატურისა** და **შეხების** რეცეპტორები გან-
სხვავებული აგებულებისაა და განსხვავებული გამღიზი-
ანებლებით ღიზიანდება. ამ ორ მოდალობას ჩვეულებრივ
ერთი ზოგადი მოდალობის, სახელდობრ „ტაქტილური“
შეგრძნებების ორ ქვესახედ თვლიან. **ვიბრაციის** შეგრძნებე-
ბი. ეს არის სწრაფი რხევის სპეციფიკური შეგრძნებები, რო-
მლებიც ვერ დაიყვანება შეხების მოდალობაზე. **კინესთეტი-
კური** შეგრძნებები. შეგრძნებების ამ მოდალობაში ორ სახ-
ეს არჩევენ: სხეულის ნაწილების მოძრაობისა და მდგომარე-
ობის, ერთი მხრივ, და კუნთური დაძაბულობის შეგრძნე-
ბებს, მეორე მხრივ; პირველის რეცეპტორები განლაგებუ-
ლია უმთავრესად სახსრებებში, მეორისა კი კუნთებში.
წონასწორობის ანუ სტატიკური შეგრძნებები. ეს არის ჩვე-
ნი სხეულის სივრცეში მდგომარეობის შეგრძნება. რეცეპ-
ტორები განლაგებულია შინაგან ყურში. **ბოლოს, ორგანული**

შეგრძნებათა მოდალობა, რომელიც შეიცავს საკუთრივ ჩვენი ორგანიზმისა და მის ცალკე ორგანოთა მდგომარეობის მრავალნაირ შეგრძნებებს. მათი რეცეპტორები შინაგან ორგანოებშია განლაგებული.

ცნობილია შეგრძნებათა სხვადასხვა კლასიფიკაცია. აქ განვიხილავთ თანამედროვე მეცნიერებაში ყველაზე გავრცელებულ კლასიფიკაციას, რომელიც ფიზიოლოგ შერინგ-ტონის მიერ შემოღებულ რეცეპტორთა კლასიფიკაციას ეყრდნობა. იმის მიხედვით, თუ რის შეგრძნებას წარმოადგენენ ისინი ყველა მოდალობა ჯგუფდება სამად: **ექსტროცეპტულ** შეგრძნებებს იწვევს რეცეპტორთა გაღიზიანება გარემოდან მომდინარე გამღიზიანებლებით – ელექტრომაგნიტური ტალღით, ჰაერის ტალღით, სუნით, საჭმლით, საგნის შეხებით და ა.შ. ამ ჯგუფს ეკუთვნის მხედველობის, სმენის, ყნოსვის, გემოს, შეხების, ტემპერატურის, ვიბრაციის შეგრძნებები. **ინტროცეპტულ** შეგრძნებებს იწვევს მათი რეცეპტორების გაღიზიანება შინაგან ორგანოებში მომდინარე პროცესებით. ამ ჯგუფს ყველა ორგანული შეგრძნება ეკუთვნის. **პროპრიოცეპტულ** შეგრძნებებს იწვევს მათი რეცეპტორების გაღიზიანება იმ პროცესებით, რომლებიც კუნთებში, მყესებში და სახსრებში აღმოცენდება სუბიექტის მოძრაობის დროს (სახსრების ხახუნი, კუნთისა და მყესების ბოჭკოების დაჭიმვა და ა.შ.). ამ ჯგუფში კინესთეტიკური შეგრძნებები შედის.

ექსტროცეპტული ჯგუფის მოდალობები, თავის მხრივ, იყოფა ორად იმის მიხედვით, თუ როგორ ხდება რეცეპტორის გაღიზიანება – საგნის უშუალო შეხებით, რეცეპტორთან კონტაქტით, თუ მანძილიდან, „დისტანციიდან“, საგანთან უშუალო კონტაქტის გარეშე, რაიმე შუამავლის მეოხებით. პირველს უწოდებენ **კონტაქტურ** შეგრძნებებს, მეორეს – **დისტანტურს**. უკანასკნელისთვის ტიპურია მხედ-

ველობა და სმენა, პირველისთვის – შეხება და გემო. ვიბრაციის შეგრძნების რეცეპტორები ორივე სახით ღიზიანდება – კონტაქტითაც და მანძილიდანაც ჰაერის მეშვეობით, ამიტომ მას განსაკუთრებული ადგილი უჭირავს მოდალობათა ორ ჯგუფს შორის. რაც შეეხება ყნოსვას, თუმცა არსებითად ის კონტაქტურია, ვინაიდან რეცეპტორების გაღიზიანება ნივთიერების მფრინავი ნაწილაკების რეცეპტორთან კონტაქტით ხდება, მაგრამ პრაქტიკულად დისტანტურია, რადგანაც საგნის სუნს მასთან უშუალო კონტაქტის გარეშე განვიცდით.

სენსორული ჰიოცესები

1. შეგრძნებების ურთიერთკავშირი. მიუხედავად იმისა, რომ სხვადასხვა მოდალობის შეგრძნებები არსებითად განსხვავდება ერთმანეთისაგან, მათ შორის მაინც არსებობს საერთო რამ, რაც ვლინდება მათ განცდაშიც და ცალკე მოდალობათა რეალურ ურთიერთზემოქმედებაშიც. ეს ბუნებრივია, ვინაიდან, ერთი მხრივ, ცალკე მოდალობები ფილოგენეტური განვითარების პროცესში ჩამოყალიბდა ერთი საერთო მგრძნობელობის დიფერენციაციის გზით და, მეორე მხრივ, შეგრძნების ორგანოს ერთი მთლიანი ინდივიდი იყენებს გარემოს საგანების და მათი თვისებების აღსაქმელად. მოდალობათა მონაცემების გაერთიანება ხდება ერთ მთლიან განცდაში – საგნის ერთიან აღქმაში. მეტიც, საგნის ზოგიერთი თვისება მხოლოდ ერთი მოდალობისთვის მიუწვდომელი რჩება. მისი აღქმა რამდენიმე მოდალობის თანამონაწილეობას, მათ ერთ განცდაში გაერთიანებას გულისხმობს. ასეთებია სიმაგრე, სიბილღე, სისველე, წებოვანება, ფხვიერება და ა.შ., რომლებიც მხოლოდ ინტერმოდალურად შეიგრძნობა. ინტერმოდალური ერთიანობის რამდენიმე გამოვლინება არსებობს:

- ა) განსხვავებული მოდალობის შეგრძნების განცდის საერთოობა. ამას საუკეთესოდ ადასტურებს ყველა ენაში მოცემული გამოთქვამები: ტკბილი ხმა, რბილი ხმა, თბილი ფერი, მყვირალა ფერი, მჟავე სუნი და ა.შ. ამ ყველასთვის გასაგებ გამონათქვამებში ერთი მოდალობის შეგრძნების დახასიათება მეორე მოდალობის შეგრძნებით ხდება, რაც შეუძლებელი იქნებოდა თუ არა მათი განცდის ნათესაურობა.
- ბ) სინესთეზია ნიშნავს ერთი მოდალობის შეგრძნების აღმოცენებას სხვა მოდალობის გაღიზიანებით. ბგერით გამოწვეულ ფერის შეგრძნებისეულ განცდას „ფერად სმენას“ ანუ ფონიზმს უწოდებენ, ფერით გამოწვეულ ბგერის შეგრძნებას – ფოტიზმს. ეს შედარებით იშვიათი მოვლენა ინტერმოდალური ერთიანობის გამოვლინებად ითვლება.
- გ) მოდალობათა ფუნქციური ურთიერთზემოქმედება. ექსპერიმენტულად დადგენილია, რომ ერთი მოდალობის გამღიზიანებელი გავლენას ახდენს მეორე მოდალობის შეგრძნების ორგანოს ფუნქციონირებაზე, სახელდობრ ცვლის მის მგრძნობიარებას. მაგალითად, თვალზე ფერადი სინათლის ზემოქმედება იწვევს სმენის ზღურბლის დაწევას, დადასტურებულია ბგერისა და სუნის გავლენა მხედველობის მგრძნობიარებაზე და ა.შ. საერთოდ სუსტი გამღიზიანებლები ზრდიან სხვა მოდალობათა მგრძნობიარებას, ძლიერები კი აქვეითებენ.
- დ) რაიმე მოდალობის დეფექტის ნაწილობრივ კომპენსაციას სხვა მოდალობათა ჩანაცვლება ახდენს. მაგალითად, დაბადებიდან უსინათლო ადიქვამს მანძილს, ფორმას, სიდიდეს, პროპორციას, მიმართულებას და სხვა სივრცით მიმართებებს, ოღონდ არა ოპტიკური მოდალობის, არამედ სხვა მოდალობათა საშუალებით – შეხების;

კინესთეტიკის, ვიბრაციის, სმენის მეშვეობით; ყრუ-მუნ-
ჯებს მეტყველების გაგებას ასწავლიან მოლაპარაკე ადამიანის
ტუჩების მოძრაობის მხედველობითი აღქმით და
ა.შ.

2. სენსორული ადაპტაცია არის სენსორული აპარატის
მგრძნობიარების ცვალებადობა (მატება ან კლება) გამლიზი-
ანებლის ხანგრძლივი ზემოქმედების შედეგად. მაგალითად,
სინათლიდან სიბნელეში მოხვედრილი ადამიანი დასაწყისში
ვერაფერს ხედავს, მაგრამ თანდათან იწყებს საგნების გარ-
ჩევას. ეს ნიშნავს, რომ თვალის მგრძნობიარება გაიზარდა,
მან შეიძლება 200000-ჯერ მოიმატოს. როდესაც სათანადო
გამლიზიანებლის ზემოქმედების დაწყებიდან გარკვეული
ხნის შემდეგ, ნაკლებად ან სულ ვეღარ ვგრძნობთ სუნს, გე-
მოს ან შეხებას, ესეც ადაპტაციაა, რომელიც შეგრძნების
ორგანოს მგრძნობიარების დაკლებაში გამოიხატა.

3. კონტრასტის მოვლენა ერთი გამლიზიანებლის ზემოქმე-
დების შედეგად მეორე გამლიზიანებლის შეგრძნების საწინა-
აღმდეგო (კონტრასტული) მიმართულებით შეცვლაში
მდგომარეობს. მაგალითად, შავ ფონზე რუხი ფერი მოთე-
თროდ აღიქმება, თეთრზე კი იგივე რუხი – მოშავოდ;
გაყინული წყლის მერე ოთახში ნადგომი წყალი თბილად
გვეჩვენება, ცხელი წყლის მერე – გრილად და ა.შ.

§ 2. აღქმა

აღქმა და შეგუბნება

აღქმა რეცეპტორზე მოქმედ კონკრეტულ საგანთა ან მათ
თვისებათა თვალსაჩინო, ხატოვანი ასახვაა⁷. ადამიანი გარე-
მოს ცალკე გამლიზიანებლების და მათი კომპლექსების სა-

7 “ხატოვანი” აქ და ქვემოთ იხმარება საგნის თვალსაჩინო წარმოდგენის
– ხატის (სურათის) მნიშვნელობით.

ხით კი არ განიცდის, ე.ი. გამლიზიანებლებს კი არ შეიგრძნობს, არამედ მისგან დამოუკიდებელ საგანთა სახით აღიქვამს. სინამდვილე ადამიანის ცნობიერებაში საგანთა და მოვლენათა სახით აისახება და არა საგნობრიობას მოკლებულ, საგნის გარეშე მოცემულ სენსორულ (შეგრძნებით) თვისებათა (ფერი, გემო და ა.შ.) სახით. გარემოს კი არ შევიგრძნობთ – აღვიქვამთ.

მასალას გარემოს აღსაქმელად მხოლოდ შეგრძნებები იძლევა (იხ. §1) – სხვა გზა საგნებისა და მათი თვისებების აღსაქმელად არ არსებობს – მაგრამ ჩვეულებრივ პირობებში შეგრძნებას ადამიანი აღქმის გარეშე არც განიცდის. რეალურად ისინი ერთმანეთისაგან მოუწყვეტლად, აღქმის ერთიანი პროცესის სახით არსებობენ. შეგრძნებების მასალიდან იმთავითვე იქმნება, ორგანიზდება საგნის ან მისი თვისების აღქმა. ცოცხალი არსება ურთიერთობას ამყარებს გარემოში მოცემულ კონკრეტულ საგნებთან და მათ თვისებებთან და არა უსაგნო სენსორულ თვისებებთან. ამიტომ გასაგებია, რომ გარემოსთან შეგუების პროცესში მას სწორედ აღქმის ფუნქცია განუვითარდა.

მაგრამ რას ნიშნავს საგნის აღქმა, თუ არა მის თვისებათა შეგრძნებას? რა არის აღქმა, თუ არა შეგრძნებათა კრებადობა? ყოველდღიურ მეტყველებაში და არაფსიქოლოგიურ ლიტერატურაში სიტყვებს – შეგრძნება და აღქმა ჩვეულებრივ ერთი მნიშვნელობით ხმარობენ. „მე შევიგრძნობ“ ფერს თუ ბგერას, ამბობენ იმავე მნიშვნელობით, როგორც „მე აღვიქვამ“ ფერს ან ბგერას. მაგრამ, როგორც მეცნიერული ფსიქოლოგიის ცნებები, ისინი არსებითად განსხვავდებიან. ქვემოთ ჩვენ შევჩერდებით აღქმის იმ მთავარ თვისებებზე, რომელნიც მას ძრითადად განასხვავებენ შეგრძნებისაგან.

აღქმის შეგრძნებისაგან მთავარ განმასხვავებელ ნიშანს საგნობრიობა წარმოადგენს: აღქმა განიცდება არა როგორც სუბიექტში მიმდინარე პროცესი, არამედ როგორც სუბიექტის გარეთ, მისგან დამოუკიდებლად არსებული ობიექტი, მიუხედავად იმისა, იქნება ეს მთელი საგნის აღქმა, თუ მისი რომელიმე თვისებისა (ფერის, მისგან მომდინარე ბგერის და ა.შ.). მაგალითად, ამ საზამთროს რომ ვუყურებ, მე ჩემს გარეთ არსებულ საგანს – საზამთროს ვხედავ და არა ამ საზამთროს ზემოქმედებით ჩემში აღძრულ პროცესს განვიცდი. ან მის მწვანე ფერს რომ განვიცდი – ჩემში აღმოცენებული სიმწვანის შეგრძნებას კი არ განვიცდი, არამედ ჩემს გარეშე, გარკვეულ მანძილზე არსებული საგნის ფერს ვხედავ. ამ და სხვა შემთხვევაში საქმე გვაქვს აღქმასთან, რომლის შინაარსს სათანადო შეგრძნებები ქმნიან, მაგრამ, როგორც ვხედავთ, ეს შეგრძნებები აღქმის გარეშე არ განიცდება.

ამ ძირითად განსხვავებას შეგრძნებასა და აღქმას შორის ნათელს ხდის ის იშვიათი შემთხვევები, როდესაც გარკვეული პირობების გამო, სუბიექტი ერთ მომენტში გამლიზიანებულით გამოწვეულ შეგრძნებას განიცდის, რომელიც მალე საგნის სათანადო თვისებათა აღქმად გადაიქცევა.

ერთი ასეთი შემთხვევა ჩვენ გვქონდა განცდილი. გაღვიძების მომენტში „სიმწვანის“ უცნაური განცდა აღმოცენდა. ეს მწვანე ფერი არ იყო ლოკალიზებული, თითქოს თვალები აივსო „სიმწვანით“. მაგრამ მის მიმართ ყურადღების გამახვილებისას ეს სიმწვანე უმალ დაიძრა და გადაინაცვლა ხის მიმართულებით, რომელიც ეზოში იყო და ამ ხის მწვანე ფერად გადაიქცა. უდავოა, რომ პირველ მომენტში თვალის გახელვისას ხის მწვანე ფერით მხედველობის რეცეპტორთა გაღიზიანების შედეგად ჭერ პასიურ მდგომარეობაში მყოფ ცნობიერებაში აღმოცენდა მწვანე ფერის შეგრძნება, ანუ საგნობრიობას მოკლებული „სიმწვანის“ განცდა, რომელიც უმალ მწვანე ფერის აღქმად (ხის მწვანე ფერად) გადაიქცა.

საგნის თვალსაჩინო ხატთან ერთად აღქმაში მოცემულია მისი საგნობრივი მნიშვნელობაც, ანუ იმის ცოდნა, თუ რა არის ეს, რა საგანს აღვიქვამთ ჩვენ. ეს საგანი, როგორც საგანთა გარკვეული კატეგორიის წარმომადგენელი განიცდება. აღქმის ამ თვისებას „კატეგორიალობას“ უწოდებენ, ხოლო, რადგანაც აღქმული საგნის გარკვეული კატეგორიის საგნად გულისხმობა მის ერთგვარ გააზრებას წარმოადგენს, ამდენად ამ თვისებას აღქმის „აზრიანობასაც“ უწოდებან.

ის გარემოება, რომ აღქმა კონკრეტული საგნის ასახვას იძლევა, არ ეწინააღმდეგება მის კატეგორიალობას. კონკრეტული საგანი განიცდება საგანთა ჯგუფის, კატეგორიის წარმომადგენლად, და ეს დასკვნის ან მსჯელობის სახით კი არ ხდება, არამედ იმთავითვე ამ საგნის აღქმის პროცესში ხორციელდება. როდესაც ჩვენ შევხედავთ სკამს – ის ჩვენთვის იმთავითვე „საზოგადოდ სკამია“, ე.ი. „სკამების“ კატეგორიის წარმომადგენელი და არა მხოლოდ ესა და ეს ინდივიდუალური საგანი. ცხადია, აღქმის ეს თვისება, ანუ კერძოში ზოგადის გულისხმობა, აღქმაში აზროვნების მონაწილეობის შედეგია. მაგრამ აზროვნების ასეთი მონაწილეობა აღქმის, როგორც რეალური პროცესის, აუციელებელი თვისებაა. საქმე ისაა, რომ ფსიქიკურ ფუნქციათა სრული დაშორება ერთმანეთისაგან საერთოდ შეუძლებელია. კერძოდ, აღქმის პროცესის ერთიანობიდან ვერ ამოირიცხება ვერც აზროვნებისა და ვერც მეხსიერების გარკვეული მონაწილეობა: აღქმაში ასახულს ჩვენ ვცნობთ როგორც საგანთა გარკვეული კატეგორიის წარმომადგენელს.

აღქმის კატეგორიალობის ჩამოყალიბებაში გადამწყვეტ როლს ასრულებს ადამიანის გამოცდილება – მისი პრაქტიკული დამოკიდებულება საგნებთან და სათანადო სიტყვის

(საგნის სახელის) ხმარება. ჩვეულებრივ ერთ კატეგორიად ჩამოყალიბდება ის საგნები, რომელთაც ერთი საერთო სახელი ეწოდება. ამ მხრივ საინტერესო დაკვირვება არსებობს ბავშვის მიერ ფერების აღქმის დაუფლებაზე. ერთი ფერის (მაგ. წითლის) ელფერებს ბავშვი სხვადასხვა ფერებად განიცდის, არ აერთიანებს ერთ ჯგუფში, სანამ არ ისწავლის იმ ფერის სახელს, რომელიც აერთიანებს ამ ელფერებს ერთ კატეგორიად (მაგ. წითელ ფერად). მხოლოდ ამის მერე ამ ფერის ყველა ელფერი (მუქი, ბაცი, მეტნაკლებად მაძლარი და ა.შ.) ფერთა სათანადო კატეგორიის (წითლის) წარმომადგენლებად განიცდება.

ამგვარად, ჩვენ ვხედავთ, რომ აღქმა მხოლოდ სენსორული ბუნების პროცესი როდია, იგი შემეცნებითი ბუნების პროცესია – საგნის შემეცნების თვალსაჩინო ფორმაა და არა გაძლიზიანებლის შეგრძნება.

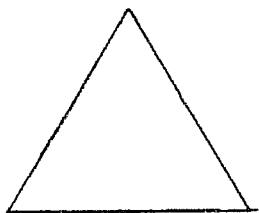
აღქმის სტრუქტურული მთლიანობა

მთლიანობის ცნება. ძველ ფსიქოლოგიაში იგულისხმებოდა, რომ აღქმა შეგრძნებათა უბრალო კრებადობას – მათ ჯამს ანუ მათ „კონას“ წარმოადგენს და, მაშასადამე, მათ შორის სხვაობა ესმოდა როგორც რაოდენობრივი განსხვავება. მაგალითად, გაშლის აღქმა მისი ცალკეული თვისების (ფორმის, ფერის, გემოს და ა.შ.) შეგრძნებათა მექანიკურ შეკრებას წარმოადგენს. თანამედროვე ფსიქოლოგიაში დადგენილად ითვლება, რომ აღქმა ცალკე შეგრძნებების ჯამი კი არ არის, არამედ გარკვეული სტრუქტურის მქონე მთლიანობაა და ეს მისი თვისება – სტრუქტურული მთლიანობა – აღქმის ერთ-ერთ არსებით ნიშანს შეადგენს.

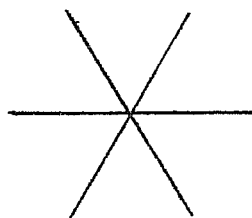
მაგრამ რით განსხვავდება მთლიანობა ჯამისაგან, რა ნიშნებით ხასიათდება მთლიანობა? მთლიანის მთავარ თვის-

ბურებას წარმოადგენს სპეციფიკური დამოკიდებულება მთელსა და ნაწილს შორის: მთლიანს, მის ნაწილებთან შედარებით, ახალი თვისებები გააჩნია, თვისებები, რომლებიც არც ნაწილებს აქვს და არც მათ ჯამს. არა მხოლოდ მთელია დამოკიდებული მის ნაწილებზე, არამედ პირიქითაც. გარკვეულ ფარგლებში, მთელი განსაზღვრავს მისი ნაწილების თვისებურებებს: ერთი და იგივე ელემენტი, სხვადასხვა მთლიანობაში შესული განსხვავებულია ამ მთელის თვისებურების მიხედვით. მაგალითად, წყალი (H_2O) მის ელემენტებთან შედარებით ახალი თვისებების მატარებელია – იგი სითხეა და არა აირი და არც წვას უწყობს ხელს, როგორც ჟანგბადი, და არც იწვის, როგორც წყალბადი. წყალბადიც და ჟანგბადიც ამ მთლიანობაში, ე.ი. როგორც წყლის ელემენტები, ამ დამოუკიდებელ თვისებებს კარგავენ. სულ სხვა კანონზომიერება ახასიათებს ჯამს: ჯამის „ელემენტები“, ე.ი. ერთეულები არ იცვლებიან იმის მიხედვით, რომელ მთელში შედიან ისინი.

აღქმას მთლიანობის ყველა ნიშანი ახასიათებს. აღქმას, როგორც მთელს, მის ნაწილებთან შედარებით, ახალი თვისება გააჩნია. მაგალითად, როცა ვუყურებთ სამი სწორი ხაზიდან შედგენილ ფიგურას, ჩვენ აღვიქვამთ არა სამ ხაზს, არამედ მთლიან ფიგურას, რომელსაც გარკვეული ფორმა აქვს: ერთ შემთხვევაში (ნახ.1) სამკუთხედს, მეორე შემთხვევაში (ნახ.2) ვარსკვლავისებურ ფიგურას და ა.შ. ელემენ-



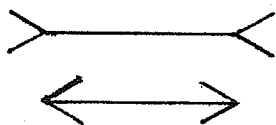
ნახ. 1



ნახ. 2

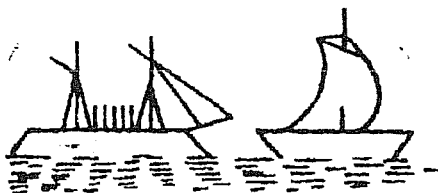
ტებს (ხაზებს) არაფერი გააჩნიათ სამკუთხედობისა. ფიგურის თვისება მთლიანის თვისებაა, რომელიც ელემენტებს არა აქვთ.

აღქმის მთელი გავლენას ახდენს თავის ნაწილებზე. ერთი და იგივე ელემენტი სხვადასხვა მთელში შესული, განსხვავებულიად აღიქმება. მაგალითად, რომ ავიღოთ ორი ტოლი ხაზი და თითოეულს სხვადასხვა მიმართულებით მივუხაზოთ ისრები (ნახ.3), ეს ხაზები აღარ აღიქმებიან ტოლად: თითოეული ხაზი აღიქმება როგორც განსხვავებული მთლიანის წევრი – პირველი პატარა, „შეკუმშული“ მთელის ნაწილია და ამის შესატყვისად პატარად მოჩანს, მეორე კი დიდი – „გაწეული“ მთელის ნაწილია და ამიტომ დიდად გამოიყურება.



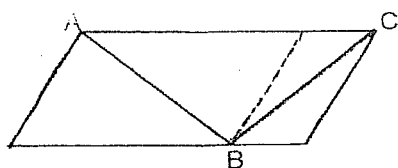
ნახ. 3

ეს ილუზია კიდევ უფრო ძლიერია, როცა ეს ტოლი ხაზები სათანადო სიდიდის სურათის ელემენტებს წარმოადგენენ (ნახ.4).



ნახ. 4

ამავე კანონზომიერების კიდევ უფრო დემონსტრაციულ მაგალითს იძლევა ნახ.5. აქ სწორი ხაზი AB ობიექტურად BC -ს ტოლია, მაგრამ პირველი აღიქმება ბევრად უფრო გრძლად, ვინაიდან უფრო დიდი მთელის (მარცხენა ფიგურის) ნაწილს (დიაგონალს) წარმოადგენს, მეორე კი – უფრო პატარა მთელის ნაწილს.



ნახ. 5



ნახ. 7



ნახ. 6

ნახ.6 იგივე ვითარებას გამოსახავს. მარჯვენა რიგში განლაგებული ტეხილი ხაზების შუა მონაკვეთები ობიექტურად ზუსტად იმავე პარალელურ ხაზებს წარმოადგენენ, რაც მარცხენა რიგშია მოცემული, მაგრამ არ ჩანან პარალელურად. ეს იმიტომ, რომ მას შემდეგ, რაც პარალელურ ხაზებს მიეხაზათ სხვადასხვა მიმართულებით წარმართული ბოლოები, თითოეული ხაზი აღქმის მთლიანობის გამო მთლიან ტეხილ ხაზად გადაიქცა, ხოლო რადგანაც მთლიანი (ტეხილი) ხაზები სხვადასხვა მიმართულებითაა განლაგებული, მათი შუა მონაკვეთებიც სხვადასხვა მიმართულებით განლაგებულად აღიქმება, სანამ არ დაფარვთ მათ ბოლოებს.

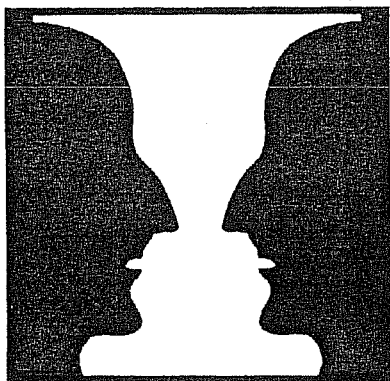
დაუმთავრებლობის განცდა. აღქმის მთლიანობის მნიშვნელოვან არგუმენტს წარმოადგენს დაუმთავრებლობის სპეცი-

ფიკური განცდა, რომელიც გვიჩნდება, როდესაც აღვიქვამთ დაუმთავრებელ ფიგურას, როგორც ეს მე-7 ნახაზზე გამოსახული, წვეროს არ მქონე სანკუთხედის შემთხვევაშია. ძალიან გამოკვეთილია ეს განცდა მელოდიის შეწყვეტის შემთხვევებში. მაგრამ დაუმთავრებელი ხომ მხოლოდ ის შეიძლება იყოს, რაც მთლიანია, რასაც სტრუქტურა აქვს.

აღქმის სტრუქტურის ტრანსპოზიცია. აღქმის მთლიანობით, სტრუქტურული ბუნების თვალსაჩინო გამოვლინებას წარმოადგენს აღქმის ერთი და იმავე სტრუქტურის უცვლელად გადატანა სხვადასხვა სენსორულ მასალაზე. ამ მოვლენას აღქმის ტრანსპოზიციას უწოდებენ. მაგალითად, ჩვენ უცვლელად აღვიქვამთ ერთსა და იმავე ფორმას, მიუხედავად იმისა, თუ რა ფერით არის ეს ფორმა გამოსახული. ასევე უცვლელად აღიქმება ერთი და იგივე მელოდია, მიუხედავად იმისა, მაღალი ტონებით სრულდება იგი თუ დაბალით, ცხადია თუ ტონებს შორის შეფარდება იგივე დარჩა.

ადამიანის აღქმა განაწევრებულ მთლიანობას წარმოადგენს. ეს ნიშნავს, რომ აღქმის მთლიანობას თავისი სტრუქტურა, თავისი აღნაგობა გააჩნია, რომ მთელთან ერთად ჩვენ მთელის ნაწილებსაც ვარჩევთ (მაგ. სამკუთხედის ფორმის აღნაგობაში კუთხეებსაც და გვერდებსაც ვხედავთ). გარდა ამისა, აღმისთვის დამახასიათებელია, რომ მისი საგანი გარემოდანაც გამოყოფილად განიცდება, ე.ი. რომ აღქმაში ყოველთვის არის მოცემული ფიგურაც და ფონიც, რომელზედაც გვეძლევა ეს ფიგურა.

მე-8 ნახაზში, ისევე როგორც ამ წიგნის ყდაზე, ჩვენ ვხედავთ ადამიანის სახის პროფილებს, თეთრი სივრცე მათ შორის ფონად აღიქმება. მაგრამ საკმარისია დავინახოთ შუაში თეთრი ვაზა, რომ ორივე პროფილი „ჩავარდეს“ - უკანა პლანზე გადაიწიოს, ფონად გადაიქცეს. რამდენიც არ უნდა ვეცადოთ ერთდროულად ორივე დავინახოთ ფიგურად - ვა-



ნახ. 8

ზაც და პროფილებიც, ეს არ გამოვა – დაიწყება ფარფალი: ხან ვაზა „ჩავარდება“ – ფონად გადაიქცევა, ხან პროფილები. ეს იმიტომ ხდება, რომ აღქმა აუცილებლად შეიცავს ფიგურასა და ფონს. ფიგურის მოცემულობა ფონსაც გულისხმობს. ამრიგად, აღქმა შიგნით განაწევრებული და გარედან გამოყოფილ მთლიანობას წარმოადგენს. ასეთ მთლიანობას თანამედროვე ფსიქოლოგიაში „გეშტალტს“ უწოდებენ⁸.

აღქმის კონსტანტობა

საგანთა აღქმის ობიექტური პირობები მუდამ იცვლება: განათების ხარისხი, ფერი, მანძილი, რომლიდანაც აღვიქვამთ საგანს, მხედველობის კუთხე და ა.შ. ამ ფიზიკური ცვლილებების მიხედვით მნიშვნელოვნად იცვლება შეგრძნების უშუალო ფიზიოლოგიური საფუძველი და ამიტომ შეგრძნებაც უნდა იცვლებოდეს. მაგალითად, სუსტი განათების პირობებში თეთრი საგანი ნაკლებ სინათლეს არეკლავს, ვიდრე მზით განათებული შავი საგანი, ამიტომ ამ შემთხვევაში პირველი საგანი უფრო მუქი რუხი ფერის შეგრძნებას იწვევს. მაგალითად, რაც ფორმას ნიშნავს.

ძნებას უნდა იწვევდეს, ვიდრე მეორე.

საგნის გამოსახულების სიდიდე თვალის ბადურაზე, ოპტიკის კანონის მიხედვით, თვალიდან საგნის დაშორების უკუპროპორციულია. მაშასადამე, საგანი მით უფრო პატარა უნდა გამოიყურებოდეს, რაც უფრო შორს არის ის ჩვენგან. საგნის გამოხატულების სურათი თვალის ბადურაზე არსებითად იცვლება იმის მიხედვითაც, თუ რომელი მხრიდან, რა კუთხით ვუყურებთ მას და ა. შ.

მიუხედავად ყველა ამ არსებითი ცვლილებისა, საგნის აღქმა, გარკვეულ ფარგლებში კონსტანტური, ე.ი. უცვლელი რჩება. ცარცი განათებისას, ან ჩრდილში თეთრად ჩანს სინათლის არეკვლის ცვალებადობის მიუხედავად; ნახშირი მზის შუქზე შავად აღიქმება, მიუხედავად იმისა, რომ გაცილებით ნაკლებ სინათლეს არეკლავს, ვიდრე ცარცი ბინდისას. უკანასკნელი მერხი აუდიტორიაში იმავე სიდიდისა აღიქმება, როგორც პირველი, თუმცა რამდენჯერმე უფრო პატარა იხატება თვალის ბადურაზე. სკამი მაინც სკამად, ე.ი. უცვლელი ფორმისად აღიქმება, თუმცა ჩვენ მას სხვადასხვა მხრიდან ვუყურებთ და, მაშასადამე, ბადურაზე მისი არსებითად ცვალებადი სურათი იხატება და ა. შ.

აღქმის ამ მნიშვნელოვან თვისებას აღქმის კონსტანტობა ეწოდება. განსაკუთრებით კარგადაა შესწავლილი ფერის, სიდიდის და ფორმის აღქმის კონსტანტობა, რისი მაგალითებიც ზემოთ იქნა მოყვანილი. მართალია, აღქმის კონსტანტობა არ არის აბსოლუტური: დიდ მანძილზე საგნის სიდიდე მაინც შეცვლილად აღიქმება (თუმცა ნაკლებ შეცვლილად ვიდრე იცვლება მისი გამოსახულება ბადურაზე), დაჩრდილული საგანი (მაგ. თეთრი ჭერის ნაწილი) ნაკლებ თეთრად გამოიყურება ვიდრე განათებული, თუმცა ჩვენ ვიცით, რომ მისი ფერი ერთია და ა. შ. მაგრამ მიუხედავად ამისა, აღქმის კონსტანტობას დიდი მნიშვნელობა აქვს საგანთა სწორი აღ-

ქმისთვის, მათი ცნობისთვის მუდამ ცვალებად პირობებში. სიდიდის, ფერის და ფორმის აღქმა რომ არ ყოფილიყო კონსტანტური, ადამიანი და ცხოველი ხშირად ვერ დაამყარებდა საგნებთან პრაქტიკულ ურთიერთობას, ვერ იცნობდა საგნებს, გინაიდან საგნების ჩვენგან დაშორების მანძილი, მათი განათების ხარისხი და რაკურსი ყოველდღიურ ცხოვრებაში მუდამ იცვლება.

ხაზგასმით უნდა აღინიშნოს, რომ აღქმის კონსტანტობა დიდად არის დამოკიდებული სუბიექტის გამოცდილებაზე (ბავშვს 6 თვის ასაკიდან თანდათან უვითარდება აღქმის კონსტანტობა), მაგრამ იგი არ არის საგანთა ინტელექტუალური შეფასების შედეგი. კონსტანტობა უშუალო ხასიათს ატარებს, რაც, თუნდაც, იქიდან ჩანს, რომ იგი დასტურდება ცხოველებთან, მათ შორის დაბალ საფეხზე მდგომ ცხოველებთანაც. საზოგადოდ აღქმის ეს თვისება ცოცხალ არსებათა გარემო პირობებთან შეგუების შედეგს წარმოადგენს.

აღქმის ჰიქოვნებისუდი ხასიათი

აღქმა არა მხოლოდ საგნის ხატია, არამედ კონკრეტული ადამიანის მოქმედებაცაა. ადამიანი მოიმართება, მობილიზდება, როგორც ამბობენ, განეწყობა სათანადო საგნის აღსაქმელად და ეს მისი განწყობა გარკვეულ გავლენას ახდენს აღქმის პროცესზე და შედეგზე. ჩვენ არა მხოლოდ ვხედავთ, არამედ ვუყურებთ, არა მხოლოდ გვესმის, არამედ ვისმენთ. აღქმა ადამიანის შემეცნებითი აქტივობის გამოვლინებაა. ამიტომ, როგორც ყველა სხვა მოქმედებაში, აღმაშიც მისი გამოცდილება, მისი მისწრაფებები და ინტერესები ვლინდება და გარკვეულ დაღს ასვამს აღქმას. აღქმა არ არის საგნის ფოტოგრაფიული, უცვლელი ასახვა. გარკვეულ ფარგლებ-

ში იგი პიროვნებისეულ ხასიათს ატარებს.

ერთსა და იმავე მოვლენას ადამიანი, გარკვეულ ფარგლებში, განსხვავებულად აღიქვამს იმის მიხედვით, თუ როგორია მისი გამოცდილება ამ მოვლენის მიმართ, რა იცის მის შესახებ, რა აიტერესებს მასში, როგორ არის ამ მომენტში გაწყობილი და სხვა. ამის მიხედვით იცვლება თვალსაზრისი, რომლითაც აღიქმება მოვლენა, იცვლება პიროვნების პოზიცია მის მიმართ. ამის გამო მოვლენის სხვადასხვა მხარეები წამოიწევს წინ, სხვადასხვა მომენტები პირიქით, იჩრდილება, ზოგიც სხვაგვარად გამოიყურება და ა.შ. მაგალითად, არქეოლოგი და ოქრომჭედელი სხვადასხვაგვარად აღიქვამს გათხრებში აღმოჩენილ ოქროს ნივთს, პირველს ამ საგნის სხვა ნიშნები ეცემა თვალში, მეორეს კი – სხვა. ან მოაგარაკე გარკვეულ ფარგლებში სხვანაირად აღიქვამს „მშვენიერ“ და „დიად“ ავდარს, ვიდრე ადგილობრივი მეურნე, რომლის ცნობიერებაში ეს ავდარი, პირველ რიგში, ჭირნახულისთვის მისი მნიშვნელობის კუთხით აღიბეჭდება და არა ესთეტიკური თვალსაზრისით. სულ სხვანაირად აღიქვამს ამ მოვლენას (ავდარს) კულტურის დაბალ დონეზე მდგომი ადამიანი, რომელიც ჭეჭა-ჭუხილში, ელვასა და სეტყვაში ზებუნებრივი ძალების გამოვლინებას ხედავს და ა.შ.

როდესაც ადამიანი წინასწარ მტკიცედ არის განწყობილი გარკვეული მოვლენის ან საგნის მიმართ, მაგალითად, მტკიცედ მოეღის რაიმეს, ასეთი განწყობის ზეგავლენით მან შეიძლება დამახინჯებულად, არასწორად, „ილუზიურად“ აღიქვას მოცემული მოვლენა, თუ კი ის არ დაემთხვა მოსალოდნელს. შემცდარი აღქმების ანუ აღქმის ილუზიების (იხ. ქვემოთ) დიდი ნაწილი ასეთი წინასწარ შემუშავებული განწყობის შედეგს წარმოადგენს. თუ შეშინებულ ინდივიდს ბინდისას იმ ტყეში მოუხდა გავლა, სადაც მგელი ბინადრობს, მან შეიძლება რაიმე ჭირკვი ან ბუჩქი, პირველ მომენტში მაინც,

მგლად აღიქვას. ლიტერატურაში აღწერილია შემთხვევა, როცა გარეულ ღორზე ჩასაფრებულმა მონადირემ ტყიდან გამოსული ბავშვი ტახად აღიქვა და ესროლა მას.

საგულისხმოა, რომ ხშირად ერთი და იგივე ადამიანი ერთ-სა და იმავე საგანს განსხვავებულად აღიქვამს იმის მხედვით, თუ როგორ არის იგი განწყობილი. ამ კანონზომიერების საინტერესო ილუსტრაციას წარმოადგენს ე.წ. ორაზროვანი სურათები – ნახატები, რომლებიც სხვადასხვაგვარად შეიძლება იყოს აღქმული. მათ ერთი და იგივე ადამიანი სხვადასხვა რამის გამოსახულებად დაინახავს იმის მიხედვით, თუ რა განწყობით აღიქვამს ამ სურათს. ქვემოთ მოცემულ სურათზე (ნახ.9) ჩვეულებრივ ხედავენ ახალგაზრდა ქალს, რომელსაც მარჯვნივ აქვს მიბრუნებული სახე, ისე რომ ძლივს მოჩანს ცხვირის ბოლო და მარცხენა წამწამი. მაგრამ საკმარისია იმავე სურათს შევხედოთ სხვა განწყობით (სათანადო ინსტრუქციის მიცემის შემდეგ), რომ დავინახოთ ღრმად მოხუცი ქალის პროფილი, რომლის ტუჩებად გადაიქცევა პირველად დანახული ქალის სამკაული, ნიკაბად – მისი დეკოლტე, თვალად – მისი ყური და უშველებელ მოკაკულ ცხვირად ახალგაზრდა ქალის ლოყისა და ნიკაპის კონტური.



ნახ. 9

როგორც ზემოთ დავწმუნდით, აღქმა ყოველთვის როდი იძლევა საგნის ობიექტურად სწორ, უტყუარ ასახვას. გარკვეულ პირობებში, ადგილი აქვს საგნის არასწორ, დამახინჯებულ აღქმას ანუ ილუზიას. ილუზია ეწოდება მცდარ აღქმას, რომელიც არ შეესატყვისება ინტელექტუალურ კრიტიერიუმზე დაფუძნებულ ცოდნას აღქმული მოვლენის შესახებ. მაგალითად, თეთრი ფერის საგანი, ჩვეულებრივ, უფრო დიდად გვეჩვენება, ვიდრე ამავე სიდიდის მუქი საგანი. საგნის სიდიდის გაზომვით, ე.ი. ინტელექტუალური კრიტიერიუმის გამოყენებით, ჩვენ შეგვიძლია ამ აღქმის მცდარობა გამოვავლინოთ. ან მზე ზღვაში ჩასულად გვეჩვენება; ამ აღქმის მცდარობას ადვილად ვავლენთ კაცობრიობის მიერ მოპოვებული ცოდნის საფუძველზე. ეს არის აღქმის ილუზიები: საგანი უშუალოდ აღიქმება არასწორად – არასწორია საგნის სურათი და არა ცოდნა, არა აზრი საგნის შესახებ. ილუზიის გამომწვევი მიზეზის მიხედვით ძირითადად ილუზიების სამ სახეს ასხვავებენ.

პირველ ყოვლისა აღსანიშნავია ე.წ. ფიზიკური ილუზიები. ეს ის ილუზიებია, რომელთაც იწვევს საგნის მოცემულობის ფიზიკური პირობები. წყალში ჩაშვებული ჭოხი ან ჩაის ჭიქაში ჩაშვებული კოვზი გადატეხილად აღიქმება. ამის მიზეზი ფიზიკური მოვლენაა. სინათლის სხივების განსხვავებული გარდატეხა გამჭირვალე სითხეში და მის გარეთ.

ილუზიათა მეორე სახეს ფიზიოლოგიური ილუზიები წარმოადგენს. ისინი გამოწვეულია წმინდა ფიზიოლოგიური მოვლენებით. ასეთია, მაგალითად, ოპტიკური კვალის მოვლენა და სხვა.

ილუზიათა მესამე ჯგუფს ფსიქოლოგიური ილუზიები შე-

ადგენს, რომლებიც ფსიქიკური ფაქტორებითაა გაპირობებული. აქ შედის ძლიერი აფექტის (მაგ. შიშის), ძლიერი სურვილის, მტკიცე რწმენის, დაძაბული მოლოდინის, აქტუალური განწყობის, შთამაგონებელი ზემოქმედების, არასწორი მსჯელობის თუ მცდარი ცოდნის საფუძველზე წარმოქმნილი ილუზიები.

ადამიანმა ბინდისას ტყეში ჯირკვი ან ბურქი იმიტომ აღიქვა მგლად, რომ შიშის გამო – მხეცი არ შემხვდესო, მგლის დანახვისკენ იყო განწყობილი (სწორად ამბობენ „შიშს დიდი თვალები აქვსო“). ორი არატოლი ბურთის რამდენჯერმე შედარების მერე, ტოლი ბურთები არატოლად გვეჩვენება: ჩვეულებრივ უფრო პატარად იქ სადაც მანამდე დიდი ბურთი იყო და დიდად იქ სადაც პატარა იყო (ე.წ. კონტრასტული ილუზია), თუმცა, უფრო იშვიათად, აღქმის შეცდომას საპირისპირო ხასიათი აქვს (ე.წ. ასიმილაციური ილუზია). მსგავსი ილუზიები საგანგებოდ შეისწავლა გამოჩენილმა ქართველმა ფსიქოლოგმა დიმიტრი უზნაძემ და ისინი თავისი გახმაურებული განწყობის თეორიით ახსნა.

თავი მეთორმეტე მეხსიეხება

§ 1. მეხსიერების ზოგადი ღახასიათება

მეხსიერების მოვლენა დიდი ხანია აინტერესებს კაცობრიობას. ანტიკური ხანის ავტორების გადმოცემით, პირველი ფსიქოლოგიური ცდები სწორედ ამ სფეროში ჩატარდა. პლატონის ერთ-ერთ დიალოგში ვინმე სოფისტ გიბიუსს თავი მოჰქონდა იმით, რომ შეეძლო 50 სახელის დამახსოვრება ერთჯერადი წაკითხვით. უფრო საოცარია რომელი ფილოსოფოსის სენეკას მამის მიღწევები. მას შეეძლო 2000 სიტყვისა და 200 ლექსის ზუსტი აღდგენა მოსმენისთანავე. ჩვეულებრივი ადამიანის შესაძლებლობები ამ მხრივ ბევრად მცირეა. დამახსოვრება-გახსენების უნარის განვითარების შესწავლა შუა საუკუნეებშიც მიმდინარეობდა. „მეხსიერების ხელოვნებისადმი“, ანუ ე.წ. მნემონიკისადმი (მნემე ბერძნულად მეხსიერებას ნიშნავს) ასეთი ინტერესი პრაქტიკული საჭიროებით აიხსნება: წარსულში ინფორმაციის შენახვისა და გადაცემის საშუალებათა შეზღუდულობის პირობებში, მეხსიერების ძალას განსაკუთრებული მნიშვნელობა ჰქონდა.

მეხსიერების სისტემატური ექსპერიმენტული შესწავლა XIX საუკუნის ბოლო მეოთხედში დაიწყო გამოჩენილმა ფსიქოლოგმა ჰერმან ებინჰაუზმა. მან მიაგნო მეხსიერების კვლევის მარტივ და ძალზე ეფექტურ მეთოდს. დასამახსოვრებელ მასალად იგი იყენებდა უაზრო მარცვლებს (ჩამ, პეც, გილ, ...), რომლებიც, სიტყვებისა და წინადადებებისაგან განსხვავებით, არ იყვნენ დატვირთული შინაარსით და ასოციაციებით. აქედან გამომდინარე, ისინი ყველასთვის ინდიფერენტული, ანუ ერთნაირად დამახსოვრებადი იყვნენ და

მეხსიერების გასაზომი ერთგვარი ერთეულის ფუნქციას ას-
რულებდნენ. ცდებში იზომებოდა, თუ რამდენ ერთეულს
იმახსოვრებდა და შემდეგ იგიწყებდა სუბიექტი სხვადასხვა
პირობებში – ცვალებადობდა მასალის ოდენობა, გამეორე-
ბების რიცხვი, დამახსოვრების დრო და სხვა. ებინჰაუზმა
დაადგინა მნიშვნელოვანი კანონზომიერებანი, რომლებიც
დღესაც შეადგენენ ექსპერიმენტული ფსიქოლოგიის ოქროს
ფონდს.

აღსანიშნავია, რომ ებინჰაუზი იკვლევდა მხოლოდ მეხსიე-
რების ერთ-ერთ ფორმას, ე.წ. ნებისმიერ (აქტიურ) მეხსიე-
რებას. მისი არსებითი ნიშანი ის არის, რომ დამახსოვრებისა
და გახსენების პროცესები სუბიექტის მიერ შეგნებულად და
მიზანდასახულად წარიმართება. ტრადიციული ფსიქოლო-
გია მას განასხვავებდა მეხსიერების იმ სახეობისაგან, სადაც
რაიმე შინაარსის შემონახვა და ცნობიერებაში აღდგენა სუ-
ბიექტის განზრახვის გარეშე, უნებლიედ ხდებოდა. უნებ-
ლიე (პასიური) მეხსიერების კლასიკური ფორმაა ე.წ. ასოცი-
აციური მეხსიერება. ასოციაცია წარმოდგენებს შორის ისეთ
კავშირს ნიშნავს, როცა ერთის აღმოცენება ცნობიერებაში
მეორის აღმოცენებას იწვევს. ამ დროს სუბიექტისთვის მი-
უწვდომელი რჩება როგორც ის, თუ რატომ გაგვახსენა ერთ-
მა წარმოდგენამ მეორე, ასევე ისიც, თუ საერთოდ როგორ
დაუკავშირდნენ ეს წარმოდგენები ერთმანეთს.

მეხსიერების კვლევას თანამედროვე კოგნიტურ ფსიქო-
ლოგიაში საოცარი შესაძლებლობები შეექმნა. ახალმა ტექ-
ნოლოგიებმა ურთულესი და უზუსტესი ექსპერიმენტული
ბაზა შექმნა მნიშვნელოვანი პროცესების კვლევისთვის, როგორც
ფსიქოლოგიურ, ისე ნეირონულ დონეზე. გარდა ამისა, რა-
დიკალურად შეიცვალა მეხსიერების ფუნქციის გააზრების
იდეოლოგია. კოგნიტურ ფსიქოლოგიაში დამკვიდრებული
ტრადიციის თანახმად, იგი გაგებულია კომპიუტერთან ანა-

ლოგიის საფუძველზე; მეხსიერება წარმოადგენს ინფორმაციის თანმიმდევრული გადამუშავების პროცესის გარკვეულ ეტაპს ან ფუნქციონალური რგოლს შესასვლელი და გამოსასვლელი ბლოკების მქონე სისტემაში.

თანამედროვე ფსიქოლოგიაში არსებითად ძალაში დარჩა მეხსიერების სხვადასხვა ფორმების განმასხვავებელი ნიშნები და კრიტერიუმები, თუმცა ისინი მნიშვნელოვნად დაზუსტდნენ და უფრო მრავალფეროვანი გახდნენ, ზოგჯერ კი უბრალოდ ტერმინები შეიცვალა. მაგალითად, ძველი ფსიქოლოგიის დაყოფას ნებისმიერ და უნებლიე მეხსიერებად დღეს ექსპლიციტურს და იმპლიციტურს უწოდებენ. ერთ შემთხვევაში დამახსოვრებისა და აღდგენის პროცესი ცნობიერად მიმდინარეობს, მეორეში – ცნობიერების გარეშე. უცვლელი დარჩა ის ფუნდამენტური შეხედულება, რომ სწორედ დამახსოვრების, შენახვისა და აღდგენის პროცესები წარმოადგენენ მეხსიერების, როგორც ფსიქიკური ფუნქციის (მოვლენის) უმთავრეს მახასიათებლებს. მეხსიერება შეიძლება მოკლედ განვმარტოთ, როგორც ამ პროცესების ერთობლიობა. შეიძლება ასეც გვეთქვას: მეხსიერება, როგორც დამოუკიდებელი შემეცნებითი ფსიქიკური პროცესი, სამ ფაზას მოიცავს: დამახსოვრებას, შემონახვას და აღდგენას.

იმისთვის რომ რაიმე გავიხსენოთ, ეს რაღაც ჩვენში უნდა არსებობდეს ან ჩვენთვის ცნობილი იყოს. სხვაგვარად რომ ვთქვათ, მეხსიერება იწყება შთაბეჭდილების მიღებით, ანუ ფსიქიკურ სისტემაში ინფორმაციის შემოსვლით. ამ თითქოს ცხად ვითარებას აღნიშვნა ესაჭიროება, ვინაიდან ჩვენი მეხსიერების პრობლემები ხშირად ინფორმაციის შემოსვლასთან დაკავშირებული სირთულეებითაა გამოწვეული. ეს ბუნებრივია, რადგან თვით დამახსოვრების პროცესია რთული და მრავალი ასპექტის შემცველი. ტყუილად არ ხმარობენ დამახსოვრებასთან ერთად ტერმინს „კოდირება“. დამახსოვ-

რება არსებითად კოდირებაა, ანუ მიღებული შთაბეჭდილების (ინფორმაციის) გარკვეულ ფსიქიკურ ფორმაში მოქცევა და მნემურ სისტემაში შეტანა. როცა კომპიუტრის პროცესორში ინფორმაცია შეგვყავს, მის კოდირებას ვახდენთ. დამახსოვრება ხშირად საკმაოდ რთული მნემური მოქმედების სახეს იღებს. მისი ხასიათი და ეფექტურობა ბევრ ფაქტორზეა დამოკიდებული: მაგალითად იმაზე, თუ რა ხერხებს და სტრატეგიებს ვიყენებთ დამახსოვრებისას, როგორია მასალის მოცულობა, შინაარსი, მის რა ასპექტებს ვაქცევთ ყურადღებას, საერთოდ რა დამოკიდებულება გვაქვს მის მიმართ და ბევრი სხვა, რაზეც უფრო დაწვრილებით ქვევით შევჩერდებით.

მეხსიერების პროცესის შემდეგი ფაზა შენახვაა. კომპიუტერში შეყვანილი ინფორმაცია პროცესორის მეხსიერების ბლოკში ინახება. ადამიანის მეხსიერების სისტემაში შემოსულ ინფორმაციასაც შენახვა ესაჭიროება. იმისთვის რომ შესაძლებელი იყოს მისი აღდგენა მაშინ, როცა ეს საჭირო იქნება, კოდირებული ინფორმაცია უნდა დაფიქსირდეს გარკვეულ ფსიქიკურ და ნეირონულ სრუქტურებში. მაგრამ შემონახვა არ არის უბრალოდ „მეხსიერების საცავებში“ ინფორმაციის არქივაცია ან დაკონსერვება. შემონახვა ალბეჭდილი ფსიქიკური მასალის აქტიური გადამუშავების პროცესია. იგი მოიცავს ხატების, სიგნალებისა და შინაარსების გაშიფრვას, დახარისხებას, სხვა მასალასთან მიმართებაში მოყვანას, ორგანიზაციას, აქცენტების განაწილებას, გამეორებას და ა.შ.

მეხსიერების პროცესის დამასრულებელი ეტაპი აღდგენაა. სამეტყველო ენაში ტერმინი მეხსიერება ინფორმაციის მისაწვდომობასთან არის ასოცირებული, ე.ი. ადრე შეძენილი ცოდნა-ჩვევების აღდგენის უნარს ნიშნავს. მაგრამ მეხსიერების დაყვანა აღდგენაზე მართებული არ არის. ფროიდმა

ნათლად აჩვენა, რომ ფსიქიკაში ბევრი რამ ინახება ისეთი, რისი აღდგენაც ვერ ხერხდება, მაგრამ ის მაინც მოქმედებს ქცევაზე. ისიც შესაძლებელია, რომ ამნეზიით დაავადებულმა ბევრი რამ იცოდეს, მაგრამ ვერ გაიხსენოს, სად და როგორ გაიგო ეს. ერთი სიტყვით, არც აღდგენა და არც დამახსოვრება იგივე არ არის, რაც ცოდნა (ინფორმირებულობა). მეხსიერების დახასიათებისას ხშირად მიმართავენ სხვადასხვაგვარ შედარებას და მეტაფორას. ერთ-ერთი მათგანია ანალოგია ხის წლიურ რგოლებთან, მუსიკალურ პარტიტურასთან ან კატალოგთან, რომლებსაც თავისი მეხსიერება აქვთ იმ აზრით, რომ „რალაც იციან“. მაგრამ მათ არაფერი ახსოვთ. ამიტომ უნდა მკაფიოდ გავარჩიოთ შენახვა და აღდგენა. ხეები და კატალოგები ინახავენ გარკვეულ შთაბეჭდილებებს. ადამიანები არა მხოლოდ ინახავენ შთაბეჭდილებებს, არამედ აღადგენენ მათ. აღდგენის უნარი გარკვეული საცავის არსებობას გულისხმობს: რაც არ გისწავლია, ვერ გაიხსენებ, მაგრამ ყველაფერს, რაც შენახულია, ვერ აღადგენ.

აღდგენის წარმატებულობა, პრინციპში, ორ მთავარ გარემოებაზეა დამოკიდებული: იმაზე, თუ რამდენად ღრმა და ხარისხიანია შენახული ინფორმაციის გადამუშავება და იმაზე, თუ რამდენად ეფექტურად მიმდინარეობს თვით აღდგენა, ანუ საჭირო ინფორმაციის მოძიებისა და მეხსიერებიდან მისი ამოტანის პროცესი. სუბიექტი შეიძლება სპეციალურად, მიზანდასახულად იხსენებდეს რაიმეს. ასეთ დროს საქმე გვაქვს მოგონებასთან, როგორც აღდგენის ერთ-ერთ სახეობასთან. თუ თქვენ შეეცდებით გაარკვიოთ, თუ როგორ დაიმახსოვრეთ აქამდე წაკითხული მასალა და დაიწყებთ მის აქტიურ გახსენებას, ეს მოგონება იქნება. მაგრამ აღდგენა შეიძლება სუბიექტის სპეციალური განზრახვის გარეშეც მოხდეს. ყველას განუცდია, როცა ცნობიერებაში თავის-

თავად ამოტივტივდება რაიმე სიტყვა, ფრაზა, მელოდია თუ სხვა. წარმოდგენის ან აზრის სპონტანურსა და აკვიატებულ ამოსვლას ცნობიერებაში პერსევერაცია ეწოდება.

აუცილებელი არ არის, რომ შენახულის აღდგენა საკუთრივ წარმოდგენის ან აზრის ფორმაში ხდებოდეს. ჩვენ შეგვიძლია აღვადგინოთ მოტორული მოქმედებები (ჩვევები) და გარკვეული ემოციურ-მოტივაციური შინაარსები. გარდა ამისა, აღდგენა ცნობის სახითაც ხორციელდება. ამ დროს სუბიექტი არ ან ვერ აღადგენს ცნობიერებაში წარსულში განცდილს, მაგრამ მას შეუძლია გააიგივოს ამჟამად აღქმული საგანი წარსულში აღქმულთან, ე.ი. იცნოს იგი. აღსანიშნავია, რომ ცნობას რამდენიმე საფეხური აქვს, დაწყებული აწმყო მოცემულობის წარსულთან სრული იდენტიფიკაციით (მე ვიცანი და ვიცი, ვინ არის ეს პიროვნება), და დამთავრებული ბუნდოვანი ნაცნობობის გრძნობით (დარწმუნებული არა ვარ, მაგრამ ეს კაცი ნაცნობად მეჩვენება).

ძნელი დასანახი არ არის, რომ ამ პროცესებს შორის მჭიდრო და საკმაოდ რთული კავშირი არსებობს ისევე, როგორც მათსა და დავიწყებას შორის. დავიწყება მეხსიერების შებრუნებული მხარეა. დავიწყების ხასიათსა და სიღრმეზე გადამწყვეტ გავლენას ახდენს დამახსოვრების, შენახვისა და გახსენების თავისებურებები.

§ 2. მეხსიერების ფორმები

კლასიკური ფსიქოლოგიიდან დღემდე მეხსიერების სახეებისა თუ ფორმების კლასიფიკაციის არა ერთი პრინციპი იყო შემოთავაზებული. ეს გასაკვირი არც უნდა იყოს, თუ გავითვალისწინებთ რა სიმრავლისა და სიღრმის პროცესები და ფაქტორებია ჩართული მეხსიერების ფუნქციაში.

თანამედროვე კოგნიტური ფსიქოლოგია ცდილობს მხედველობაში მიიღოს ძირითადი პროცესების – დამახსოვრების, შენახვისა და აღდგენა-დავიწყების თავისებურებები. მათი გათვალისწინების საფუძველზე გამოიყოფა მეხსიერების სამი ძირითადი ფორმა. ისინი განიხილება მნიშვნელოვან სისტემაში ინფორმაციის თანმიმდევრული გადამუშავების ეტაპებად (ბლოკებად). განსაკუთრებული ყურადღება ექცევა იმას, თუ რა დროით, რა მოცულობით, რა ფორმაშია მოცემული ინფორმაცია, რას ეხება იგი და რა როლს ასრულებს მეხსიერების ყოველი ბლოკი მთელი სისტემის ფუნქციონირებაში.

სენსორული მეხსიერება

ფსიქიკაში ინფორმაციის შემოსვლა შეგარძნების ორგანოებით, ანუ სენსორული გზით ხდება. უკვე აქ, ანუ სენსორული რეგისტრის დონეზე, ადგილი აქვს მის აღბეჭდვას და შემონახვას, ოღონდ ძალზე მცირე დროით. ეს დრო კონკრეტული შეგარძნების ორგანოს მიხედვით (ე.ი. სხვადასხვა მოდალობაში) იცვლება, და წამის მეათედებში იზომება. სენსორულ მეხსიერებაში სტიმული უშუალოდ აღიბეჭდება იმ ფორმაში, რომელშიც შემოვიდა სენსორულ რეგისტრში; მაგალითად, მხედველობით მოდალობაში იგი მხედველობითი ხატის ფორმაში წარმოგვიდგება (ამიტომ სენსორული მეხსიერების ამ სახეს იკონიკურს, ანუ ხატისებრს უწოდებენ), სმენით მოდალობაში – ბგერების ფორმაში (შესაბამისად, მას ექოიტურს, ანუ ბგერითს უწოდებენ) და ა.შ. სენსორულ მეხსიერებაში უმცირესი დროით აღიბეჭდება მომქმედი სიგნალის სრული სურათი, მისი ფსიქიკური ასლი. როგორც მკვლევარები ფიქრობენ, სამყაროს შესახებ ინფორმაციის ამგვარი შემონახვის დანიშნულება ისაა, რომ შექმნას მისი შემდგომი გადამუშავების შესაძლებლობა. თვით სენსორუ-

ლი მეხსიერება არ ახდენს მასში მოცემული შინაარსის გადამუშავებას, იმის გარჩევას, რა არის საჭირო და რა არა. თუ სენსორულ მეხსიერებაში აღბეჭდილი ინფორმაციის რაღაც ნაწილი მთელი კოგნიტური სისტემის ყურადღების ობიექტი გახდება, ის შედარებით ხანგრძლივი დროით იქნება შენარჩუნებული. ინფორმაციის ეს ნაწილი გადაინაცვლებს ხანმოკლე მეხსიერების ბლოკში, ხოლო რაც საჭირო არ არის, წაიშლება და ადგილს დაუთმობს გარედან მოსულ ახალ სიგნალებს. ჩვენზე ხომ განუწყვეტლივ მოქმედებენ ახალი გამღიზიანებლები, რომლებიც ასევე ცოტა ხნით უნდა დარჩნენ სენსორულ რეგისტრში, რომ საჭიროების შემთხვევაში მათი შემდგომი გადამუშავებაც მოხდეს. ამიტომ არის სენსორული მეხსიერება ასე ხანმოკლე; ახალი სენსორული შთაბეჭდილების ძველზე დადება, მხედველობითი თუ ნებისმიერი სხვა ინფორმაციის მოზღვავენ და აღრევას გამოიწვევდა. ამრიგად, მეხსიერების ამ ფორმის ნიშნებია: სტიმულისა და მისი გამოსახულების სრული შესატყვისობა, ჭარბი ინფორმაციის არსებობა და არასელექტიურობა.

ხანმოკლე მეხსიერება

ინფორმაციის მნემური გადამუშავების შემდგომ ეტაპს ხანმოკლე მეხსიერება წარმოადგენს. მასში სენსორული მეხსიერებიდან ის შინაარსი გადადის, რომელზეც ყურადღების კონცენტრაცია მოხდა. ხანმოკლე და ხანგრძლივ მეხსიერებას კლასიკურ ფსიქოლოგიაც განსხვავებდა, მაგრამ დღეს მოხდა ხანმოკლე მეხსიერების მახასიათებლების მნიშვნელოვანი დაზუსტება მოცულობის, შენახვის დროისა და ფორმის თვალსაზრისით.

ხანმოკლე მეხსიერებაში შთაბეჭდილების შემონახვის დრო განისაზღვრება 20-30 წამით, თუ არ ხდება მისი გამეო-

რება. შეზღუდულია მისი მოცულობაც. ჩვეულებრივ, ის განისაზღვრება ექსპერიმენტულად იმ ელემენტების რაოდენობით, რომელთა აღდგენა უშეცდომოთ შეუძლია ცდის-პირს ერთჯერადი მიწოდებისას. აღმოჩნდა, რომ მოზრდილ ადამიანს შეუძლია აღადგინოს 5-დან 9 ერთეულამდე ანუ ხანმოკლე მეხსიერების მოცულობა 7 ± 2 ტოლია (ამ მონაცემს უწოდეს მაგიური ციფრი – შვიდი). ერთეულები შეიძლება იყოს ციფრები და სიმბოლოები, ასოები და სიტყვები. ამ სიტყვებში, ცხადია, უფრო მეტი ასო აღმოჩნდება, ვიდრე უბრალოდ ასოების მიწოდებისას, მაგრამ დამახსოვრებული სიტყვების, ანუ ცალკეული ერთეულების საერთო რაოდენობა მაინც 7 იქნება. იგივე ითქმის ციფრებზე. თუ ჩვენ მოვახერხებთ მათ აზრიან დაჯგუფებას უფრო დიდ ერთეულებში, მეხსიერების მოცულობა „გაფართოვდება“ ე.ი. იგივე რაოდენობის ერთეულებში მეტი მასალა მოთავსდება. მაგალითად, თერთმეტი ერთეულის შემცველი ციფრების რიგი 2 0 0 7 1 5 2 1 9 3 8, რომელიც ხანმოკლე მეხსიერების მოცულობაში ვერ თავსდება, ჩვენ შეგვიძლია დავყოთ სამ რიცხვად, რომელთაგან ერთი თქვენი შვილიშვილის დაბადების წელია – 2007, მეორე – თქვენი მანქანის ნომერი – 152, მესამე კი მეორე მსოფლიო ომის დაწყების თარიღი – 1938. ამგვარად, მასალა სამ ერთეულად სტრუქტურირდება და სულ ადვილად დაგვამახსოვრდება.

რაც შეეხება ხანმოკლე მეხსიერებაში მოცემული მასალის შენახვის (კოდირების) ფორმას, კოგნიტურ ფსიქოლოგიაში არსებობს მონაცემები, რომელთა თანახმად აქ არსებული ინფორმაცია, უპირატესად, სმენითი მოდალობის ანუ აკუსტიკურ ფორმაშია ასახული.

რა ფუნქციას ასრულებს ხანმოკლე მეხსიერება? პირველ რიგში ის ქმნის მიმდინარე მოქმედების განხორციელების საშუალებას. ამიტომ მას სხვაგვარად ოპერატიული მეხსიერე-

ბაც ეწოდება. ასეთი მეხსიერება აუცილებელია, რომ თქვენ გაიგოთ, მაგალითად იმ წინადადების შინაარსი, რომელსაც ახლა კითხულობთ, რადგან ეს შეუძლებელი აღმოჩნდება, თუ მეხსიერება არ შეინარჩუნებს წინარე სიტყვებს. ხანმოკლე მეხსიერება საშუალებას გვაძლევს მოვნახოთ ნომერი სატელეფონო ცნობარში და ავკრიფოთ იგი ნაბეჭდში მუდმივი ცქერის გარეშე. ჩვენ შეიძლება აკრეფისთანავე დაგვაგვიწყდეს ნომერი და საჭიროების შემთხვევაში კვლავ მოგვიწიოს მისი მოძებნა. ესეც ხანმოკლე მეხსიერების მახასიათებელია, კერძოდ მისი მოკლევადიანობის მაჩვენებელი. ხანგრძლივი მეხსიერება იმ შემთხვევაში ჩაერთვება, თუ ჩვენ გადავწყვეტთ, რომ ეს ნომერი მომავალშიც აუცილებლად დაგვჭირდება და შევცდებით მის დამახსოვრებას. ხანგრძლივი მეხსიერება მაშინაც ჩაერთვება, თუ ნომერს განსაკუთრებული სიმეტრია აღმოაჩნდება ან როგორღაც დაუკავშირდება ჩვენთვის ნაცნობ ან მნიშვნელოვან რიცხვს.

ხანმოკლე მეხსიერების კიდევ ერთი ფუნქცია ისაა, რომ იგი აფიქსირებს ხანგრძლივ მეხსიერებაში შესატან მასალას. შინაარსის ხანგრძლივ მეხსიერებაში გადასვლას ბევრი რამ განაპირობებს. ერთ-ერთი პირობა იმისა რომ ეს მოხდეს, გამეორებაა. ამასთან, ექსპერიმენტული მონაცემების თანახმად, თავისთავად გამეორება არ არის ინფორმაციის ხანგრძლივ მეხსიერებაში დამკვიდრების გარანტია. თქვენ შეიძლება ბერჯერ იმეოროთ ტელეფონის ნომერი სანამ ეს ოპერატიულად იქნება საჭირო, მაგრამ მეორე დღეს აღმოაჩინოთ, რომ ის აღარ გახსოვთ. მექანიკური გამეორება სასარგებლოა ხანმოკლე მეხსიერების შემთხვევაში. რაც შეეხება ხანგრძლივ მეხსიერებას, აქ მეტი მნიშვნელობა ენიჭება დამახსოვრების სტრატეგიებს, მიზნებს, გამოცდილებას და, რასაც საგანგებოდ ესმება ხაზი კოგნიტურ ფსიქოლოგიაში, ინფორმაციის გადამუშავების დონეს.

მეხსიერებაში შემონახული სტიმულის, ვთქვათ სიტყვის, გადამუშავება შეიძლება მოხდეს იმის მიხედვით, თუ როგორ გამოიყურება იგი (ორთოგრაფიული დონე), როგორი ყდერადობა აქვს (ფონოლოგიური დონე) და რა მნიშვნელობაა მასში ჩადებული (სემანტიკური დონე). ერთ-ერთ გამოკვლევაში ცდისპირებს მოეთხოვებოდათ სიტყვების ისეთი ანალიზი, რომელიც მისი გადამუშავების სხვადასხვა დონეს გულისხმობდა. ამასთან, მათ არ იცოდნენ, რომ შემდგომში მოუხდებოდათ ამ სიტყვების აღდგენა. მაგალითად, ზოგ შემთხვევაში მათ ეკითხებოდნენ როგორაა დაწერილი სიტყვა: დიდი თუ მცირე ასოებით (ეს ამოცანა გადამუშავების ყველაზე ზერელე, ორთოგრაფიულ დონეს შეესატყვისება). მეორე შემთხვევაში კითხვა ეხებოდა იმას, შეიძლებოდა თუ არა ამ სიტყვის სხვა სიტყვასთან გარითმვა (გადამუშავების საშუალო, ფონოლოგიური დონე), და ბოლოს იმას, შეიძლებოდა თუ არა ამ სიტყვის ჩასმა რაიმე წინადადების შინაარსის კონტექსტში (ყველაზე ღრმა, სემანტიკური გადამუშავების დონე). ექსპერიმენტის შედეგებმა უჩვენა, რომ დამახსოვრებული სიტყვების რაოდენობა იზრდება გადამუშავების დონის შესაბამისად. კოგნიტური ფსიქოლოგიაში არსებობს მოსაზრება, რომ მეხსიერების ფორმებს შორის არსებული განსხვავებები უპირატესად იმით არის გაპირობებული, რომ ხანმოკლე მეხსიერება ინფორმაციის ზერელე გადამუშავებას გულისხმობს, ხოლო ხანგრძლივი – შედარებით ღრმას.

იმის შესახებ, თუ რატომ და როგორ ხდება ხანმოკლე მეხსიერების შინაარსების დაკარგვა (დავიწყება), ორი ძირითადი შეხედულება არსებობს. ერთის მიხედვით, დავიწყება ინფორმაციის წაშლის შედეგია. მეორის მიხედვით, აქ მთავარ როლს თამაშობს ხანმოკლე მეხსიერებაში ახალი ინფორმაციის შემოსვლა და მის მიერ ძველის განდევნა (ე.წ. ინტერ-

ფერენცია). ზოგი მონაცემით, ორივე მექანიზმი თანაარსებობს: ინფორმაციის ნაწილი უბრალოდ იშლება, ხოლო ნაწილი ახლის მიერ განიდევენება. როგორც არ უნდა იყოს, ფაქტია რომ ხანმოკლე მეხსიერების შთაბეჭდილებები დიდხანს არ რჩება, რაც უთუოდ სასარგებლოა. ოპერატიული მეხსიერების ფუნქცია, საბოლოო ჯამში, ხომ ისაა, რომ შეინარჩუნოს ცნობები იქამდე, სანამ ამის საჭიროება არსებობს. თუ გავითვალისწინებთ ხანმოკლე მეხსიერების მოცულობის შეზღუდულობას, უბრალოდ აუცილებელია მისი მუდმივი გაწმენდა ძველი შინაარსებისაგან, რათა ადგილი დაეთმოს ახალ, აქტუალურ ინფორმაციას. ხანმოკლე მეხსიერებაში არსებული ინფორმაციის შემონახვის ვადის გაგრძელება უაღრესად გადატვირთავდა ხანგრძლივ მეხსიერებას არასაჭირო ცნობებით. ხანმოკლე მეხსიერების საცავებიდან მასალის დაკარგვა მაშინ იქცევა სერიოზულ პრობლემად, თუ ავადმყოფობის შედეგად ოპერატიული მეხსიერების მოცულობის შემცირება პრობლემებს უქმნის ორგანიზმის უშუალო ფუნქციონირებას. ასე ხდება, როცა ადამიანი იწყებს რაიმეს კეთებას ან ლაპარაკს და ავიწყდება რა უნდა გაეკეთებინა ან ეთქვა.

ხანგრძლივი მეხსიერება

ხანგრძლივი მეხსიერება ინფორმაციის გადამუშავების ბოლო ეტაპია. ხანმოკლე მეხსიერებისაგან განსხვავებით, მისი მოცულობა და შენახვის დრო პრაქტიკულად განუსაზღვრელია; აქ დაცული ბევრი შთაბეჭდილება მთელი ცხოვრების განმავლობაში ინახება. რაც მთავარია, იგი მოიცავს ყოველგვარი სახის გამოცდილებას, სუბიექტის მთელ ცოდნას სამყაროსა და საკუთარი თავის შესახებ.

ფსიქოლოგები ეძებენ პასუხებს საკვანძო კითხვებზე: რა

ფორმაშია შენახული ინფორმაცია ხანგრძლივ მეხსიერებაში, როგორ ხდება ინფორმაციის ორგანიზაცია და იმ საჭირო შინაარსის მყისიერი მონახვა, რომელიც მის გრანდიოზულ საცავებში არსებობს. ჭერ-ჭერობით ვერც ერთი თეორიული მოდელი ვერ პასუხობს ყველა ამ კითხვას. მაგრამ უკვე შეიძლება ხანგრძლივი მეხსიერების ძირეული მახასიათებლების საკმაოდ მკაფიო ფორმულირება. მათგან მთავარია შემდეგი:

1) ხანგრძლივი მეხსიერება გამოირჩევა მაღალი **სტაბილურობით**. იმის დიდი ნაწილი, რაც დღეს გვახსოვს, გვემახსოვრება ხვალ, ერთი კვირის მერე და უფრო გვიანაც.

2) იგი არა მხოლოდ რეპროდუქციული, არამედ **გენერაციულიც** არის. შინაარსისი აღდგენისას მხოლოდ წარსული ფიქსირებული კვალის უცვლელი სახით განახლება კი არ ხდება, არამედ გასახსენებელის შექმნაც, კონსტრუირებაც. გახსენებისას გათვალისწინებულია როგორც აწმყოს აქტუალური მოთხოვნები და სიტუაციური თავისებურებები, ისე უკვე არსებული ინფორმაციის კონტექსტი. ამიტომ, შეიძლებაოდა ასეც გვეთქვას – ხანგრძლივი მეხსიერება ამოცანის გადაწყვეტის აქტიური პროცესია და არა მხოლოდ ინფორმაციის პასიური აღდგენა. მოგონებაზე დიდ გავლენას ახდენს ადრე ჩამოყალიბებული განწყობები, რწმენები, მოლოდინები იმის შესახებ, რასაც ის ეხება. თავდაპირველი შთაბეჭდილება განსხვავებულ სახეს იღებს – ადამიანი მომხდარის ასლს არ იხსენებს; იგი გარკვეულად ქმნის ახალ შთაბეჭდილებას, რაც შეიძლება დამახინჯების, შეცდომის ან ილუზიის წყარო გახდეს.

3) ხანგრძლივ მეხსიერებაზე სერიოზულ გავლენას ახდენს **გაგება**. ჭერ ერთი, ადამიანები უფრო კარგად იმახსოვრებენ მნიშვნელობებს – ძირითად აზრს (ეს ეხება როგორც ყოფით სიტუაციებს, ისე კონკრეტულ ტექსტს); მეორე – გააზრებუ-

ლი მასალა ბევრად უკეთ გვამახსოვრდება და მესამე – შემოსული ინფორმაციის გაგება მეხსიერებაზე დაფუძნებული ქცევის აუცილებელი პირობაა. ადამიანი ავტომატურად ანალიზებს ინფორმაციას წინა გამოცდილებასთან მიმართების თვალსაზრისით, რაც უზრუნველყოფს სემანტიკური ერთეულების (მაგ. ცნებების) სწრაფ შედარებას და მათ შორის არსებული კავშირების დადგენას.

სემანტიკური და ეპიზოდური მეხსიერება

არსებობს სულ ცოტა ორი ტიპის ხანრძლივი მეხსიერება. ერთი მხრივ, ჩვენ ვფლობთ მყარ ცოდნას სამყაროს შესახებ, ესაა ცოდნა საგნებისა და მოვლენების შესახებ, ენის ცოდნა, ასევე წესების, კანონების, ფაქტების, სტრატეგიების ცოდნა და ა.შ. ასეთ მეხსიერებას სემანტიკური ეწოდება. მეორე მხრივ, ხანგრძლივ მეხსიერებაში შენახულია ჩვენი პირადი მოგონებები, ცნობები, რომლებიც ადამიანის ცხოვრების სხვადასხვა ეპიზოდებს ეხება. ამიტომაც ასეთ მეხსიერებას ეპიზოდური ეწოდება. პასუხს კითხვაზე – რა ვჭამეთ სადილად სამი დღის წინ, ჩვენ ეპიზოდურ მეხსიერებაში ვძებნით. მაგრამ, რომ შევძლოთ ვუბასუხოთ, აუცილებელია ენის ცოდნა, რაც სემანტიკურ მეხსიერებაშია მოცემული. აქედან ნათელია, რომ ეპიზოდური მეხსიერება დამოკიდებულია სემანტიკურ მეხსიერებაზე, ამ უკანასკნელს კი სავსებით შეუძლია იმოქმედოს ეპიზოდურისაგან დამოუკიდებლად. შესაძლებელია გინმემ იცოდეს ჭადრაკის თამაში და ისიც იცოდეს, რომ მან თამაში იცის, მაგრამ არ ახსოვდეს, უთამაშია თუ არა თავის ცხოვრებაში ჭადრაკის თუნდაც ერთი პარტია. ასე ხდება ხოლმე მეხსიერების, ამ კონკრეტულ შემთხვევაში კი ეპიზოდური მეხსიერების მოშლისას (მეხსიერების ამა თუ იმ სახის დარღვევას ზოგადად ამნეზია ეწოდება).

ერაზმ-ერთი მკვლევარის თქმით: „ადამიანმა შეიძლება იცოდეს ფაქტები ისე, რომ არ ახსოვდეს როდის ან როგორ მოიპოვა ისინი; მაგრამ, შეუძლებელია რამე გვახსოვდეს იმის ცოდნის გარეშე, რა არის ის, რაც გვახსოვს“.

მეხსიერების ამ სახეების შესახებ კლასიკურ ფსიქოლოგი-აშიც იყო ცნობილი, ოღონდ სხვა სახელწოდებით: ცოდნის (დასწავლის) და მოგონების მეხსიერება. მათ შორის ძირითად განსხვავებას იმაში ხედავდნენ, რომ ცოდნის მეხსიერება მხოლოდ წარსულის აღდგენა-რეპროდუქციას გულისხმობს, მისთვის არა აქვს მნიშვნელობა სად და როდის იქნა ის მოპოვებული, ანუ მას არ აინტერესებს თვით წარსულის ისტორია. მოგონებისთვის კი (ეპიზოდური მეხსიერებისთვის) ძირითადად დამახასიათებელია რეპროდუქცირებული შინაარსის წარსულის კუთვნილად განცდა, მისი „მოთავსება“ გარკვეულ წარსულში, რასაც ტემპორალიზაციას უწოდებენ („ტემპუს“ ლათინურად დროს ნიშნავს, „ტემპორალის“ დროითს). წარმოდგენის მიკუთვნებას გარკვეული დროისთვის დროის ინდექსსაც უწოდებენ; ამბობენ, რომ მოგონების წარმოდგენას დროის, ანუ წარსულის ინდექსი გააჩნია. მოგონებისთვის დამახასიათებელია აგრეთვე მისი შინაარსის დაკავშირება სუბიექტთან, მისი ცხოვრების ეპიზოდად განცდა. ამ ნიშანს „მე“-ს ინდექსის ტერმინითაც აღნიშნავენ. მოგონების, ანუ ეპიზოდური მეხსიერება პიროვნების ისტორიული მეხსიერებაა; სხვაგვარად ამბობენ, რომ ის ავტობიოგრაფიულია.

ბუნებრივია დგება საკითხი, რამდენად სწორად აღადგენს წარსულს ეპიზოდური მეხსიერება და რამდენად შეიძლება გენდოთ მას. ზოგჯერ ამას სერიოზული მნიშვნელობა ენიჭება, სახელდობრ იურიდიულ პრაქტიკაში, როცა მოწმის ან თვითმხილველის ჩვენებებს განიხილავენ. საკითხის პრაქტიკული მნიშვნელობის გამო, მისი შესწავლა ე.წ. „ჩვენების

ფსიქოლოგიის“ ფარგლებში ჯერ კიდევ გასული საუკუნის დასაწყისში დაიწყო და დღესაც გრძელდება. აღმოჩნდა, რომ თვითმხილველების მიერ ამა თუ იმ შემთხვევათა აღწერების უმრავლესობა არაზუსტია და ზოგჯერ აბსოლუტურად არაადექვატური. ასეთ აღწერებს არაარსებული რამ ემატება, ფაქტების რიგი გაზვიადებულიად წარმოჩინდება, ზოგი დეტალი კი უყურადღებოდ რჩება. საყურადღებოა რომ ყოველივე ეს არაცნობიერად ხდება, ადამიანი კი არ ტყუის, არამედ შეცდომაში შედის. ამ დროს იგი შეიძლება სრულიად დარწმუნებული იყოს თავისი ჩვენების სისწორეში და მისი მონათხრობიც ისეთივე დაწვრილებითი და ემოციური იყოს, როგორც ადექვატური აღწერისას იქნებოდა. მაგალითად, აღმოჩნდა, რომ ცდისპირების მხოლოდ მესამედი ამოიცნობს ადამიანს სწორად მისი ფოტოსურათის მიხედვით, მესამედი საერთოდ ვერ აკეთებს ამას, ხოლო დანარჩენები დარწმუნებით იძლევიან მცდარ პასუხს. ამ შეცდომებს მრავალი ფაქტორი განაპირობებს: მომხდარი ამბიდან გასული დრო, მოწმის ასაკი, პიროვნული თვისებები, ლოგიკური გამართულობისკენ და ესთეტიკური შელამაზებისკენ სწრაფვა და ა.შ.

ფაქტების დამახინჯებაში ყოველთვის მოწმე, უფრო სწორად, მისი მეხსიერება არა არის დამნაშავე. მოგონებაზე შეიძლება იმოქმედოს იმან, თუ როგორ უსვამენ მოწმეს კითხვას. დადასტურებულია, რომ ე.წ. შთამაგონებელი კითხვები ცვლიან უწინ აღქმულის სურათს; შემთხვევით თუ შეგნებულად გაკეთებული მინიშნებები მეხსიერების შინაარსზე მოქმედებს. ერთ-ერთ გამოკვლევაში ცდისპირებს უჩვენებდნენ ფილმს, სადაც ნაჩვენები იყო, თუ როგორ მოჰყვა მანქანა ავარიაში. ამის შემდეგ მათ უსვამდნენ ისეთი კითხვებს, როგორსაც ავარიის უშუალო მოწმეს დაუსვამდნენ. ცდისპირების ერთ ჯგუფს ეკითხებოდნენ: „რა სიჩქარით მიდიოდა

სოფლის გზაზე მანქანა, როდესაც ფარდულს ჩაუარა?"; მეორე ჯგუფს იგივე კითხვას უსვამდნენ ფარდულის ხსენების გარეშე, რომელიც სინამდვილეში იქ არც იყო. ერთი კვირის შემდეგ კითხვაზე, ნახეს თუ არა ფილმში ფარდული, დადებითად უპასუხა პირველი ჯგუფის მეხუთედმა, ხოლო მეორე ჯგუფიდან მხოლოდ 3%.

პოცეფიური და ექსპერტიზული მუხსიუება

სემანტიკური მუხსიერებაში განსხვავებული სახის ცოდნა ინახება. კოგნიტურ ფსიქოლოგიაში მიღებულია პროცედურული და დეკლარაციული ცოდნისა და მუხსიერების გამოიჯნა. პროცედურულ მუხსიერებაში მოცემულია ცოდნა იმის შესახებ, თუ როგორ უნდა შეასრულო რაიმე მოქმედება: მართო მანქანა, დაწერო და ა.შ. დეკლარაციულ მუხსიერებაში შენახულია ცოდნა იმის თაობაზე თუ რა არის, რას წარმოადგენს ესა თუ ის ობიექტი ან მოვლენა: მანქანას შიდაწვის ძრავა უდგას, ქართულ ანბანში 33 ასოა და ა.შ. ცოდნის ეს ორი სახე ერთმანეთისაგან განსხვავდება. შეიძლება ერკვეოდნე ერთში და ვერ ფლობდნე მეორეს. მოკრიფეებმა იციან, როგორ შეასრულონ ესა თუ ის იღეთი, მაგრამ ცოტა მათგანი თუ გეტყვით, რას აკეთებს ორგანიზმი ამ დროს. ექიმების უმეტესობამ, პირიქით, იცის თუ რომელი კუნთები როგორ მოქმედებენ გარკვეული იღეთის შესრულებისას, მაგრამ საეჭვოა, რომ თვითონ შეიძლონ მისი შესრულება. მაშასადამე, ექიმებს აქვთ დეკლარაციული და არა პროცედურული ცოდნა ამ ვითარების შესახებ. ნეიროფსიქოლოგიური მონაცემების თანახმად, მუხსიერების ამ სისტემებზე ტვინის სხვადასხვა სტრუქტურა აგებს პასუხს. ერთი მათგანის დაზიანება მხოლოდ მასთან დაკავშირებული (დეკლარაციული ან პროცედურული) ცოდნის დაკარგვას ან მისი შეთვისების გართულებას იწვევს.

ცოდნის შეძენის პროცესს, ფართო მნიშვნელობით, დასწავლა ეწოდება. ეს პროცესი შეიძლება განხორციელდეს უნებლიედ, დასწავლის სპეციალური მიზნის არქონის პირობებში. ჩვენი ცოდნის საკმაო ნაწილი ასეა შეძენილი; ბავშვს თამაშის პროცესში ბევრი რამ „შემოესწავლება“ ისე, რომ ფიქრადაც არ მოსდის მისი დამახსოვრება. სხვა თუ არაფერი, დედა ენა ყველამ ასე ვისწავლეთ.

დასწავლას სულ სხვა სახე აქვს, როცა ის შეგნებულად, მიზანდასახულად მიმდინარეობს, როცა ადამიანი მოქმედებს სპეციალური განზრახვით, რაიმე ცოდნა მიიღოს და მეხსიერებაში შეინახოს. ამგვარი, ნებისმიერი დასწავლის ფორმებიც განსხვავებულია. ყველაფერი დამოკიდებულია ინდივიდის მიზნებზე, სიტუაციაზე და მასალის ხასიათზე. და მაინც, სემანტიკური მეხსიერების სისტემაში ახალი ცოდნის შეტანის ყველაზე გავრცელებული და ეფექტური საშუალებაა დასწავლა ვიწრო მნიშვნელობით, ანუ აღქმის მიზანდასახული გამეორება დამახსოვრების მიზნით. რა თქმა უნდა, ცოდნის შეძენა ხანგრძლივი დროით ერთხელობრივი აღქმითაც შეიძლება, მაგრამ ეს გამონაკლისია. მტკიცე დამახსოვრებისთვის, მით უფრო თუ მასალა დიდია, გამეორება აუცილებელია. მაგრამ, გამეორებაც არის და გამეორებაც. მექანიკური (ავტომატური) გამეორება გაცილებით ნაკლებ ეფექტურია, ვიდრე გააზრებული გამეორება (დასწავლა), რომლის დროსაც ადამიანი მიმართულია იმაზე, რომ გონებრივად გადაამუშაოს მასალა, მოაწესრიგოს იგი, გამოყოს საკვანძო მომენტები, თავისი სიტყვებით გაიმეოროს და ა.შ.

დასწავლის პროცესი საკმაოდ კარგად არის შესწავლილი, დადგენილია გარკვეული კანონზომიერებები და გამოვლენილია მასზე მომქმედი ფაქტორები. ამ ფაქტორების ობიექ-

მიზანია, საბოლოო ჯამში, ხელს უწყობს იმას, რომ სუბიექტი დასწავლის პროცესში აქტიური იყოს და მოხდეს ინფორმაციის რაც შეიძლება საფუძვლიანი გადამუშავება-ორგანიზაცია; ეს კი, პირველ რიგში, მის მეხსიერებაში შენახულ სხვა ცოდნასთან დაკავშირებას, მასთან ასოციაციური კავშირების დამყარებას და სისტემატიზაციას გულისხმობს.

1. მოტივაციის ფაქტორი. მოტივაციის გავლენა რამდენიმე ასპექტით ხასიათდება. უპირველეს ყოვლისა, აღსანიშნავია რომ დასწავლა, და საზოგადოდ, ნებისმიერი მიზანდასახული დახსომება აქტიური პროცესია, რომელიც გულისხმობს ნებისყოფის წარმართვას დახსომების მიმართულებით. გამეორება თავისთავად არ არის საკმარისი პირობა დახსომებისთვის. ეფექტის მისაღებად გამეორება უნდა ხდებოდეს მასალის დაუფლების განზრახვით, დახსომების მოთხოვნით. ვიმახსოვრებ „მე“, აქტიური პიროვნება, სათანადოდ წარმართული ძალისხმევის შედეგად. ფორმალური გამეორება დახსომების განზრახვის გარეშე ფუჭია, იგი ეფექტს ვერ იძლევა.

ამ კანონზომიერების ნათელი დემონსტრაციაა ერთ-ერთი ცდა, სადაც ექსპერიმენტატორი ცდისპირებს დასამახსოვრებლად აძლევდა უაზრო მარცვალთა რიგს, რომელსაც ადამიანი ჩვეულებრივ, 5-6 გამეორებით იხსომებს. ერთ-ერთმა ცდისპირმა ეს მასალა 46 წაკითხვის შემდეგაც ვერ დაიხსომა. როგორც შემდეგ გამოირკვა, მან ვერ გაიგო, რომ მარცვალთა დახსომება ევალეზობდა, ვინაიდან ცუდად ესმოდა გერმანული, რომელ ენაზეც მიეცა ინსტრუქცია. მას შემდეგ, რაც მან გაიგო ამოცანა, მარცვალთა ანალოგიური რიგი 5 წაკითხვით დაიხსომა.

მნიშვნელობა აქვს არა მხოლოდ დასწავლის განზრახვის (განწყობის) არსებობას, არამედ მის ხასიათსაც. მტკიცე და ხანგრძლივ დახსომებას სათანადო განწყობა ესაჭიროება.

ერთ-ერთ გამოკვლევაში მოსწავლეთა ორ ჯგუფს შესთავაზეს დაესწავლათ ერთი და იგივე მასალა. ერთი ჯგუფი გააფრთხილეს, რომ მას შემდეგ დღეს გამოკითხავდნენ, მეორე ჯგუფს – ერთი კვირის შემდეგ. ამგვარად, ცდისპირებს სხვადასხვა განწყობა შეექმნათ: ხანმოკლე და ხანგრძლივი დამახსოვრებისა. სინამდვილეში ორივე ჯგუფი ორი კვირის შემდეგ შეამოწმეს. როგორც მოსალოდნელი იყო, ცდისპირებს გაცილებით უკეთ ახსოვდათ ის ტექსტი, რომელიც ხანგრძლივი დროით დახსოვების განზრახვით დაისწავლეს.

მნიშვნელოვანია ისიც, სრულდება თუ არა ბოლომდე ესა თუ ის განზრახვა. კარგადაა ცნობილი ე.წ. „შეწყვეტილი მოქმედების“ ეფექტები. ერთ-ერთი მათგანი იმაში ვლინდება, რომ ცდისპირები ორჯერ უკეთ იმახსოვრებენ **დაუმთავრებელ მოქმედებებს**, ვიდრე დასრულებულს. უზნაძის თეორიის თანახმად, ყოველი მოქმედების წინ იქმნება მისი შესრულების განწყობა. თუ არ მოხდა მისი სრული რეალიზაცია, ადამიანი განწყობილი რჩება ამ მოქმედებისადმი, რაც მისი კარგ დამახსოვრებას განაპირობებს.

მოტივაციის გავლენა მეხსიერებაზე და, კერძოდ, დასწავლაზე სხვა მხრივაც იქნა შესწავლილი. მაგალითად, ცალსახად არის დადასტურებული, რომ ადამიანი ადვილად იმახსოვრებს იმას, რაც მისთვის **საინტერესოა**, რაც მის ცნობის მოყვარეობას აღძრავს. დღეს მიღებული ტერმინოლოგიით, ამ დროს ადამიანი **შინაგნად არის მოტივირებული**. თვითონ დასამახსოვრებელი მასალა შეიძლება სულ არ გვანტერესებდეს, მაგრამ მისი დასწავლა სხვა ინტერესთან, რაიმე **გარეგან მოტივთან** (მაგალითად შეჭიბრთან, ჭილდოსთან ან სასჯელთან) იყოს დაკავშირებული.

დამახსოვრებაზე გავლენას ახდენს ის, თუ რა მიმართებაშია მასალის შინაარსი პიროვნების **ფასეულობებთან**. ერთ-ერთი გამოკვლევის მიხედვით, ანტიკომუნისტურად განწყო-

ბილი ცდისპირები უფრო სწრაფად და მყარად სწავლობდნენ ანტიკომუნისტური შინაარსის ტექსტს, ვიდრე პროკომუნისტური შინაარსისას; პროკომუნისტურად განწყობილ ცდისპირებში ყველაფერი პირიქით იყო. მსგავსი გამოკვლევებიდან ირკვევა, რომ ის, რაც ჩვენთვის მისაღებია, რაც ეთანხმება ჩვენს პოზიციას, კარგად გვამახსოვრდება, ხოლო მიუღებელი ნაკლებად აღიბეჭდება მეხსიერებაში და ადვილად იშლება.

ასეთ განზოგადებას მივყავართ ერთ საკამათო საკითხამდე, რომელიც ფროიდის თეორიის გავლენით დაისვა. ფროიდი ფიქრობდა, რომ ადამიანში მოქმედებს გარკვეული ფსიქოლოგიური დაცვითი მექანიზმი ე.წ. განდევნის ან მოტივირებული დავიწყების სახით. მტკივნეული, შფოთვის გამომწვევი, უსიამოვნო შინაარსები „მე“-ს მიერ ცნობიერებიდან განიდევნება არაცნობიერში, ანუ ადამიანი მათ აქტიურად ივიწყებს. თუ ეს მართალია, მაშინ ლოგიკურია დავუშვათ, რომ შფოთვის აღმძვრელი, მძიმე ფაქტების მოგონება ბევრად უფრო გაძნელებული უნდა იყოს, ვიდრე ნეიტრალური, ან სასიამოვნო ინფორმაციის. საკითხის სკურპულოზულმა შესწავლამ აჩვენა, რომ ეს ასე არ არის. უსიამოვნო და სასიამოვნო ამბების დამახსოვრების მაჩვენებლები თითქმის თანაბარია. განდევნის მოვლენა კი უფრო გამონაკლისია, ვიდრე წესი. ბევრად უფრო ხშირია საპირისპირო ეფექტები, როცა ადამიანებს არა თუ ავიწყდებათ მძიმე ემოციური შინაარსები (მშობლების მკვლელობა, გაუპატიურება, ტერორისტული აქტი, საკონცენტრაციო ბანაკის საშინელებები და სხვა), არამედ გამუდმებით ახსენდებათ ისინი. ყოველ შემთხვევაში, არ უნდა იყოს მართებული იმის მტკიცება, რომ ადამიანი სპეციალურად არის მოტივირებული, რათა არ დაიმახსოვროს ან დაივიწყოს უსიამოვნო ინფორმაცია.

2. ინტელექტუალური აქტივობის ფაქტორი. გონებრივი

ძალისხმევა დადებითად მოქმედებს დამახსოვრებაზე. სუბიექტის ინტელექტუალური აქტივობა ზოგადად დამახსოვრების ფაქტორია და არა მხოლოდ ნებისმიერი მეხსიერების ან, კერძოდ, დასწავლისა. არსებობს ექსპერიმენტული მონაცემები, სადაც ცდისპირები უნებლიედ უკეთ იმახსოვრებენ მასალას, რომლის მიმართაც რთული ინტელექტუალური ოპერაციების განხორციელება მოუხდათ. ის ცდოსპირები კი, რომლებიც მხოლოდ მიზანდასახულად იმახსოვრებდნენ იგივე მასალას, ნაკლებ წარმატებულები იყვნენ. მაგრამ, საკუთრივ ნებისმიერი, განზრახული დასწავლის შემთხვევაშიც დამახსოვრების ეფექტურობა ყველა პარამეტრით (დამახსოვრების სისწრაფე, სიმტკიცე, სიზუსტე და ა.შ.) მეტი იქნება იქ, სადაც უფრო მაღალია ინტელექტუალური აქტივობა და, შესაბამისად, მასალის გააზრების დონე. მეხსიერების ექსპერიმენტული კვლევის დასაწყისიდანვე დადასტურდა, რომ ადამიანი შეუდარებლად უკეთ და ადვილად სწავლობს აზრიან მასალას, მაგალითად სიტყვებს ან შინაარსიან ტექსტს, ვიდრე უაზროს – უაზრო მარცვლებს ან სიტყვების მექანიკურ რიგს. თავის მხრივ, რაც უფრო ღრმად არის მასალა გააზრებული და გონებრივად გადამუშავებული, მით უკეთესი იქნება დასწავლის მაჩვენებლი.

3. სტრუქტურითა და ფაქტორი. მასალის დასწავლა უფრო ღრმა და მტკიცეა მაშინაც, როცა ის სტრუქტურირებულია. ხანმოკლე მეხსიერების დახასიათებისას აღინიშნა, თუ რა მნიშვნელობა აქვს ინფორმაციის ცალკეული ერთეულების გაერთიანებას უფრო დიდ მთლიანობაში: ასოებისა – სიტყვებში, სიტყვებისა – წინადადებებში, ციფრებისა – რიცხვებში და ა.შ. ერთ-ერთ ცდაში ცდისპირებს ევალუბოდათ დაეხარისხებინათ სიტყვების რიგი სხვადასხვა კატეგორიებად, რომელთა რაოდენობა ორიდან შვიდამდე მერყეობდა. შემდეგ მათ სთხოვდნენ გაეხსენებინათ სიტყვები. გინც

მეტი კატეგორია გამოიყენა, მეტი სიტყვა გაიხსენა. მაშასადამე, ინფორმაციის სტრუქტურირება ხელს უწყობს დამახსოვრებას. იგივე ხდება განზრახული დამახსოვრებისას. კარგად სტრუქტურირებული მასალის, ე.ი. ერთიანი და თანაც დანაწევრებული მასალის დასწავლა გაცილებით ადვილია, ვიდრე იმისა, რომელსაც არა აქვს მკაფიოდ გამოხატული სტრუქტურა. ამიტომ არის ლექსის დაზეპირება უფრო ადვილი, ვიდრე პროზაული ტექსტისა.

4. **ფუნქციონალური ფაქტორები.** დახსომების ეფექტურობა დამოკიდებულია ორგანიზმის ფიზიოლოგიურ და ზოგადად ფუნქციონალურ მდგომარეობაზე. სახელდობრ, დამახსოვრების უნარს მნიშვნელოვნად აქვეითებს დაღლილობა. სერიოზულ ზიანს აყენებს მას ფსიქოაქტუური ნივთიერებების სისტემატური მიღება.

მეხსიერების ეფექტურობა ცვალებადობს დღის დროის მიხედვითაც. ამ მხრივ არსებობს ინტერინდივიდუალური სხვაობები – ზოგის მეხსიერება უკეთ მუშაობს საღამოს, ზოგისა – დილას, მაგრამ, როგორც წესი, თანაბარ პირობებში დასწავლის სისწრაფე ოპტიმალურია დილის საათებში, ხოლო დასწავლის სიმტკიცე – საღამოს საათებში.

5. **გამოცდილების ფაქტორი.** რაც უფრო მეტი გამოცდილება და ცოდნა გვაქვს იმ სფეროდან, რომელსაც ეკუთვნის დასამახსოვრებელი მასალა, მით უკეთ ვიმახსოვრებთ მას; რაც უფრო მეტ შინაარსს დაუკავშირდება ახალი მასალა, მით უფრო მტკიცედ და ადვილად ხდება მისი დახსომება.

გამოცდილება მხოლოდ ცოდნის მარაგის დადებით მნიშვნელობას არ გულისხმობს. მასალის დასწავლა თვით დასწავლის, როგორც სპეციალური მოქმედების გამოცდილებას აღ-
ლევს ადამიანს. როგორც ამბობენ – „სწავლით სწავლას ვსწავლობთ“. საქმე მხოლოდ ის კი არ არის, რომ მეხსიერება მისი მოქმედების გამო ძლიერდება, ვარჯიშდება როგორც

„ძალა“, როგორც ფუნქცია, არამედ ისიც, რომ დასწავლის პროცესში ადამიანი იმუშავებს დასწავლის „ტექნიკას“, რომელიც ზოგჯერ გაცნობიერებულიც არ არის. მაგრამ ხშირად საჭირო ხდება დამახსოვრების სპეციალური ხერხების მოფიქრება და შეთვისება, რასაც ე.წ. „მნემონიკა“ ემსახურება.

მნემონიკა

მნემონიკური ხერხები, ინფორმაციის ორგანიზაციის სხვადასხვა პრინციპებზე დაყრდნობით, აუმჯობესებს მეხსიერებას. ვერბალური ინფორმაციის ორგანიზაციის ერთ-ერთ ხერხს რითმები წარმოადგენს. ლექსების წყალობით ბევრმა ეთნოსმა შემოინახა თავისი კულტურული საგანძური. ასე გადარჩა, მაგალითად, გეფხისტყაოსანი. იყვნენ და არიან პირები, ვისაც ამ პოემის მთელი ტექსტი ახსოვთ ზეპირად. მაგრამ საკითხავია, რამდენად შეძლებდნენ ამას, რომ გეფხისტყაოსანი ბელეტრისტული ნაწარმოები ყოფილიყო.

კარგად არის ცნობილი ისეთი მნემონიკური ხერხი როგორიც არის აკრონიმი. მისი არსი ისაა, რომ შეიქმნას შემოკლებული დასახელება რაიმე მოვლენის აღმნიშვნელი პირველი ასოებიდან (მაგ. გაერო, სუკი, NATO). ასევე არსებობს ფრაზები, რომლებიც გვეხმარება გარკვეული მასალის დამახსოვრებაში. მაგალითად, სპექტრის ფერების თანმიმდევრობის დასამახსოვრებლად ეფექტურია ასეთი გამონათქვამი: „წადი, ნახე ყარამანი, მინდვრად ცოცხალ ლომებს იჭერს“. ამ სიტყვების პირველი ასოებით იწყება ფერების დასახელება: წითელი, ნარინჯისფერი, ყვითელი, მწვანე, ცისფერი, ლურჯი, იისფერი.

დახსოვებისთვის სასარგებლოა წარმოდგენაში მასალის დაჯგუფება. მაგალითად, თუ მივდივართ სასურსათო მაღაზიაში, აჯობებს დავახარისხოთ საყიდელი ბოსტნეულად, ხი-

ლად, ხორცის პროდუქტებად ან პროდუქტებად საუზმისთვის, სადილისთვის და ვახშმისთვის.

ყველაზე ეფექტური საშუალება მაინც ისეთი მხედველობითი წარმოდგენების შექმნაა, სადაც დასამახსოვრებელი შინაარსი სივრცეში კარგად ლოკალიზებულ ობიექტებს უკავშირდება. ყველაზე გავრცელებულია ე.წ. ადგილის მეთოდი, რომელსაც ჯერ კიდევ ძველი ბერძენი და რომაელი ორატორები მიმართავდნენ თავისი გამოსვლების მომზადებისას. ისინი იხსენებდნენ ქალაქის მთავარ ქუჩაზე განლაგებულ ობიექტებს (ადგილებს) და თითოეულ მათგანს „აბამდნენ“ თავისი გამოსვლის კონკრეტულ თეზისს ან არგუმენტს. ვთქვათ, პირველი თეზისი შეესაბამება რაიმე ფარდულს, მეორე – ქანდაკებას ქუჩის კუთხეში, მესამე – შადრევანს მოედანზე და ა.შ. სიტყვის წარმოთქმისას ისინი გონებაში გაიფლიდნენ ამ გზას და ყველა მონიშნული ადგილიდან „იღებდნენ“ შესაბამის ელემენტს. შეიძლება ამ ხერხის გამოყენება უფრო ყოფითი ამოცანებისთვის, მაგალითად იგივე პროდუქტების სიის დასამახსოვრებლად. ამისთვის საჭიროა თქვენი ბინის სხვადასხვა ნაწილში მოათავსოთ რაიმე პროდუქტი: ბური სამზარეულოში, ყველი მისაღებში, კვერცხი საძინებელში, კარტოფილი აბაზანაში და ა.შ. გასახსენებლად საკმარისია გონებაში „გაისეირნოთ“ ბინაში და შეეცადოთ დაინახოთ ის, რაც იქ მოათავსეთ.

დასწავლის ჯანონზომიერებანი

ექსპერიმენტული კვლევის შედეგად დადგენილია დასწავლის პროცესის შემდეგი კანონზომიერებანი:

1. მასალის მოცულობის კანონი. მასალის მოცულობის ზრდა იწვევს დასასწავლად საჭირო დროის გაზანგრძლივებას და დასასწავლად საჭირო გამეორებათა რიცხვის ზრდას.

მაგრამ ეს მიმართება პირდაპირპროპორციული არ არის: უაზრო მარცვლების ექვსწევრიანი რიგი ერთი წაკითხვითაც ამახსოვრდება ადამინს, ხოლო 12 წევრიანი რიგისთვის 10-12 გამეორებაა საჭირო და არა მხოლოდ ორი, 24 წევრიანისთვის 44 და ა.შ. ეს კანონზომიერება დასწავლის დროსთან მიმართებაში ასეა ფორმულირებული: დასასწავლად საჭირო დრო მასალის რაოდენობის (მაგ, სიტყვების) კვადრატის პროპორციულად იზრდება.

2. გამეორების რიგითი ადგილის კანონი. თითოეული ცალკე გამეორების მნიშური ღირებულება დამოკიდებულია იმაზე, თუ რა ადგილი უკავია მას გამეორებათა რიგში. გამეორების მნიშური ეფექტი მით უფრო მცირეა, რაც უფრო დაშორებულია იგი თავიდან. მაშასადამე, ყველაზე მეტი მნიშური ღირებულება პირველ წაკითხვას აქვს და ყველაზე ნაკლები უკანასკნელს.

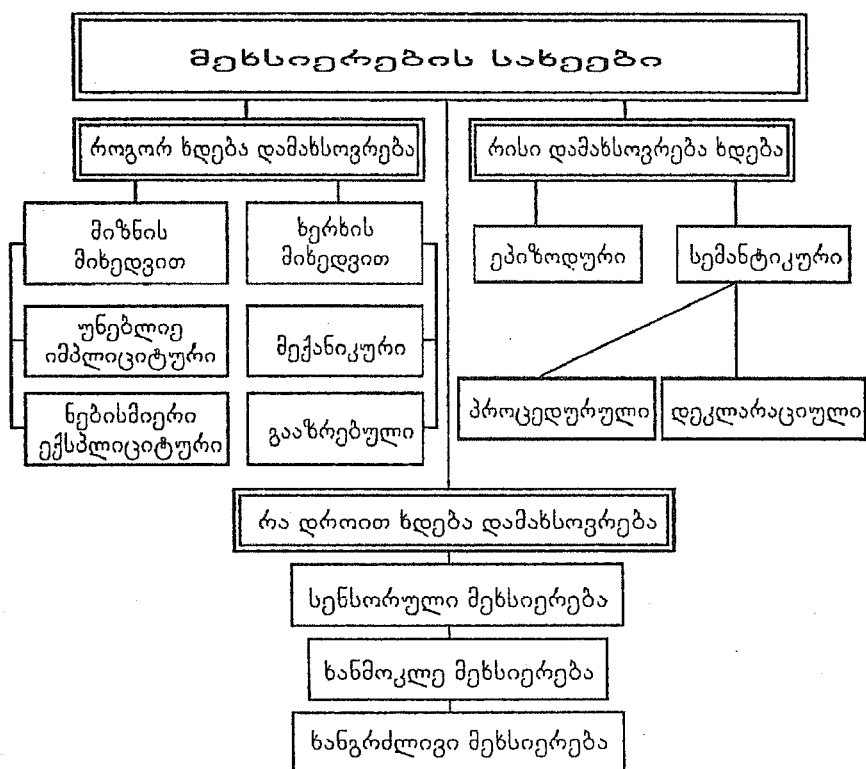
3. გამეორებათა შორის ინტერვალის კანონი. დაზეპირების პროცესში გამეორებათა შორის ინტერვალის ხანგრძლიობა მნიშვნელოვნად განსაზღვრავს დასამახსოვრებლად საჭირო გამეორებათა რიცხვს. აქ ასეთი კანონზომიერება მოქმედებს: რაც უფრო ხანგრძლივია გამეორებათა შორის ინტერვალი, მით უფრო ნაკლები გამეორებაა საჭირო მასალის ზეპირად დასამახსოვრებლად. თუმცა, ისიც გასათვალისწინებელია, რომ გამეორებებს შორის ინტერვალის მეტისმეტად გაზრდა დამახსოვრებას კი არა, დავიწყებას გამოიწვევს. მასალის თავისებურებებიდან გამომდინარე, შესაძლებელია ოპტიმალური ინტერვალის დადგენა.

4. მასალის ადგილმდებარეობის კანონი. თანაბარი პირობების შემთხვევაში დასახსომებელი რიგიდან უკეთესად გვამახსოვრდება მასალის პირველი და უკანასკნელი ელემენტები. უაზრო მასალაზე (უაზრო მარცვლებზე, რიცხვებზე) ეს კანონზომიერება, ასე ვთქვათ, წმინდა სახით დასტურდე-

ბა, მაგრამ აზრიანი მასალის შემთხვევაში იგი ხშირად იჩრდილება სხვა ფაქტორებით, განსაკუთრებით ინტერესის ფაქტორით: ის სიტყვა თუ სურათი, რომელიც რაიმე გარემოების გამო უფრო ემოციურია, სუბიექტს უკეთ ამახსოვრდება, მიუხედავად იმისა, რა რიგითი ადგილი ჰქონდა მას მასალაში.

საერთოდ უნდა ითქვას, რომ მასალის შინაარსს და მასთან დაკავშირებულ სუბიექტურ თუ ობიექტურ ფაქტორებს ხშირად სერიოზული კორექტივები შეაქვს წარმოდგენილ კანონებში.

მეხსიერების განხილული ფორმების საერთო სქემა ასეთია:



დავიწყების მიმდინაეობა

ამბობენ: „როგორც არ არსებობს ადამიანი, რომელიც არაფერს იმახსოვრებს, ისე არ არსებობს ადამიანი, რომელიც არაფერს ივიწყებს“. დავიწყება მეხსიერების აუცილებელი მეორე მხარეა.

დავიწყების უარყოფითი ასპექტი თავისთავად ცხადია: ადამიანი კარგავს საჭირო ცოდნას. მაგრამ დავიწყებას დადებითი მნოშვნელობაც აქვს: მეხსიერების მოცულობა არ არის უსაზღვრო. ყველაფრის დახსომება შეუძლებელია. აქედან გასაგებია, რომ მეხსიერება შერჩევით ხასიათს ატარებს. დავიწყება, თუ იგი სათანადო შინაარსებს ეხება, ხელს უწყობს იმის შენარჩუნებას, რაც პიროვნებისთვის უფრო მნიშვნელოვანია. გარკვეული ხასიათის შინაარსების დავიწყების წყალობით ადამიანი იშორებს ზედმეტ ინფორმაციას და ათავისუფლებს მნეშურ რესურსებს უფრო მნიშვნელოვანისთვის. მაგალითად, რა საჭიროა გვახსოვდეს იმ სასტუმროს ტელეფონის ნომერი, რომელშიც ხუთი წლის წინ გცხოვრობდით სხვა ქალაქში ყოფნისას.

ექსპერიმენტული კვლევის შედეგად დადგინდა, რომ ზოგადად, რაც უფრო მეტი დროა გასული ინფორმაციის მიღებიდან მის აღდგენამდე, მით მეტია დავიწყების ალბათობა. ამასთან, დავიწყების მიმდინარეობას გარკვეული, მისთვის ტიპური ფორმა აქვს. სახელდობრ, დასწავლის შემდეგ პირველ საათებში დავიწყების ტემპი უსწრაფესია; დროის მიმდინარეობასთან ერთად დავიწყების ტემპი კლებულობს და ბოლოს დახსომებულის კვალი დიდხანს ან მუდამ რჩება.

დავიწყების მიმდინარეობაზე სხვადასხვა ფაქტორი მოქმედებს: დასწავლის სისწრაფე – სწრაფად დასწავლილი სწრა-

ფად გვაგიწყდება; პიროვნების განზრახვა – მოკლე დროის-
თვის დასწავლილი მალევე გვაგიწყდება და პირიქით; მასა-
ლის შინაარსი – აზრიანი მასალა შეუდარებლად უფრო გვი-
ან გვაგიწყდება, ვიდრე უაზრო; მოტორულ ჩვევებს განსა-
კუთრებული სიმტკიცე ახასიათებს და ა.შ.

დავინყების თუიიუბი

საკითხიდან, თუ როგორ მიმდინარეობს დავიწყების პრო-
ცესი, გადავიდეთ საკითხზე, რატომ ხდება საერთოდ დავიწყ-
ება. დავიწყების სხვადასხვა თეორია ამაზე განსხვავებულ
მოსაზრებებს გვთავაზობს, რომელთაგან ყველაზე გავრცე-
ლებულია ჩაქრობისა და ინტერფერენციის თეორიები. ჩაქ-
რობის თეორიის მიხედვით, მეხსიერებაში აღბეჭდილი შინა-
არსი, თუ მისი გამოყენება არ ხდება, დროის განმავლობაში
თანდათან იშლება; მისი კვალი ისე ქრება, როგორც ბილიკი,
რომელზეც აღარ დადიან, ან როგორც იშლება მიწის ქანები
ქარისა და წყლის ზემოქმედებით. მოგონებების ეროზიას,
როგორც ჩანს, ნერვულ ქსოვილში მიმდინარე ცვლილებები
იწვევს, კვალი ფერმკრთალდება, სუსტდება და ბოლოს ის-
ბობა. ეს თვალსაზრისი უმთავრესად ეყრდნობა დაკვირვე-
ბებს, რომელთა მიხედვით აღამიანებს ახლად მომხდარი
მოვლენები უფრო უკეთ ახსოვთ, ვიდრე ძველი.

ჩაქრობის თეორია ერთი შეხედვით სარწმუნოდ გამოიყუ-
რება, მაგრამ გარკვეულ სირთულეებს აწყდება, როცა საჭი-
რო ხდება იმის ახსნა, თუ რატომ და როგორ ზემოქმედებს
მეხსიერებაში შენახულ ინფორმაციაზე ძველი ან ახალი
შთაბეჭდილებები. მაგალითად, ერთ-ერთ ცნობილ ექსპერი-
მენტში ცდისპირების ერთ ჯგუფს დასწავლიდან მოგონებამ-
დე ეძინა, მეორე კი ფხიზლად იყო. თუ დავიწყება მხოლოდ
გარკვეული დროის გასვლის შედეგია, მაშინ გახსენების მაჩ-

ვენებელი ორივე შემთხვევაში ერთნაირი უნდა ყოფილიყო. მაგრამ ასე არ მოხდა: იმათ, ვისაც დამახსოვრება-აღდგენის ინტერვალში ეძინათ, უკეთ ახსოვდათ მასალა. როგორც ჩანს, ფხიზლად მყოფი ცდისპირები სხვადასხვა მოვლენების ან იდეების ზემოქმედებას (ინტერფერენციას) განიცდიდნენ. ე.წ. ინტერფერენციის თეორიის თანახმად, ძველი და ახლად შემოსული ინფორმაცია გარკვეულ ნეგატიურ გავლენას ახდენს არსებულ ინფორმაციაზე. შესაბამისად, გამოიყოფა პროაქტიული ინტერფერენცია, როცა ძველი ინფორმაცია აბრკოლებს ახლის დამახსოვრებას და რეტროაქტიული ინტერფერენცია, როდესაც ახალი ინფორმაცია ხელს უშლის ძველის გახსენებას. რა ხდება სინამდვილეში ინტერფერენციის დროს? შესაძლებელია ერთი შინაარსი მეორეს შლის, თრგუნავს, განდევნის და მის ადგილს იკავებს; ან, უბრალოდ, იგი ართულებს არსებული ინფორმაციის მონახვას და ცნობიერებაში ამოტანას – ამის თაობაზე განსხვავებული მოსაზრებები არსებობს.

დავიწყების ამ მოდელებში გათვალისწინებულია ის, თუ რატომ და როგორ ქრება ინფორმაცია მეხსიერებიდან. მაგრამ დავიწყება მხოლოდ იმას კი არ ნიშნავს, რომ შთაბეჭდილების კვალი დაიკარგა, არამედ იმასაც, რომ გაძნელდა მისი გახსენება, ანუ გართულდა ან დაიკარგა საჭირო ინფორმაციასთან მისასვლელი გზა; ამ შემთხვევაში პრობლემა ინფორმაციის შენახვაში კი არა, მის აღდგენაშია. კოგნიტურ ფსიქოლოგიაში დახასიათებულია დავიწყების ისეთი სახე, რომელიც დაკავშირებულია რაიმეს გახსენების უუნარობასთან – იმასთან, რომ მეხსიერებაში შენახული მასალა მიუწვდომელია, ვინაიდან მასთან მისასვლელი „კარის“ შესაღებად საჭიროა შესაბამისი „გასაღები“ ე.ი. სტიმული, რომელიც გახსნის გზას მეხსიერების შინაარსებისკენ. ჩვენ უმეტესად ეს გასაღები თან გვაქვს და გახსენებაც არ გვიჭირს. ამასთან,

ზოგჯერ გასაღები იკარგება და შესაბამისი მასალის გახსენების პრობლემა წარმოიქმნება. ამ დროს გახსენება შეიძლება სრულიად შეუძლებელიც მოგვეჩვენოს, მაგრამ თუ გასაღები მოინახა მოგონება ხელად დაბრუნდება: თუ დიდი ხნის მერე დაბრუნდებით მშობლიურ ქალაქში, თქვენ მაშინვე მოგეძალებათ მოგონებები სხვადასხვა, თითქოს საბოლოოდ დავიწყებული ადამიანებისა და მოვლენების შესახებ იმიტომ, რომ გარკვეული ადგილების მხედველობითმა და სმენითმა ხატებმა ბიძგის (გასაღების) როლი შეასრულა შესაბამისი მოგონებების აქტუალიზაციისთვის.

აქ მნიშვნელობა ენიჭება იმას რამდენად შეესაბამება გასაღები იმ კონტექსტს, რომელშიც დამახსოვრება მოხდა. კონტექსტი მართლაც განსაზღვრავს იმას, თუ როგორ არის დამახსოვრებული ანუ კოდირებული ინფორმაცია. თუ ჩვენ ამ ინფორმაციის აღდგენას სხვა კონტექსტში დავიწყებთ ეს მცდელობა შეიძლება წარუმატებლად დამთავრდეს. ამიტომ, თუ თქვენმა ლექტორმა ვერ გიცნოთ მაღაზიაში ეს მის გაუზრდელობაზე კი არ მეტყველებს, არამედ იმაზე, რომ იგი შეეჩვია თქვენს ხილვას აუდიტორიში და არა ძეხვეულის ან პამპერსების გარემოცვაში. კონტექსტის ეფექტი ძალზე თვალსაჩინოდ გამოვლინდა ექსპერიმენტში, სადაც დასწავლას წყლის ქვეშ ატარებდნენ. აღმოჩნდა, რომ აღდგენის ეფექტურობა უარესდება თუ ის წყლის ზედაპირზე ე.ი. სხვა გარემოში ხდება. დავიწყების თავიდან ასაცილებლად სასურველია დამახსოვრება (დასწავლა) და აღდგენა (მოგონება) ერთ გარემოში მიმდინარეობდეს. ამ დებულების პრაქტიკული გამოყენება სავსებით შესაძლებელია რეალურ ცხოვრებისეულ სიტუაციებში.

თავი მეცამეტე
აზროვნება, ინტელექტი და ახეათულობა

§ 1. აზროვნების ფსიქოლოგია

მიმართება ძიებითაჲ შემუცნებით ფუნქციათა შიხის

ზემოთ აღინიშნა, რომ შემეცნებით პროცესებს, აღქმასა და მეხსიერებასთან ერთად აზროვნებაც ეკუთვნის. მათთან ერთად აზროვნება სინამდვილის შემეცნებას ახორციელებს. მაგრამ ამ ფუნქციათა როლი შემეცნების პროცესში არსებითად განსხვავებულია. აზროვნების პროცესი ფსიქოლოგიურადაც განსხვავდება აღქმისა და მეხსიერებისაგან.

მეხსიერება უკვე ასახულის შენახვას ემსახურება. ამ აზრით იგი „კონსერვაციის“ ფუნქციას ასრულებს. აღქმა და აზროვნება პირიქით, სინამდვილის აქტიურ ასახვას იძლევა და არა უკვე ასახულის გამეორებითს, რეპროდუქციულ ასახვას, როგორც მეხსიერება. გამეორებითი აღქმის შემთხვევაშიც საგნის ისევ აქტუალური ასახვა ხდება და არა რეპროდუქცია. აზროვნებისთვის დამახასიათებელია ახალი ამოცანის გაწყვეტა, ახალი საკითხის გადაჭრა, ახალი, უჩვეულო სიტუაციის შესატყვისი მოქმედება, რომლის გამოცდილებაც სუბიექტს არა აქვს. ამ მხრივ აზროვნების ფუნქცია მეხსიერების ფუნქციის საპირისპიროა. აზროვნების პროცესის სტიმულს სუბიექტის წინაშე წამოჭრილი კითხვა, ან გაკვირვება მაინც, შეადგენს: რა არის ეს? როგორ მოვიქცე? და ა.შ. აზროვნების ეს ფუნქცია – ახლის გაგება, უდიდესი მნიშვნელობისაა ინდივიდსა და გარემოს შორის ურთიერთობის აგების თვალსაზრისით.

არანაკლებია აზროვნების განსხვავება აღქმისაგან. აღქმა სინამდვილეს შემეცნების პირველ საფეხურს, მის უშუალო, თვალსაჩინო ასახვას წარმოადგენს. შემეცნება აღქმით იწყე-

ბა. აღქმაში მხოლოდ ის არის მოცემული, რაც აქ და ამჟამად არსებობს და უშუალოდ აღიზიანებს რეცეპტორებს. აზროვნება აღქმის (და მეხსიერების) მონაცემებზე დაყრდნობით, გამოდის მხოლოდ თვალსაჩინო ასახვის ფარგლებიდან, და არსებითის წვდომისკენ, საგანთა შორის კავშირების გაგებისკენ არის მიმართული. აზროვნების პროცესში აღქმის მონაცემების გონებრივი გადამუშავება ხდება – არსებითის გამოყოფა არაარსებითისაგან, მნიშვნელობის გაგება, დამოკიდებულებათა და მიმართებათა წვდომა და ა.შ. აზროვნება სინამდვილის მეორადი – აღქმის მონაცემებზე დამყარებული ასახვაა. შემეცნების პროცესი აღქმიდან აზროვნებისკენ მიემართება.

ამრიგად, აღქმა, მეხსიერება და აზროვნება სპეციფიკური ნიშნებისა და ფუნქციის მქონე შემეცნებითი პროცესებია. მაგრამ, მათ შორის განსხვავებებზე მითითებამ არ უნდა დაჩრდილოს მათი არსებითი და ურღვევი კავშირის ფაქტი. თანამედროვე კოგნიტური ფსიქოლოგია ამას განსაკუთრებით უსვამს ხაზს, ვინაიდან ადამიანის მთელი შემეცნებითი ფუნქციონირება წარმოდგენილია ინფორმაციის გადამუშავების ერთიანი პროცესის სახით, სადაც ფსიქიკური ფუნქციები იმდენად არის ურთიერთგადაჯაჭვული, რომ ზოგჯერ ძნელი ხდება მათ შორის მკაფიო საზღვრის გავლება. მაგალითად, როცა აღქმას განვიხილავთ, ხშირად ვეხებით მეხსიერების სფეროს, რადგან ნაცნობი საგნების აღქმა მათ წარსულ აღქმებზეც არის დამოკიდებული. უეჭველია აღქმის კავშირი აზროვნებასთანაც. აღმქმელი სუბიექტი მოაზროვნე სუბიექტიც არის. ყოველთვის, როცა ვუყურებთ არაერთ-მნიშვნელოვან სურათს, ჩვენ, არსებითად, პერცეპტული ამოცანის ამოხსნით ვართ დაკავებული.

მოგონების პროცესის დიდი ნაწილი ისე გამოიყურება, როგორც კითხვაზე პასუხის მონახვა. მე ვცდილობ გავიხსე-

ნო, ვის ვათხოვე წიგნი ხელოვნების ფსიქოლოგიაში და მიგ-
დივარ დასკვნამდე, რომ ეს უნდა იყოს X, ვინაიდან ჩემი ნაც-
ნობებიდან მას იგი ყველაზე მეტად უნდა დასჭირვებოდა.
უცებ ჩემს მეხსიერებაში ამოტივტივდება ის მომენტი, რო-
ცა X მთხოვდა ამ წიგნს და იფიცებოდა, რომ უმალ დამიბრუ-
ნებდა. მართალია, მეხსიერება ზოგჯერ ძალიან წააგავს აზ-
როვნებას, მაგრამ ამ უკანასკნელის ფუნქციონირება მეხსიე-
რების საცავებზე დაყრდნობის გარეშე, საერთოდ ძნელი
წარმოსადგენია. რაზეც უნდა ვფიქრობდე: სად დავისვენო
ამ ზაფხულს, თუ როგორ დავწერო ამ სახელმძღვანელოს
მეხსიერების თავი, მე მჭირდება ინფორმაცია მეხსიერების
განსხვავებული სისტემებიდან. ყოველივე ეს იმაზე მეტყვე-
ლებს, რომ აღქმას, მეხსიერებასა და აზროვნებას შორის მკა-
ფიო საზღვრების დაწესება შესაძლოა არც იყოს გამართლე-
ბული, ვინაიდან ისინი, საბოლოო ჯამში, ერთი საერთო პრო-
ცესის – შემეცნების სხვადასხვა ასპექტებს წარმოადგენენ.

აზროვნების ზოგადი დახასიათება.

დათბა, დნება თოვლი. ადამიანი აღიქვამს თოვლის დნობა-
საც და სითბოსაც, მაგრამ ამ ორ თვალსაჩინო მოვლენას შო-
რის არსებული მიზეზ-შედეგობრივი დამოკიდებულება, ანუ
ის გარემოება, რომ თოვლი სითბოსაგან დნება, ვერ აღიქმე-
ბა, ეს მიმართება თვალსაჩინო აღქმადი მოვლენა არ არის.
მისი მხოლოდ გაგება შეიძლება, ე.ი. ეს მიმართება მხოლოდ
აზროვნებისთვის არის მისაწვდომი. აღქმაში აისახება მხო-
ლოდ გარეგანი მიმართებები სენსორულ (შეგრძნებით),
თვალსაჩინო თვისებებს შორის, როგორც, მაგალითად, ორი
საგნიდან ერთის სიდიდე, ან მეტი დაშორება, ან ერთის მეო-
რეზე მაღლა მოთავსება, ან უფრო მუქი ფერი და ა.შ. ასეთ
თვალსაჩინო მიმართებათა აღქმის შესატყვისად ადამიანმა

შეიძლება მათი გააზრების გარეშე იმოქმედოს კიდეც. მაგალითად, საწერ მაგიდასთან წერის პროცესით გართული ადამიანი თავის მოქმედებით სწორად ასახავს მაგიდაზე დაწყობილ საგნებს შორის სივრცით მიმართებებს (მანძილს, მარჯვნივ-მარცნივ განლაგებას და ა.შ.) ამ მიმართების გააზრებისა და გაცნობიერების გარეშე.

რაც შეეხება მოვლენებს შორის შინაგან, არათვალსაჩინო მიმართებებს, ისინი არააღქმადი ბუნებისაა, მათი წვდომა მხოლოდ აზროვნებით შეიძლება. მიზეზობრიობა, აუცილებლობა თუ შემთხვევითობა, კერძოსა და ზოგადს, აღმნიშვნელსა და აღნიშნულს, მიზანსა და საშუალებას შორის და სხვა ასეთი არსებითი ბუნების არათვალსაჩინო მიმართებები მხოლოდ აზროვნებისთვის არის მისაწვდომი.

აზროვნების უდიდესი მნიშვნელობა იმაშიც მდგომარეობს, რომ იგი განზოგადების შესაძლებლობას იძლევა: ერთი, კონკრეტული ამოცანის გადაწყვეტა საკმარისია რათა ადამიანმა მიღებული შედეგი ყველა ანალოგიურ ამოცანაზე გადაიტანოს (ე.წ. ტრანსპოზიცია). როგორც ამბობენ, ამოცანის გადაწყვეტა „ერთხელ და სამუდამოდ ხდება“. განზოგადება ენერგიისა და დროის უდიდეს ეკონომიას იძლევა. მსგავსი ამოცანების შემთხვევაში მათი გადაწყვეტის ხერხის ძიება თავიდან აღარ არის საჭირო.

აზროვნების პროცესი პიროვნების აქტიურ, ნებისმიერ, მიზანდასახულ მოქმედებას წარმოადგენს; იგი გარკვეული, სახელდობრ, წამოჭრილი ამოცანით (კითხვით) განსაზღვრული მიმართულებით წარიმართება და ამოცანის გადაწყვეტით სრულდება. აზროვნების პროცესის ამ თავისებურებას მის „დახშულობას“ ან მთლიანობას უწოდებენ. აზროვნების პროცესი თავისი ბუნებით აქტიურია: პიროვნება ნებისმიერად წარიმართება მოცემული ამოცანის გადასაწყვეტად. ხოლო როდესაც ჩვენ რაიმე საკითხზე კი არ ვაზროვნებთ,

არამედ უნებურად, უმიზნოდ გეძლევიტ წარმოდგენათა მსვლელობას, მაშინ ჩვენ ვოცნებობთ. წარმოდგენების და აზრების ასეთი უნებლიე მიმდინარეობა აზროვნება კი არა — ოცნებაა.

ლოგიკური აზროვნება და მისი ფორმები

ზრდადასრულებული, კულტურული ადამიანის აზროვნებას ლოგიკურს, ვერბალურს ან ცნებით აზროვნებას უწოდებენ. ლოგიკურს იმიტომ, რომ აზროვნების ეს სახე ლოგიკის საგანს შეადგენს. შინაარსობრივი თავლსაზრისით, ე.ი. გააზრებული შინაარსის სისწორის კუთხით, აზროვნებას ლოგიკა სწავლობს. ვერბალურს („სიტყვიერს“) მას იმიტომ უწოდებენ, რომ იგი არსებითად დაკავშირებულია მეტყველებასთან; ლოგიკური აზროვნების ძირითადი ფორმები — ცნება და მსჯელობა — მეტყველების სახით, ვერბალურადაა მოცემული. ცნებით აზროვნებას მას იმიტომ უწოდებენ, რომ მის ერთ-ერთ ძირითად თავისებურებას ცნებებით ოპერირება შეადგენს.

აზროვნების ფსიქოლოგიის მნიშვნელოვანი ამოცანა ლოგიკის მიერ დადგენილი აზროვნების სამი ძირითადი ფორმის: ცნების, მსჯელობის, დასკვნის, ფსიქოლოგიური ბუნების გაშუქებაა. ფსიქოლოგია ლოგიკისაგან განსხვავებით შეისწავლის არა გააზრებულ შინაარსს მისი სისწორის თავლსაზრისით, არამედ აზროვნების რეალურ პროცესს. ლოგიკური აზროვნების პროცესები სამი ფორმით ფუნქციონირებს. ეს არის ცნება, მსჯელობა და დასკვნა.

ფსიქოლოგიურად ცნება განიცდება როგორც სიტყვის მნიშვნელობა, მაგრამ სიტყვის მნიშვნელობა მაშინ წარმოადგენს მეცნიერულ ცნებას, როდესაც ადამიანი მასში საგნის ან მოვლენის არსებით ნიშნებს გულისხმობს და შეუძლია

მისი განსაზღვრა. ჩვეულებრივად, მეტყველების პროცესში სიტყვა ისე იხმარება, რომ ადამიანს არ ძალუძს მისი მნიშვნელობის ზუსტი განსაზღვრა; ასე მაგალითად, სიტყვას „ბალახი“ ჩვენ ადექვატურად ვხმარობთ, მაგრამ როგორც ექსპერიმენტულად დადგინდა, სპეციალისტის გარდა, ადამიანი ვერ იძლევა მის ზუსტ განსაზღვრას. სწორედ ამიტომ ფსიქოლოგიაში ანსხვავებენ ყოველდღიურ და მეცნიერულ ცნებებს.

მეცნიერული ცნების შინაარსი მეცნიერების განვითარებასთან ერთად იცვლება. მაგალითად, ატომის ცნება ძველი საბერძნეთის ფილოსოფოსებს გაგებული ჰქონდათ განუყოფელი ნაწილაკის სახით. ამჟამინდელი მონაცემებით ატომს ურთულესი სტრუქტურა აღმოაჩნდა და მისი ცნების შინაარსი არსებითად შეიცვალა. ამრიგად, ცნება წარმოადგენს სინამდვილის ასახვის მაღალ ფორმას. აღქმა გვაწვდის საგნის სურათს იმ სახით, როგორც იგი ამ მომენტში, მოცემულ პირობებში გვეძლევა, ცნება კი ასახავს საგნის ან მოვლენის არსს, რომელსაც ჩვენ მეცნიერების საფუძველზე ვწვდებით.

აზროვნების პროცესში ცნება ჩვეულებრივად განცალკევებულად კი არ იაზრება, არამედ როგორც მსჯელობაში შემავალი. მაგალითად, ჩვენ გავიაზრეთ: „ადამიანი გონიერი ცხოველია“ და არა სამი ცნება ცალ-ცალკე: „ადამიანი“, „გონიერება“, „ცხოველი“. მსჯელობა, ისევე, როგორც ცნება სინამდვილის ასახვის ფორმაა. მსჯელობა ცხადს ხდის მიმართებებს სუბიექტსა და ობიექტს, მთელსა და ნაწილს, მიზეზსა და შედეგს შორის, ტოლობა-უტოლობის, დროით, სივრცით მიმართებებს და სხვა (მაგ. „ელვა წინ უსწრებს ქუხილს“, „საფრანგეთი ევროპის ნაწილია“ და სხვა).

ფსიქოლოგიური თვალსაზრისით მსჯელობისთვის დამახასიათებელია გამოთქმულში დარწმუნებულობის მომენტი. მსჯელობა აუცილებლად გულისხმობს მიმართების დადას-

ტურებას, მის შეწყნარებას ან უარყოფას, რასაც თან ახლავს დარწმუნებულობის გარკვეული ხარისხი.

ლოგიკური აზროვნების მესამე ფორმად დასკვნა ითვლება. დასკვნის შედეგად ვღებულობთ ახალ მსჯელობას (ე.წ. დანასკვი), რომელიც გამომდინარეობს რამდენიმე მსჯელობიდან (ე.წ. წანამძღვრები). მაგალითად გვაქვს მსჯელობები: „ყველა ლითონი ელექტრობას ატარებს“ და „რკინა ლითონია“. აქედან გამომდინარეობს დასკვნა: „რკინა ელექტრობას ატარებს“.

ლოგიკის გავლენით ფსიქოლოგიაშიც არჩევენ დასკვნის სამ ძირითად სახეს. ესენია: 1. ინდუქცია – კერძო მსჯელობებიდან ზოგადის გამოყვანა (მაგ. გათბობისაგან ფართოვდება ალუმინი, ვერცხლი, რკინა, სპილენძი და ა.შ. მაშასადამე, ყველა ლითონი გათბობისაგან ფართოვდება); 2. დედუქცია – ზოგადი მსჯელობებიდან კერძოს გამოყვანა (მაგ. ყველა ადამიანი მოკვდავია. სოკრატე ადამიანია. მაშასადამე, სოკრატე მოკვდავია); 3. ანალოგია – ერთი კერძო მოვლენიდან მსგავსი მოვლენის შესახებ დასკვნა (დედამიწაზე წყალია და სიცოცხლე არსებობს. მარსზეც არის წყალი. მაშასადამე, იქაც უნდა არსებობდეს სიცოცხლე).

დასკვნის უკანასკნელ სახეს (ანალოგიით დასკვნას) არა აქვს ის სანდოობა, რაც ინდუქციას ან დედუქციას ახასიათებს თუ კი წანამძღვრები ჭეშმარიტია. საერთოდ კი დასკვნის შემეცნებითი ღირებულება მეტად დიდია. იგი აფართოებს ჩვენს ცოდნას, გვაგებინებს ისეთ რამეს, რაც გამოცდილებაში არ გვქონია. მაგალითად, ჩვენ ვიცით, რომ ა) ყოველი ცოცხალი არსება, რომელიც შვილებს ძუძუთი კვებას, თბილისხლიანი, ძუძუმწოვარა ცხოველია, რომ ბ) ვეშაპი შვილებს ძუძუთი კვებას. ამ ორ მსჯელობას შორის მიმართების დამყარების საფუძველზე გამოგვყავს დასკვნა, რომელიც ჩვენთვის შეიძლება სრულიად ახალი აღმოჩნდეს; სა-

ხელდობრ, დავასკვნით, რომ ვეშაპი თბილისისხლიანი ძუძუ-
მწოვარა ცხოველია და არა თევზი, და ამგვარად ვაფართო-
ვებთ ჩვენს ცოდნას.

აზროვნების ძირითადი ოპერაციები

აზროვნების სახით მოცემული შემეცნება, როგორც ზე-
მოთ დავინახეთ, საბოლოო ანგარიშში ეყრდნობა აღქმაში
ასახულს. შემეცნება აღქმადი მასალის გონებრივი გადამუ-
შავების გზით ხორციელდება. თვით უზოგადეს აბსტრაქ-
ტულ ცნებათა შემუშავებას ადამიანი, საბოლოო ჯამში, აღ-
ქმადი, თვალსაჩინო მასალის (აღქმულის და წარმოსახულის)
აზროვნებაში გადამუშავებით აღწევს. შევჩერდეთ აზროვნე-
ბის ძირითად ოპერაციებზე.

1. ანალიზი. ადამიანს შესწევს უნარი მთლიანი შინაარსის,
აღქმულის ან წარმოდგენილის, აზროვნებაში გაანალიზები-
სა ე.ი. ცალკე ნაწილების, მხარეებისა და თვისებების გამო-
ყოფის, შემადგენელ ერთეულებად დაშლის უნარი.

მაგალითად, მიუხედავად იმისა, რომ მოცემული ფერადი
მუყაოდან ამოჭრილი სამკუთხედის აღქმა ან წარმოდგენა
მთლიანია, ჩვენ შეგვიძლია აზროვნების პროცესში გამოვ-
ყოთ ამ მთლიანში სამკუთხედის მხარეები, კუთხეები ან მისი
ფერი, სიდიდე და ა.შ., ან ბგერის მთლიან აღქმაში გამოვ-
ყოთ მისი სიმაღლე, ინტენსიობა და ტემბრი, ან კიდევ, სიტ-
ყვის გაგების მთლიან განცდაში გამოვყოთ ცალ-ცალკე სიტ-
ყვის ბგერითი მხარე (ბგერათა კომბლექსი) და სემანტიკური
მხარე (მნიშვნელობა – სიტყვის შინაარსი) და ა.შ. ყველა ამ
შემთხვევაში ჩვენ აზროვნებით ანალიზს ვაწარმოებთ.

2. განყენება ანუ აბსტრაქცია ეწოდება მთლიანი შინაარ-
სიდან ერთ-ერთი არადამოუკიდებელი მომენტის გამოყოფას
და მთელის გარეშე გააზრებას. ეს, მთლიანიდან გამოყოფი-

ლი, მის გარეშე გააზრებული თვისება ან მხარე თვითონ გადაიქცევა ჩვენი ანალიზის საგნად. მაგალითად, თუ მოცემული საგნის, მაგალითად, ფანქრის მხოლოდ ფერის შესახებ ვიმსჯელებთ, ისე რომ თვით ფანქარი აღარ გვაქვს მხედველობაში, ან ამ ოთახის სიდიდეზე ვფიქრობთ ისე რომ ოთახის ყველა სხვა თვისებას ყურადღების გარეშე ვტოვებთ, პირველ შემთხვევაში ჩვენ მოვანდინებთ ფერის, ხოლო მეორე შემთხვევაში – სიდიდის აბსტრაქციას.

არჩევნ აბსტრაქციის ორ მხარეს: პოზიტიურს (დადებითს) და ნეგატიურს (უარყოფითს). პოზიტიური აბსტრაქციის საგანი არის ის, რისი გამოყოფაც მოვანდინებთ, რაც აზროვნების საგანს შეადგენს (ზემოთ მოყვანილ მაგალითში ფერი და სიდიდე), ხოლო ნეგატიური აბსტრაქციის საგანი არის ის, რისგანაც მოხდა აბსტრაქცია, ე.ი. რაც ფაქტობრივად დარჩა საგანში უგულვებელყოფილი, რაც ყურადღების გარეშე დავტოვეთ.

აბსტრაქციის შედარებით რთული ფორმა გულისხმობს ისეთი მიმართებითი არათვალსაჩინო ნიშნის გამოყოფას, რომელიც თითოეულ საგანში, ცალკე აღებულში, არც არსებობს, რომელიც მხოლოდ საგანთა შორის მიმართებას წარმოადგენს. მაგალითად, რიცხვი თვით საგანში არ არსებობს, იგი საგნის აღქმის შინაარსს არ წარმოადგენს: ხუთი გემიც – ხუთია, ხუთი კაკალიც – ხუთია. რიცხვის ცნების დაუფლება აბსტრაქციის შედეგია, კერძოდ, სხვადასხვა საგანთა რაოდენობრივი დამოკიდებულების აბსტრაქციის შედეგი, რასაც ჩვენ ბავშვობიდან ვეუფლებით.

საგანთა შორის მიმართებათა აბსტრაქციის გზით ადამიანი იმუშავებს უზოგადეს, განყენებულ ცნებებს (კატეგორიებს), ხოლო განყენებულ ცნებათა საშუალებით უფრო ღრმად შეიმეცნებს მოვლენებს, უფრო ღრმად გებულობს იმ კანონზომიერებებს, რასაც ცალკეული მოვლენები ემორჩილება. ასე

მაგალითად, მიზეზობრიობის, იგივეობის, ტოლობის, პროპორციულობის და სხვა მიმართებითი ბუნების ცნებების შემუშავება ხდება ჭერ კონკრეტულ შემთხვევებში კონკრეტულ მოვლენათა შორის სათანადო მიმართებათა წვდომის და შემდეგ ამ მიმართების აბსტრაქციის გზით, რის შედეგადაც შემუშავებული ცნებები (მიზეზობრიობის და ა.შ.) ამ კონკრეტული მოვლენების გარეშეც გაიზარება: მიზეზობრიობა საზოგადოდ და არა კონკრეტულ მოვლენათა შორის მიზეზ-შედეგობრივი დამოკიდებულება და ა.შ.

3. **სინთეზი** აზროვნების ერთ-ერთი ძირითადი ოპერაციაა; იგი ანალიზის საწინააღმდეგო პროცესია. **აზროვნებითი სინთეზი** წარმოადგენს ცალკე აღებული მოვლენის ელემენტების, ნაწილების ან თვისებების და ა.შ. გაერთიანებას ერთი მთლიანი შინაარსის სახით. მაგალითად, როდესაც მოსწავლე რთულ მოვლენას გაიგებს მისი ცალკე მხარეების აღწერისა და ახსნის საფუძველზე, ან მეცნიერი ცალკე მოსაზრებათა საფუძველაზე მთლიან თეორიას ააგებს, ეს აზროვნების სინთეზური მუშაობით არის გაპირობებული.

მარტივ ფორმებში სინთეზური მოქმედება ყოველ ნაბიჯზე ვლინდება. მაგალითად, ყოველდღიურ მეტყველებაში ფრაზების შედგენა სიტყვებიდან, გაბმული ზეპირი თუ წერითი მეტყველების პროცესში ცალკე წინადადებიდან უფრო დიდი შინაარსის მწყობრი ლოგიკური აზრობრივი მთლიანობის სახით დალაგება და ა.შ. სინთეზის ოპერაცია მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ცნების დაუფლების პროცესშიც. ლოგიკური ცნება სხვადასხვა არსებით ნიშნებზე აიგება, მაგრამ ისინი ცნებაში ცალ-ცალკე, ან ჯამის სახით კი არ განიცდებიან, არამედ ერთიანი შინაარსის სახით სინთეზირებულნი გაიზარებია. ასეთი მთლიანი შინაარსის შემუშავება ამ ნიშანთა სინთეზირების შედეგია.

პრობლემის გადაჭრა

ზემოთ განხილული გონებრივი ობერაციები: ანალიზი, სინთეზი, განზოგადება, დედუქციური და ინდუქციური დასკვნები წარმოადგენენ არა მხოლოდ ცნების ჩამოყალიბების საშუალებებს, არამედ მონაწილეობენ აგრეთვე პრობლემის გადაჭრის სააზროვნო პროცესში. პრობლემის გადაჭრა როგორც აზროვნების ძირითადი პროცესი, მიმდინარეობს აზროვნების ყველა დონეზე: პრაქტიკული ინტელექტით დაწყებული, თეორიული აზროვნებით დამთავრებული.

პრობლემის გადაჭრას განსაზღვრავენ როგორც მიზანმიმართულ აქტივობას, რომლის სუბიექტს არა გააჩნია მზა საშუალებები მიზნის მისაღწევად. პირველ აუცილებელ პირობად იგულისხმება პრობლემის დასმა. პრობლემა ჩნდება მაშინ, როდესაც შემოსული ინფორმაცია არ შეესატყვისება არსებულს ან იგი არასრულია სასურველი მიზნის მისაღწევად. ადამიანი სვამს საკითხს: რა მოხდა? რაში მდგომარეობს შემჩნეული შეუსატყვისობის მიზეზი?

განვიხილოთ მაგალითი. ადამიანი ბრუნდება სახლში, ამოიღებს კლიტეს ჯიბიდან და ვერ აღებს კარებს. იგი ჩერდება, გააცნობიერებს ამჟამად მიმდინარე და წარსულ მოქმედებებს. შეიძლება თვალსაჩინოდ წარმოიდგინოს წარსული ვითარება (მაგალითად, სამსახურში ყოფნისას ხელში ატრიალებდა გასაღებს, ხომ არ შეეცვალა შემთხვევით სხვა გასაღებში ან იქნებ სხვამ სპეციალურად შეუცვალა გასაღები). ამრიგად, პრობლემის და კონკრეტული ამოცანის გადასაწყვეტად ორი ძირითადი ფაქტორია აუცილებელი: აქტუალური სიტუაცია (ამ შემთხვევაში კარების გაღების შეფერხება) და არსებული მიზანი (კარების გაღება). პრობლემის გადასაწყვეტად აუცილებელია რამდენიმე საფეხური:

პრობლემური სიტუაციის ნაწილებს შორის მიმართების დადგენა, პრობლემის გადაწყვეტის გარიანტების შედარება საბოლოო მიზანთან, რომელიც წარმოადგენს პრობლემის გადაჭრის ცენტრალურ მომენტს.

თავად პრობლემები შეიძლება დავაჯგუფოდ სამ კატეგორიად: 1. პრობლემის გადასჭრელად აუცილებელია გარკვეული სტრუქტურის შექმნა – ნაწილებს შორის მიმართების დადგენა; 2. ელემენტები უნდა განლაგდნენ, განაწილდნენ ისე, რომ ეს პასუხობდეს გარკვეულ კრიტერიუმებს; 3. მიზნის მისაღწევად საჭიროა ჩატარდეს გარკვეული გარდაქმნები – ტრანსფორმაციები.

პირველი ტიპის პრობლემებს მიეკუთვნება ამოცანები, სადაც ადამიანმა უნდა დაადგინოს სხვადასხვა ლოგიკური მიმართება, ზოგჯერ მოცემული ნიმუშის ანალოგიით: „გამყიდველი – მყიდველი, ადვოკატი – კლიენტი, ექიმი – ...“. მეორე ტიპის პრობლემის კარგ მაგალითს წარმოადგენს ე.წ. ანაგრამების ამოცანები, სადაც აზრიანი სიტყვის მიღება შესაძლებელია ასოთა დარღვეული თანმიმდევრობის აღდგენით (მაგ. ილაღჲ ან ალიქაქ). ტრანსფორმაციის პრობლემა წყდება ნაბიჯთა დაგეგმილი თანმიმდევრობის მიხედვით. ადამიანმა იცის რა უნდა მიიღოს საბოლოოდ. ასეთია, მაგალითად, წყალ-ჭურჭლის ამოცანები, როდესაც წყლის გარკვეული რაოდენობა უნდა მიიღოს სამი ჭურჭლის საშუალებით (მაგ. 100 ლიტრის მიღება 21-იანი, 127-იანი და 3 ლიტრიანი ჭურჭლის საშუალებით). ამავე კატეგორიას მიეკუთვნება „ცხვრის, თივის და მგლის“ ცნობილი ამოცანა: როგორ შეიძლება გადაიყვანო მდინარის მეორე ნაპირზე ცხავარი, თივა და მგელი, ისე, რომ მათ ერთმანეთი არ შეჭამონ და ნავშიც მხოლოდ ორი ობიექტი იყოს განთავსებული.

არჩევნ რამდენიმე გზას პრობლემის გადასაჭრელად:

- ალგორითმი ანუ ზუსტი ლოგიკური პროცედურა, რომე-

ლიც უზრუნველყოფს კონკრეტული პრობლემის გადაჭრას, ალგორითმი ხორციელდება ნაბიჯ-ნაბიჯ და ხშირად საკმაოდ შრომატევადია. მაგალითად, სიტყვის შედგენა ასოების ერთობლიობიდან მრავალი ვარიანტის გადათვლას მოითხოვს. ასეთ შემთხვევაში უფრო ხშირად ევრისტიკას მიმართავენ.

- **ევრისტიკა**, ემპირიული ძიებითი სტრატეგია, რომელიც გვაძლევს საშუალებას ეფექტურად ვიმსჯელოთ და მივიღოთ გადაწყვეტილება. იგი ჩვეულებრივად უფრო სწრაფი მეთოდია, თუმცა ნაკლებად ზუსტი ვიდრე ალგორითმი.
- **ინსაიტი** – უცაბედი, ხშირად ნოვატორული გადაწყვეტა. ზოგჯერ ჩვენ ვერ ვაცნობიერებთ, რომ მივსდევთ გარკვეულ სტრატეგიებს. პასუხი თავისით მოდის. ცნობილია ფაქტი: მათემატიკოსი უაილზი წლების განმავლობაში წვალობდა ფერმას თეორემის გადაწყვეტაზე. 7 წლის შემდეგ მას უცბად გონება გაუნათდა – თავში მოუვიდა „მარტივი და ელემენტური გადაწყვეტა“. ამ მომენტს უაილდში იხსენებს, როგორც ჯადოსნურ გასხივოსნებას, რომელმაც გადააწყვეტინა პრობლემა, რაზეც თავს იტყვავდნენ მეცნიერები 350 წლის განმავლობაში. ინსაიტის მსგავს მოვლენასთან გვაქვს საქმე კელერის მიერ აღწერილ შემთხვევაშიც, როდესაც შიმპანზემ მრავალი წარუმატებელი მცდელობის შემდეგ უცბად გააერთიანა ბამბუკის ორი ჯოხი მიმზიდველი ხილის მოსაპოვებლად.

აღამიანებს აქვთ მისწრაფება დაასაბუთონ წინასწარ შექმნილი წარმოდგენა. ექსპერიმენტულად ნაჩვენებია, რომ აღამიანებს არ სურთ მოიპოვონ ინფორმაცია, რომელიც არ შეესატყვისება მათ წინასწარ მიღებულ შეხედულებას. აღამიანს აგრეთვე უჭირს შეცვალოს ადრე გამოყენებული სტრატეგია. ჩვეულებრივად ამას აზროვნების შაბლონურობა

ბას უწოდებენ, რომელიც ზღუდავს პროდუქტულ აზროვნებას. ადამიანებს უჭირთ, მაგალითად 6 ასანთიდან 4 ტოლფერდა სამკუთხედის შედგენა მხოლოდ იმის გამო, რომ ყველა ვარიანტს ერთ სიბრტყეში აგებენ. აზროვნების შაბლონურობის მეორე პოპულარულ მაგალითს წარმოადგენს ე.წ. 9 წერტილის ამოცანა, რომელშიც ცდის პირებს ევალებათ 9 წერტილის გაერთიანება 4 სწორი ხაზით ხელაუღებლად. ცდის პირები, როგორც წესი, ვერ ახერხებენ ამ ამოცანის შესრულებას, რადგანაც ცდილობენ ყველა ხაზი მოათავსონ მოცემული ოთკუთხედის შიგნით, თუმცა ეს მოთხოვნა არ არის მოცემული ინსტრუქციაში. ამ შაბლონის დარღვევის შემდეგ ამოცანა ადვილად გადაიჭრება. ამრიგად პრობლემის გადაჭრის შემაფერხებელ ფაქტორს წარმოადგენს ე.წ. რიგიდობა, ანუ უუნარობა დაინახო პრობლემა ახალი კუთხით.

ფსიქოლოგები გვთავაზობენ რამდენიმე რეკომენდაციას პრობლემის სწორად გადაჭრისთვის: თუ გადასაჭრელი პრობლემა ნათელია, განიხილეთ პრობლემის გადაჭრის ყველა შესაძლო ვარიანტი, შეარჩიეთ ის, რომელიც საუკეთესოდ გეჩვენებათ, შეამოწმეთ ეს გადაწყვეტილება და დარწმუნდით, რომ ის მუშაობს. თუ არა, ახალი არჩევანი უნდა გააკეთოთ. 'ეს პროცესი უნდა გაგრძელდეს, სანამ იპოვით ეფექტურ გადაწყვეტას.

§ 2. ინტელექტი

ინტელექტი ასახავს ადამიანების უნარს მეტ-ნაკლები სიადვილით გადაწყვიტოს ცხოვრებისეული და ლოგიკური ამოცანები, მეტ-ნაკლები სიადვილით შეიძინოს ცოდნა და უნარ-ჩვევები. ინტელექტის ცნების განხილვის დროს ისმის

რამდენიმე საკამათო საკითხი: არის თუ არა ინტელექტი მემკვიდრეობით განსაზღვრული? არის თუ არა ინტელექტი კულტურით განპირობებული? ინტელექტი—ერთი უნარია თუ რამდენიმე? შეიძლება თუ არა ინტელექტის რაოდენობრივად განსაზღვრა?

არსებობს ინტელექტის მრავალი განსაზღვრება. ცნობილი ფსიქოლოგი ბორინგი ინტელექტს განსაზღვრავს როგორც ისეთ რამეს, რაც იზომება ინტელექტის ტესტებით. ასეთი განსაზღვრება არ არის დამაკმაყოფილებელი. ეს ხომ იგივეა, რომ ვთქვათ, რომ ადამიანის სიცხე არის ის, რაც იზომება თერმომეტრით. სიცხე ისევე, როგორც ინტელექტი გარკვეულ პროცესებს ასახავს ადამიანის ორგანიზმსა თუ ფსიქიკაში. ზუსტნმა მეცნიერულმა განსაზღვრებამ მათი არსებითი ნიშნები უნდა წარმოაჩინოს. გამოჩენილი შვეიცარელი ფსიქოლოგი პიაჟე განსაზღვრავს ინტელექტს როგორც გარემოსთან შეგუების, მასთან წონასწორობის დამყარების აქტიურ პროცესს. დაახლოებით იგივეს აღნიშნავს თანამედროვე მკვლევარი სტერნბერგი. სტერნბერგის თანახმად ინტელექტუალური ადამიანები ახერხებენ კონტროლს გარემოზე, ცვლიან გარემოს და ირჩევენ თავისთვის შესატყვისს. ასე მაგალითად, ადამიანი, რომელსაც არ აქვს მუსიკალური სმენა, არ უნდა ირჩევდეს პოროფესიას, რომელიც მოითხოვს მუსიკალურ სმენას. ინტელექტუალურად წარმატებული ადამიანები იყენებენ თავის ძლიერ მხარეებს და ავითარებენ სუსტს. სტერნბერგი არჩევს ინტელექტის 3 მხარეს: ანალიტიკურ, შემოქმედებით და პრაქტიკულ უნარებს. მთავარია შემეცნების პროცესში ადამიანმა ისწავლოს გადაარჩიოს შესატყვისი, არსებითი, რელევანტური ინფორმაცია არაარსებითისაგან.

უნდა ითქვას, რომ ამჟამად არსებობს მხოლოდ ზოგიერთი ინტელექტუალური უნარის გაზომვის გამოცდილება. მაგა-

ლითად, ჰერ არ დამუშავებულია (არ არის სტანდარტიზირებული). პიროვნებათა შორის, საბუნებისმეტყველო, სულიერი უნარების გასაზომი ტესტები. ამისთვის უნდა დამუშავდეს სპეციალური დავალებების სისტემა.

ინტელექტის გაზომვა.

ინტელექტის გაზომვის პირველი მცდელობები დაკავშირებულია წინა საუკუნის დასაწყისში მოღვაწე ფრანგი ფსიქოლოგების ბინეს და სიმონის სახელებთან. მათ პირველად შექმნეს ამოცანათა კომპლექსები თითოეული ასაკისთვის რითიც იანგარიშებოდა ბავშვთა ე.წ. გონებრივი ასაკი. მაგალითად, 8 წლიანი ბავშვებისათვის შეტანილი იყო შემდეგი ტიპის ამოცანები: 1. შეადარე 2 ობიექტი გონებაში. აღნიშნე მათი მსგავსება, 2. დათვალე 20-დან 1 მდე, 3. აღნიშნე გამოტოვებული დეტალები ადამიანის გამოსახულებაში, 4. დაასახელე დღევანდელი დღე, რიცხვი, თვე, წელი, 5. გაიმეორე ხუთი ერთიანა რიცხვი და ა.შ.

შესატყვისად, სხვა ასაკებისთვის შერჩეული იყო უფრო რთული ან უფრო ადვილი ამოცანები. ამჟამად არსებობს ინტელექტის გაზომვის მრავალი ტესტი: კეტელის, ბიბოდის, ვეკსლერის, რავენის, აიზენკის და სხვ. ამ ტესტების საშუალებით დადგენილია თითოეული ასაკისთვის დამახასიათებელი ნორმა, რითიც დგინდება ბავშვის გონებრივი ასაკი. კონკრეტული ბავშვის ინტელექტის კოეფიციენტი უდრის გონებრივი ასაკის შეფარდებას ბავშვის ქრონოლოგიურ ასაკთან და გამრავლებულს 100-ზე.

$$IQ = \frac{\text{გონებრივი ასაკი} \times 100}{\text{ქრონოლოგიური ასაკი}}$$

მაგალითად, 10 წლის დათოს გონებრივი ასაკი არის 8. გამ-
რავლებთ 100-ზე და ვყოფთ 10-ზე. ვიღებთ 80, რაც დაბალი
მაჩვენებელია. საერთოდ, საშუალო ნორმა უდრის 100, 80-
დან 120-მდე ინტელექტის ნორმალურ განვითარებას ნიშ-
ნავს, 80-ზე ქვევით ნორმაზე უფრო დაბალს, ხოლო 120 ზე-
მოთ-ნიჭიერს.

ბინეს ტესტი პირველად დამუშავდა ბავშვების ინტელექ-
ტის გასაზომად, მაგრამ მალე გაჩნდა მოზრდილთა ინტე-
ლექტის გაზომვის მოთხოვნილება. ამან განაპირობა მოზრ-
დილთათვის ვექსლერის სკალის დამუშავება. ეს ტესტები,
როგორც წესი, ნაწილებისაგან შედგება, ანუ, სხვა სიტყვე-
ბით, სუბტესტებისაგან. ზოგი-გერბალური ანუ სიტყვიე-
რია, რომელიც აფასებს ზოგად კომპეტენციას, გაგების
უნარს და სხვა, ზოგი კი არავერბალურია – ნახაზებს წარმო-
ადგენენ. მაგალითად, ადამიანმა უნდა შეადგინოს სურათი
დაჭრილი ნაწილებისაგან, შეაგოს დაუსრულებელი ნახატი
და ა.შ..

ყველა არსებული ტესტი შეიძლება დავყოთ 2 ჯგუფად:
სისწრაფის ტესტებად და დონის ტესტებად. პირველ ტიპში
მთავარ სიძნელეს დროის შეზღუდვა წარმოადგენს, რომე-
ლიც მკაცრადაა ლიმიტირებული. მეორე ტიპის ტესტებში
– მთავარია დავალების სიძნელე. პირველ შემთხვევაში მთა-
ვარ მაჩვენებლად შესრულებული დავალებების რაოდენო-
ბა ითვლება, მეორე შემთხვევაში კი – შესრულებული დავალე-
ბების სირთულე.

მაინც რას ზომავენ ინტელექტის ტესტები? ერთი მიდგო-
მის მიხედვით ინტელექტი ეს არის უნარი, რომელიც ანი-
ჭებს ადამიანს უპირატესობას ყოველგვარ ინტელექტუა-
ლურ საქმიანობაში. მეორე მიდგომის მიხედვით არსებობენ
განსხვავებული პირველადი უნარები, და ლაპარაკი ერთიან
ინტელექტზე უსაფუძვლოა. ამ მიდგომის დამცველების აზ-

რით, ინტელექტი შეიცავს განსხვავებულ უნარებს. ამას უს-
ვამს ზაზს გარდნერი, რომელსაც მიაჩნია, რომ არსებობს ინ-
ტელექტის 7 დამოუკიდებელი ტიპი: ლოგიკურ-მათემატი-
კური, ლინგვისტური, მუსიკალური, სივრცითი, სხეულე-
ბრივი, პიროვნებათაშორისი და შიდაპიროვნული. გარდნე-
რი უშევს, რომ შესაძლებელია სხვა ტიპების არსებობაც,
მაგალითად, სულიერი და საბუნებისმეტყველო ტიპების.
ზოგიერთი ადამიანი ძლიერია მათემატიკურ აზროვნებაში
და სუსტია პიროვნებათაშორისი ინტელექტის მიხედვით
და, პირიქით. თითოეულ ტიპს შეესაბამება საქმიანობის
სხვადასხვა სფერო.

ორივე მიდგომას აქვს თავისი დამამტკიცებელი საბუთე-
ბი. მაგრამ საჭიროა ითქვას, რომ მაშინაც, როდესაც ვალია-
რებთ განსხვავებული უნარების არსებობას, ვერ ვუარყოფთ
მათ შორის საკმაოდ მნიშვნელოვან კორელაციას, კავშირს.

სადისკუსიო საკითხთა რიგს ეკუთვნის ინტელექტის მემ-
კვიდრეობითობის პრობლემა. რა თქმა უნდა, ადამიანები
განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან ინტელექტის დონით, მაგ-
რამ როგორ გამოვყოთ გენეტიკური ფაქტორი გარემოს ფაქ-
ტორისაგან? ტყუპებზე ჩატარებული მრავალი გამოკვლევა
ნათლად აჩვენებს მაღალ კორელაციას მათი ინტელექტის
დონეებს შორის მაშინაც, როდესაც ეს ტყუპები იზრდებიან
განსხვავებულ პირობებში. ეს ნიშნავს, რომ ინტელექტი
ძლიერ არის განსაზღვრული გენეტიკური ფაქტორით. სხვა-
დასხვა გამოკვლევის მიხედვით ეს დონე 50%-80% ფარგ-
ლებში მერყეობს. მაგრამ გარემოს მრავალფეროვნებაც ახ-
დენს მნიშვნელოვან გავლენას ინტელექტის გამზომი ტეს-
ტების შედეგებზე. საერთოდ უნდა გვესმოდეს, რომ გენები
და გარემო ურთიერთკავშირშია. დიდი ალბათობაა იმისა,
რომ მათემატიკური ნიჭით დაჯილდოებული მოსწავლეები
სწავლას მათემატიკური პროფილის სასწავლებელში გააგრ-

ძელებენ. შემდგომში, მათემატიკური უნარების განმსაზღვრელ ტესტებში ისინი უფრო მაღალ შედეგებს აჩვენებენ, რაც გენეტიკური ფაქტორითაც იქნება გაპირობებული და გარემოს ფაქტორითაც (უნარები – სწავლება). ამგვარად, ჩვენი გენები ჩვენივე გარემოს ფორმირებას ახდენენ, რომელიც, თავის მხრივ, ჩვენ გვაყალიბებს.

პირველად ინტელექტის გაზომვის ტესტურ პროცედურას დიდი ენთუზიაზმით ეკიდებოდნენ. მიაჩნდათ, რომ ეს პროცედურა ზომავს ბავშვის თანდაყოლილ უნარს ან ცოდნის შეძენის, სწავლის პოტენციალს. შემდგომში აღმოჩნდა, რომ ინტელექტის გამოვლენაზე მრავალი სოციალური ფაქტორი მოქმედებს. ამიტომ ბოლო დროს აღწერილ მიდგომაში გარკვეული ეჭვია შეტანილი. აღნიშნავენ რომ გულუბრყვილოა იმის რწმენა რომ ინტელექტის კოეფიციენტი არის საიდუმლო, საბედისწერი თვისება, რომელიც ახასიათებს ყველა ადამიანს გარკვეული რაოდენობით და ის ადამიანი, რომელსაც აქვს იგი დიდი რაოდენობით, ილბლიანი ადამიანია და ყველაფერს მიაღწევს. ეს უბრალოდ მითია.

მეორე მითი დაკავშირებულია იმ რწმენასთან, რომ ინტელექტი არის უცვლელი სიდიდით ყველა თაობაში. ბოლო წლებში ნათლად დადასტურდა, რომ ყოველი ახალი თაობა აშკარად უფრო მაღალ საშუალო მაჩვენებლებს იძლევა.

მესამე ცრურწმენა მდგომარეობს იმაში, რომ ტესტები ზომავენ ყველაფერს, რაც ადამიანს დასჭირდება ცხოვრებაში. სინამდვილეში ტესტები ვერ ზომავენ ადამიანის ურთიერთობას, პრაქტიკულ უნარჩვევებს, შემოქმედებით მიდგომას.

და ბოლოს, ტესტები შედგენილ იქნა გარკვეული წრის ბავშვების მონაცემებიდან გამომდინარე, არ იყო გათვალისწინებული კულტურის თავისებურებები. შესაძლოა ამიტომ წლების მანძილზე ჩრდილოეთ ამერიკაში მცხოვრები ეროვნ-

ნული უმცირესობების ბავშვების მაჩვენებლები იყო უფრო დაბალი, ვიდრე საშუალო კლასის თეთრკანიანი ოჯახების ბავშვების მაჩვენებლები. საზოგადოდ აფროამერიკელებს ევროპული წარმოშობის ამერიკელებზე დაახლოებით 15 ერთეულით ნაკლები IQ კოეფიციენტი აღენიშნებათ. ბოლო მონაცემებით ბავშვებში ეს განსხვავება 10 ერთეულამდე დაეცა. განსხვავებები ინტელექტის მაჩვენებლებში სხვა რასობრივ-ეთნიკურ ჯგუფებს შორისაც არის დადგენილი. საკითხი იმის შესახებ, რამდენად არის ეს განსაზღვრული გენეტიკურად და რამდენად გარემოსეულად, დღესაც საკმაოდ მწვავე დებატების საგანს წარმოადგენს.

მიუხედავად ყველაფერი ზემოთქმულისა, მაინც უნდა ვაღიაროთ, რომ ინტელექტი პირდაპირ კავშირშია (კორელაციაშია) მომავალ მიღწევებთან. თუმცა ინტელექტის კოეფიციენტის ცოდნა არ იძლევა მომავალი წარმატების ზუსტი პროგნოზის საშუალებას, რადგან ინტელექტის განვითარება შესაძლებელია. გარემოს გავლენა ძალიან მნიშვნელოვანია ამ პროცესში. ასეთია ოჯახში არსებული ინტელექტუალური ატმოსფერო, მშობლების ბავშვებთან ურთიერთობის ხანგრძლივობა, ბავშვების რაოდენობა ოჯახში და სხვა. გარემოს გავლენის თვალსაჩინოდ წარმოდგენისთვის გამოვიყენოთ რეზინის ლენტის მოდელი—მისი სიგრძე ხომ იმაზეა დამოკიდებული, რამდენად ძლიერად დავჭიმავთ მას. სწორედ გარემო წარმოადგენს ასეთი გაჭიმვის შესაძლებლობას. თანამედროვე ბავშვი ღებულობს დიდ ინფორმაციას გარემოდან, ოჯახში. ინტელექტის დონეს განსაზღვრავს არა მხოლოდ თანდაყოლილი ფაქტორები, არამედ მათი ურთიერთქმედება გარემოსთან. თანდაყოლილი მონაცემების არსებობის შემთხვევაში ლენტი ადვილად იჭიმება, ნაკლები უნარის შემთხვევაში მეტი ძალისხმევაა საჭირო მასწავლებლისაგან. ლენტის სიგრძე იკუმშება არახელსაყრელ პირობებ-

ში, ხელსაყრელ პირობებში ინტელექტი მაჩვენებლის დონე მნიშვნელოვნად იზრდება.

ინტელექტის ფსიქოლოგიის სფეროში ინტერესს იწვევს საკითხი გენდერული განსხვავებულობის შესახებ. მკვლევართა უმრავლესობა თვლის, რომ ინტელექტის საშუალო განვითარება ქალებსა და მამაკაცებში დაახლოებით ერთნაირია. ამავე დროს, მამაკაცებში აღინიშნება მონაცემების თავმოყრა საწინააღმდეგო პოლუსებთან: მათ შორის მეტია როგორც ძალიან ჭკვიანი, ისე ძალიან სუფილი. არსებობს გარკვეული განსხვავება ინტელექტის ამა თუ იმ მხარის გამოვლინებაშიც. ხუთ წლამდე ეს განსხვავებები თვალში საცემი არ არის. ამ ასაკის ზემოთ ბიჭებს ერთგვარი უპირატესობა უჩნდებათ სივცითი ინტელექტისა და მანიპულირების სფეროში, ხოლო გოგოებს – ვერბალური უნარების სფეროში. მამაკაცები მნიშვნელოვნად აღემატებიან ქალებს მათემატიკურ უნარებში. არსებული მონაცემებით, მათემატიკაში განსაკუთრებულად ნიჭიერ ადამიანებს შორის 13 მამაკაცზე მხოლოდ ერთი ქალი მოდის. დავას იწვევს აღნიშნულ განსხვავებათა ბუნება. ერთნი თვლიან, რომ მათი ახსნა გენეტიკურად შეიძლება. მეორენი, ფემინისტურად ორიენტირებულნი, ამტკიცებენ, რომ მათ საფუძველს ჩვენი საზოგადოება ქმნის, რომელიც კაცებსა და ქალებს არათანაბარ პირობებში აყენებს. თანამედროვე მკვლევართა ზოგადი დასკვნით განსხვავება სქესთა შორის ინტელექტის ტესტების შესრულებაში უმნიშვნელო ხდება, როდესაც სწავლების სისტემა აძლევს ერთნაირ შანსს ორივე სქესს.

XXI საუკუნე სკოლისაგან 2 ძირითადი უნარ-ჩვევის ჩამოყალიბებას მოითხოვს: კომუნიკაციური უნარის და უნარის იაზროვნო. აზროვნების უნართან დაკავშირებით მოგვიწევს კიდევ ერთი ახალი ცნების – კრიტიკული აზროვნების ცნების განხილვა. კრიტიკულ აზროვნებაში გულისხმობენ ფსი-

ქიკურ პროცესებს და სტრატეგიებს, რომლებსაც იყენებს ადამიანი პრობლემების გადასაჭრელად და ახალი ცნებების შესაძენად.

იაზროვნო კრიტიკულად ნიშნავს იყო ცნობისმოყვარე და იყენებდე კვლევისა და ინფორმაციის მოძიების სტრატეგიებს, აყალიბებდე კითხვებს და მუდამ ეძებდე პასუხებს. კრიტიკული აზროვნება სხვადასხვა დონეზე მუშაობს და არ შემოიფარგლება მხოლოდ ფაქტების კონსტატაციით, არამედ მიზეზების ძიებასა და შესაძლო შედეგების განსაზღვრასაც გულისხმობს. კრიტიკული აზროვნება მოიცავს არა მხოლოდ ორიენტაციას ახალი ინფორმაციის ნაკადში, მისი გააზრების და გამოყენების უნარს, არამედ მიღებული შედეგებისა და დასკვნების შეფასებას. ამ უნარის მქონე ადამიანი კრიტიკულად გაიაზრებს მიღებულ ინფორმაციას, საკუთარ პოზიციას რაციონალურად დაიცავს.

§ 3. კრეატიულობა

ადამიანები განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი მონაცემით - კრეატიულობით, შემოქმედებითობით. ზოგადი გაგებით ეს არის უნარი დაინახო საგანი, მოვლენა ახალი კუთხით, მოძებნო პრობლემის თავისებური გადაწყვეტა. კრეატიულობას განსხვავებულად განსაზღვრავენ სხვადასხვა ავტორები. გილფორდს მიაჩნია, რომ კრეატიულობა ნიშნავს აზროვნების სისხარტეს, მოქნილობას და ორიგინალობას. გილფორდი უკავშირებს ამ უნარს ე.წ. დივერგენტულ აზროვნებას ანუ აზროვნებას, რომელიც არ ეძებს ერთადერთ სწორ პასუხს, არამედ მიმართულია განსხვავებული ლოგიკური შესაძლებლობების ძიებაზე. მედნიკი კი აღნიშნავს, რომ კრეატიული პიროვნება ქმნის ახალ,

მრავალ კომბინაციას ჩვეულებრივი ელემენტებისაგან. ტორენსი აღწერს კრეატულობას როგორც პროცესს, როდესაც ადამიანი ხდება მგრძნობიარე პრობლემებისადმი, სიძნელეებისადმი, ცოდნის ხარვეზებისადმი, დისჰარმონიისადმი. როდესაც ჩვენ ვგრძნობთ, რომ რაღაც მოვლენა არ არის სრული, მას აკლია ჰარმონიულობა, იზრდება ჩვენი დაძაბულობა, ჩვენ ვეძებთ გამოსავალს, ვაყალიბებთ ჰიპოთეზებს, გამოწმებით მათ, ვუზიარებთ მათ სხვებს. დაძაბულობა ჩვენ მაშინ გვეხსნება, თუ მივალთ გარკვეულ აღმოჩენამდე.

მართალია, არსებობს აზრი, რომ შემოქმედებითი ადამიანები გარკვეული აზრით არასრულფასოვნები არიან, რადგანაც განსხვავდებიან საზოგადოების წევრთა უმრავლესობისაგან. რა თქმა უნდა, ეს ასე არ არის. მაგრამ ასეთი ბავშვების ქცევა შეიძლება ზოგჯერ უცნაურად მოგეჩვენოს. კრეატულობის საინტერესო მაგალითია შვეიცარელი გამოგონებლის მესტრალის მიერ ყველასთვის ცნობილი ე.წ. „ლიბურკის“ მოგონების ფაქტი. ეს მან მოახერხა იმის შემდეგ, რაც მიკროსკოპის ქვეშ შეისწავლა, თუ რატომ ეწებებოდა მისი ძაღლის ბეწვს მცენარე ბირკავას ეკლები და შემდეგ ამ ნიმუშით შექმნა წებოვანი სარტყელები ფეხსაცმელებისთვის და შარვლებისთვის.

ნათლად რომ გავიგოთ კრეატული ადამიანის თავისებურება, შეიძლება ის შევადაროთ საპირისპირო თავისებურებასთან, რომელსაც რიგიდობას უწოდებენ. რიგიდობა არის საგნის ტრადიციული ხედვის შეცვლის უუნარობა. ლაჩინსს ეკუთვნის ცნობილი ექსპერიმენტი რიგიდულობაზე: ცდის პირს უფიქსირებდნენ გარკვეული მოქმედების საკმაოდ რთული წესით შესრულებას. საკონტროლო ცდაში იმავე ტიპის მოქმედება შეიძლებოდა შესრულებულიყო სრულიად მარტივად, მაგრამ ზოგიერთი – რიგიდული – ცდისპირი ისევ აგრძელებდა რთული ხერხით მუშაობას.

ზოგ მკვლევარს მიაჩნია, რომ განსაზღვრება: კრეატული, შემოქმედებითი უნარის მქონე შეიძლება იხმარო მხოლოდ ხელოვნებაში, ლიტერატურაში მოღვაწე ადამიანების მიმართ. მაგრამ ბოლო დროს ამ მახასიათებელს ხმარობენ სხვა სფეროების მიმართაც. ზოგიერთი მკვლევარის აზრით კრეატულობა წარმოადგენს ადამიანის საკმაოდ იშვიათ და განსაკუთრებულ უნარს, სხვებს კი მიაჩნიათ, რომ **ზოგადი კრეატული უნარი** ამა თუ იმ ხარისხით ახასიათებს ყველა ფსიქიკურად ჯანმრთელ ადამიანს. სწორედ ამ პრინციპის აღიარებაზეა აგებული კრეატულობის გამზომი სპეციალური ტესტები. ერთ-ერთ ასეთ ტესტში ცდისპირს სთხოვენ მოიფიქროს რაც შეიძლება ბევრი გამოყენება ჩვეულებრივი ნივთისთვის, მაგალითად აგურისთვის ან ნეილონის კოლგოტისთვის. თითოეული პასუხი ფასდება 3 მაჩვენებლის მიხედვით: ა - პასუხების სიმრავლე, ბ-მოქნილობა ანუ უნარი გადაინაცვლო ერთი სფეროდან მეორეზე, გ-ორგინალობა ანუ პასუხების რაოდენობა, რომელიც გვხდება ჯგუფის 5% ნაკლები სიხშირით. განვიხილით ერთ-ერთი ცდისპირის პასუხები:

აგური შეიძლება გამოვიყენოთ შემდეგნაირად:

სახლის მშენებლობისას - ა, ბ

ბარკში ბილიკებზე დასაყრელად - ა, ბ

თავში ჩასარტყმელად - ა, ბ

ბინის გასათბობად ნავთქურაზე დადების საშუალებით
- ა, ბ, გ

კედელზე დასახატად - ა, გ

არსებობს კრეატულობის გაზომვის სხვა ტესტებიც, მაგალითად კრეატულობას სახვით სფეროში ტორენსი ზომავს მოცემული ნახაზის აზრიანი სურათის სახით დასრულების

საშუალებით. ტორენსის ერთ-ერთ ტექსტში ცდისპირს ეძლევა 30 წრე და სთავაზობენ 30 განსხვავებული ნახატის შექმნას. ასე, მაგალითად, წრე შეიძლება წარმოიდგინო საზამთროს სახით, გლობუსის სახით, ადამიანის თავის სახით, 2 წრე – ველოსიპედის სახით და სხვ.

ინტელექტის და კრეატიულობის ურთიერთმიმართება არ არის მარტივი. მართალია, დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანი არასოდეს არ არის კრეატიული, მაგრამ მაღალი ინტელექტი არ ნიშნავს აუცილებლად მაღალ კრეატიულობას და დივერგენტული აზროვნების უნარს. ზოგადად, ინტელექტი განსაზღვრავს ახალი მასალის გაგებას და ათვისებას, კრეატიულობა კი – შემოქმედებით მიღწევებს.

სამწუხაროდ, მასწავლებლები ხშირად ვერ აფასებენ კრეატიულ მოსწავლეებს. ასე, მაგალითად, ამერიკული მონაცემების მიხედვით კრეატიული ბავშვების მხოლოდ 20% იყო შენიშნული მათი მასწავლებლების მიერ. თანამედროვე ბირობებში მრავალი პრობლემა მოითხოვს ახალ არასტანდარტულ გადაწყვეტას. მასწავლებელს აქვს შესანიშნავი შესაძლებლობა წაახალისოს ბავშვის კრეატიული მოქმედება და არ უკუაგდოს მისი ორგინალური პასუხი. სწავლების პროცესში ნაკლები ადგილი უნდა ჰქონდეს მასალის დამახსოვრების მოთხოვნას და მეტი – ახალი იდეების პროდუცირებას, საკუთარი ძალებით პრობლემების გადაჭრისა და დასკვნების გამოტანის სტიმულირებას.

თავი მეოთხმეტე
კომუნიკაცია და მეცხველება

§ 1. კომუნიკაციის ზოგადი ღახასიათება

ადამიანთა ერთობლივი ცხოვრების და აქტივობის (საქმიანობის) აუცილებელ პირობას კომუნიკაცია წარმოადგენს. მაგალითად, დილით ვესალმებით ოჯახის წევრებს, ვუტოვებთ ინფორმაციას დაგეგმილი დღის შესახებ, ბოდიშს ვიხდით ან ვსაყვედურობთ თანამგზავრებს ან მძღოლს გზაში შექმნილ დაბრკოლებებთან დაკავშირებით, დღისით ვისმენთ ლექციებს ან თვითონ ვატარებთ მათ, ვეთათბირებით თანამშრომლებს, საღამოს ვიღებთ ინფორმაციას ტელევიზორიდან, ვუყვებით ოჯახის წევრებს დღის შთაბეჭდილებების შეახებ. ყველაფერს ამას ვაკეთებთ ორი ძირითადი გზით: მეტყველების ანუ ვერბალური და არავერბალური საშუალებებით.

ამრიგად, კომუნიკაცია ხორციელდება არა მხოლოდ ვერბალურად, არამედ მასში დიდწილად მონაწილეობენ არავერბალური საშუალებებიც: მიმიკა, ჟესტიკულაცია, პოზა, ექსტრალინგვისტური საშუალებები (ინტონაცია, პაუზა, ხმის სიმაღლე), პროქსემიკა ანუ კომუნიკაციის ორგანიზაცია სივრცეში. არავერბალური საშუალებები სამეტყველო აქტის რეალობაა. უფრო მეტიც, ერთ-ერთი გამოთვლის მიხედვით, ინფორმაციის 65%-მდე ურთიერთობის არავერბალურ საშუალებებზე მოდის. თავიდანვე უნდა შევნიშნოთ, რომ აღნიშნული რიცხვი მეტად პირობითია, რადგანაც არავერბალური საშუალებების მრავალფეროვნება და თავისებურება ცვალებადობს კულტურათა შორის.

ურთიერთობის არავერბალური კომპონენტების ადექვატური ანალიზი გვაძლევს შესაძლებლობას დავსახოთ ენის

მატარებლის საკომუნიკაციო უნარის ფორმირების გზები, გამოვავლინოთ სამეტყველო და არასამეტყველო ქცევის ეროვნულ-კულტურული სპეციფიკა, რაც აუცილებელია, კერძოდ, კულტურათაშორისი კომუნიკაციის სრულყოფისთვის. ხშირად იხმარება ტერმინი „სხეულის ენა“, რომელიც, უფრო ვიწროა, რადგანაც არ შეიცავს ე.წ. ექსტრალინგვისტურ საშუალებებს (ინტონაციას, პაუზას და სხვა), რაც აუცილებლად თან ახლავს მეტყველებას, მაგრამ არ მიეკუთვნება მეტყველების მახასიათებლებს.

არსებული შეხედულების მიხედვით, ჟესტები ხუთ ფუნქციას ასრულებენ: სიმბოლოს, ილუსტრაციის, ადაპტაციის, რეგულატორის და ემოციის ინდიკაციის. საფიქრებელია, რომ ამ ფუნქციებს ახასიათებთ მეტ-ნაკლები ეროვნულ-კულტურული სპეციფიკა და მათი განხილვა, პირველ რიგში, ურთიერთობის არავერბალურ საშუალებათა დიფერენციაციას გულისხმობს.

კომუნიკაციის არავერბალური საშუალებები მნიშვნელოვნად არის გაპირობებული თანდაყოლილი უნივერსალური სიგნალებით – ძირითადი ემოციების გამოხატვა უნივერსალურია კაცობრიობისთვის. მაგრამ სხვა ასპექტები სპეციფიკურია კულტურისთვის და კულტურათაშორისი კომუნიკაციის პროცესში ხშირად ხდება გაუგებრობის მიზეზი. ასე, მაგალითად, ერთი სპეციალისტი კროსკულტურულ ურთიერთობებში აღწერს ფაქტს, სადაც ამერიკაში ახლად ჩამოსულ აზიელ ინჟინერს მისმა მდივანმა ქალმა უსურვა წარმატება სპეციფიკური ამერიკული ჟესტით – გადაჯვარედინებული თითებით, რამაც იგი უხერხულ მდგომარეობაში ჩააყენა, რადგანაც ინჟინრის სამშობლოში ეს ჟესტი სექსუალურ გამოწვევას ნიშნავს.

გრამატიკული წესების გაუცნობიერებელი გამოყენების ანალოგიურად, ადამიანი მისდევს არავერბალური ქცევის

დაუწერელ წესებს მათი გაცნობიერების გარეშე და ეუფლება მათ მშობლიური ენის დაუფლებასთან ერთად. იდენტიფიკაცია საკუთარი სოციალური წარმომადგენლებთან ამის ერთ-ერთ მექანიზმს წარმოადგენს. უცხოური ენის დაუფლება თავისი სრულყოფილი ფორმით გულისხმობს ამ კულტურისთვის დამახასიათებელი არავერბალური საშუალებების სისტემის დაუფლებას, რასაც საკმაოდ იშვიათად აღწევენ. მაგრამ არსებობს საპირისპირო ფაქტები. ცნობილია საინტერესო ფაქტი: ნიუ-იუორკის მერი 1933 - 45 წლებში ლაგუარდია სრულყოფილად ფლობდა ინგლისურს, იტალიურს და იდიშს. მკვლევარები, რომლებიც სწავლობდნენ მისი გამოსვლების ჩანაწერებს, გამოკრული ხმის პირობებშიც თავისუფლად საზღვრავდნენ თუ რა ენაზე მეტყველებდა ლაგუარდია, მხოლოდ არავერბალურ სიგნალებზე დაყრდნობით. კერძოდ, იტალიური და ებრაული კულტურისთვის სპეციფიკურია მეტყველების თანმხლებად ხელების ცირკულარული მოძრაობა. ამ მოძრაობების რადიუსის გაზომვით შეგვიძლია ზუსტად დავადგინოთ თუ რა ენაზე მეტყველებს ადამიანი: რაც უფრო მეტია რადიუსი, მით უფრო მეტია ალბათობა, რომ ეს იქნება იტალიური ენა.

ბოლო წლებში ურთიერთობის არავერბალური საშუალებების სფერო საკმაოდ ინტენსიური კვლევის საგნად იქცა. ნაკვლევია არავერბალური რეგულაციის გენდერული ასპექტიც. ასე მაგალითად, ერთ-ერთ ექსპერიმენტში ქალ-ვაჟთა ინტერაქციის ვიდეოჩანაწერების საშუალებით ნაჩვენებია, რომ ქალები უფრო მეტად იყენებენ ურთიერთობის ვიზუალურ საშუალებებს, ვაჟები კი - კინესიკურს (ჟესტებს). ნაცადია ჟესტების სპეციალური ანბანის შექმნა. შექმნილია ე.წ. „შუა ევროპული ჟესტების რუკა“, რომელიც წარმოადგენს ჟესტების 20 ფოტოსურათს.

პროქსემიკური ანუ კომუნიკაციის წევრების სივრცეში

განლაგების განსხვავების სადემონსტრაციოდ ჩვეულებრივად იყენებენ ე.წ. დისტანტური და კონტაქტური ერების არსებობის ფაქტს. პირველ ჯგუფს მიეკუთვნება ჩრდილოეთი ევროპა, ა.შ.შ., კონტაქტურს—სამხრეთი ევროპა, მცირე აზია, ლათინური ამერიკა. ჩრდილო-ამერიკელების და ლათინო-ამერიკელების ურთიერთობაში პირველები ცდილობენ დაიცვან თავისი პირადი სივრცე (70 სმ-მდე), ხოლო მეორენი ამის საპირისპიროდ ცდილობენ დაამყარონ ურთიერთობა უფრო მცირე დისტანციაზე. პირველები სულ უკან-უკან იხევენ, მეორენი კი — უახლოვდებიან. ამ ვითარებას ხშირად ლათინო-ამერიკულ ვალსს უწოდებენ. როდესაც არაგერბალური წესი ირღვევა, ადამიანი დისკომფორტს განიცდის, მაგრამ არ იცის, რატომ. ასე მაგალითად, არაბებს უყვართ ახლოს დგომა, ხელის მოკიდება მოსაუბრისთვის, რაც ჩრდილო-ევროპელს უხერხულ მდგომარეობაში აგდებს.

კონტაქტურ და დისტანტურ ერებად დაყოფის გარდა, არაგერბალურ საშუალებათა მთელი სისტემა შეიძლება ორ სახედ იყოს კატეგორიზებული: კულტურები, სადაც კონტექსტი მეტ-ნაკლებ როლს ასრულებს. მეტად კონტექსტურ კულტურას ახასიათებს არაგერბალური სიგნალებისთვის დიდი მნიშვნელობის მინიჭება, ნაკლებად კონტექსტური კულტურისთვის გადამწყვეტია გერბალური ნიშნები. მეტად კონტექსტურ კულტურებს მიეკუთვნება იაპონური, არაბული კულტურა, სადაც დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ტრადიციულ ჟესტს და პოზას. ნაკლებად კონტექსტური კულტურა (გერმანული, ჩრდილო-ამერიკული) მეტ მნიშვნელობას ანიჭებს სიტყვებს, ნაკლებად არის გამოყენებული ურთიერთობის ტრადიციული ფორმები. ამ ორი განსხვავებული კულტურის წარმომადგენელთა კონტაქტი ხშირად ორმხრივ უკმაყოფილებას იწვევს. ამერიკელს სიძნელებები

აქვს იაპონელთან ურთიერთობაში, რადგანაც არ ესმის იაპონელის გამოუთქმელი განზრახვა, იაპონელს, პირიქით მიაჩნია, რომ გონიერი ადამიანი გაიგებს საუბრის აზრს მისი კონტექსტიდან.

ძნელია გადაგაფასოთ აღნიშნული განსხვავების მნიშვნელობა. ამ განსხვავებაზე აგებულ გაუგებრობას შეუძლია ომამდეც კი მიიყვანოს მხარეები. ასე მაგალითად, ერაყის ჯარების მიერ ქუვეითის ოკუპაციის შემდეგ აშშ-ს სახელმწიფო მდივანი ჯეიმს ბეიქერი და ერაყის საგარეო საქმეთა მინისტრი ტარიკ აზიზი შეხვდნენ ერთმანეთს. ბეიქერმა ერთმნიშვნელოვნად წაუყენა ულტიმატუმი: „თუ არ გახვალთ ქუვეითიდან, ვიწყებთ შეტევას“-ო, მაგრამ ეს ითქვა დიპლომატიური ტონით, თანმხლები არაგერბალური საშუალებების – მუქარის პოზისა და ჟესტების გარეშე. იმავე დღეს ტარიკ აზიზმა შეატყობინა სადამ ჰუსეინს, რომ ამერიკელები მხოლოდ სიტყვიერად იმუქრებიან ომის დაწყებას, ხოლო მოქმედებას არ დაიწყებენ. ამერიკელებმა კი პირობის შესრულების შესატყვისად მეორე დღესვე დაიწყეს საომარი მოქმედება. ამგვარად, კონტექსტზე დამოკიდებული კულტურის წარმომადგენელმა ვერ გაიგო მხოლოდ გერბალურ კონტაქტზე ორიენტირებული კულტურის წარმომადგენლის ინფორმაცია, რის შედეგადაც დაიღუპა მრავალი ადამიანი.

მკითხველის წინაშე ბუნებრივად დგება საკითხი, რომელ კულტურას მიეკუთვნება თანამედროვე ქართველი, რა არის წამყვანი მის ურთიერთობაში – გერბალურად თუ არაგერბალურად გადაცემული ინფორმაცია? რამდენად განსხვავდება ქართველის მიერ გამოყენებული ჟესტიკულაცია, პოზა, პროქსემიკა სხვა ხალხის ანალოგიური მონაცემებისაგან?

საქართველოში არაგერბალურ საშუალებათა შესახებ არსებობს ორი გამოკვლევა, სადაც შესწავლილია არაგერბა-

ლური საშუალებების ლინგვისტური ასპექტი, უფრო ზუსტად, მათი ასახვა ქართულ ენაში, მეორე – ეხება არავერბალური საშუალებების მიმართებას სოციალური განწყობების პარამეტრებთან. არც ერთი არ ისახავს მიზნად კრონოლოგულ შედარებას. მაგრამ მეტად საინტერესოა თამარ ოშიაძის მიერ გაანალიზებული პროქსემიკური – სივრცეში განლაგების – ზონების ქართული აღნიშვნები. ასე მაგალითად, ინტიმური ზონისთვის ქართულში არსებობს გამოთქმები: „გულში უზის“, „სულში იძვრენენ“, „ზედ წამწამზე უზის“. დისტანციური ზონისადმი დამოკიდებულება (ოფიციალური ზონა) ხშირად უარყოფით იერს ატარებს: „სათოფეზე არ იკარებს“, „თვალის დასანახავად არ უნდა“ და სხვა. კინესიკური კომპონენტის სხვა სახეები: კოცნა, გადახვევა, ხშირად რიტუალურ ხასიათს ატარებს, ახლავს მისალმება-დამშვიდობებას და საყვარულსა და პატივისცემას გამოხატავს. ეს უძველესი ტრადიციული ქესტებია, თუმცა, უნდა ითქვას, ამჟამად მეტისმეტად ჭარბად გამოიყენება ჩვენში.

§ 2. ენა და მიტყველება

არავერბალური ურთიერთობის ჩამოთვლილი საშუალებების მრავალფეროვნების მიუხედავად, ადამიანებისთვის ძირითად და ცხოველებისაგან განმასხვავებელ საშუალებად რჩება კომუნიკაციის ვერბალური გზა ანუ მეტყველება. თავიდან უნდა აღვნიშნოთ, რომ თანამედროვე სპეციალური ლიტერატურაში, რომელიც ამერიკული მოდელითაა აგებული ან ამერიკული წიგნების თარგმანია, უფრო ხშირად იხმარება ტერმინი „ენა“. ქართული ფსიქოლოგიის ტრადიციით ჩვენ განსხვავებთ ორ ტერმინს: ენას, რომელიც წარ-

მოადგენს ობიექტურად არსებული ნიშანთა სისტემას და მეტყველებას, როგორც კონკრეტული ადამიანის ფსიქიკურ აქტივობას, რომელიც ხორციელდება ენის საშუალებით. ენა როგორც საზოგადოებრივი გამოცდილების დაგროვებისა და გადაცემის საშუალება, კაცობრიობის განვითარების განთიადზე გაჩნდა. ერთმანეთისთვის ღირებული ინფორმაციის გადასაცემად ადამიანებმა დაიწყეს დანაწევრებული ბგერების გამოყენება, რომლებსაც გარკვეული ღირებულება ენიჭებოდა. დანაწევრებული ბგერების გამოყენება ურთიერთობისთვის მოსახერხებელი იყო განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში, როცა ხელი შრომის იარაღით ან საგნებით იყო დაკავებული. ენას ცალკე ინდივიდის მეტყველებისაგან დამოუკიდებელი სტრუქტურა, და წესები გააჩნია. ეს სტრუქტურა არ იცვლება იმის გამო, რომ ვინმე ამ ენაზე არასწორად მეტყველებს. არსებობენ ე.წ. მკვდარი ენები, რომელზედაც არაგინ მეტყველებს, მაგრამ ამ ენებსაც აქვთ თავისი სტრუქტურა და კანონები, რომელსაც ჩვენ ვსწავლობთ. გამოყოფენ ენის რამდენიმე თვისებას: **შემოქმედითობას** – ადამიანები ქმნიან და ესმით წინადადებები, რომლებიც მათ არასოდეს არ მოუსმენიათ, **სტრუქტურულობა** – ენა ექვემდებარება ლინგვისტურ ელემენტთა მკაცრ წესებს, ენა **შინაარსის მქონეა** და შეეფარდება ობიექტურ სინამდვილეში არსებულ მოვლენებს და ბოლოს, ენა **კომუნიკაციურია** – ემსახურება ადამიანთა შორის ურთიერთობას.

მეტყველება – ინდივიდის მოქმედებაა ენის საშუალებით, იგი იცვლება ადამიანის ინდივიდუალური თავისებურებების შესაბამისად (შინაგანი მდგომარეობისა და სიტუაციის მიხედვით, მაგალითად, ხდება მეტ-ნაკლებად ემოციური). მეტყველების საშუალებით ადამიანი ადრეული ასაკიდანვე ენის დაუფლების პროცესში იძენს თავისი სოციალური წრის გამოცდილებას. ენის მეშვეობით კაცობრიობის მიერ

შემუშავებული ცნებები ადამიანის საკუთრებად იქცევა.

იმისათვის, რომ შესაძლებელი გახდეს კომუნიკაცია მეტყველების საშუალებით, მას ექსპრესიის ანუ განცდათა გამოხატვის ფუნქცია უნდა ჰქონდეს. მაგრამ ექსპრესია არ არის საკმარისი ადამიანთა შორის ცნობიერი კომუნიკაციის დასამყარებლად. გამოხატვის ფუნქციას ცხოველთა ბგერები და გამომხატველობითი მოძრაობებიც ასრულებენ, და ეს მოძრაობები (აბურძგნა, დამორჩილების პოზა და სხვ.) სხვა ცხოველების ქცევაზე ახდენენ გავლენას. მაგრამ ცხოველებს მეტყველება არ აქვთ. მათი ბგერები და გამომხატველობითი მოძრაობები მხოლოდ მათ შინაგან მდგომარეობას აღნიშნავენ (შიშს, სიხარულს, გაბრაზებას და სხვა). ეს მოძრაობები ინსტინქტური ხასიათისაა. ცხოველთა ბგერები (ბუნებრივ პირობებში) ცხოველის სუბიექტურ მდგომარეობას გამოხატავენ, სიტყვა კი ობიექტური, გარეთ არსებული მოვლენის აღმნიშვნელია. ამ აზრით სიტყვას ობიექტური მნიშვნელობა აქვს. ადამიანი პურს ეძახის პურს, წყალს – წყალს, მიუხედავად იმისა თვით მას შია, სწყურია, თუ არა.

ცხოველის ინსტინქტური წამოძახილები სასიგნალო როლს ასრულებენ – შეშინებული გარეული ბატის სისინი ინსტინქტურად იწვევს ბატების მთელი გუნდის ტბიდან მოწყვეტასა და გაფრენას. სულ სხვა არის ადამიანის სიტყვა. მას იმიტომ შეუძლია შეგნებული კომუნიკაციის როლის შესრულება, რომ მას აღმნიშვნელობითი ფუნქცია გააჩნია. იგი აღნიშნავს შინაარსს (საგანს, მოქმედებას, თვისებას). სიტყვა, როგორც აღქმადი ბგერითი კომპლექსი, გარკვეულ მნიშვნელობას გულისხმობს, რომელსაც არაფერი აქვს საერთო ამ ბგერით კომპლექსთან, ის პირობითია (ამიტომ, მაგალითად, პური სხვა ენებში სულ სხვა ბგერათა კომპლექსით აღინიშნება „ხლებ“, „ბრედ“ და ა.შ., მაგრამ შინაარსი ერთი აქვს). გარკვეული ბგერითი კომპლექსისთვის მნიშვნელობის მინი-

ჰება აზროვნების სპეციფიკური აქტის, აზრდების აქტის შედეგია. ამ აქტის შედეგად, მაგალითად, უცხოური ენის სიტყვა, რომელიც მანამდე უაზრო ბგერათა კომპლექსს წარმოადგენდა, აზრიან სიტყვად გადაიქცევა. ბავშვი მეორე წლის ბოლოს „აღმოაჩენს“, რომ მის გარშემო არსებულ საგნებს, მათ თვისებებს, მოქმედებებს სახელები აქვს. ბგერათა კომპლექსები, რომლებიც მას ესმის გარემოში, მნიშვნელობის მატარებელი ხდება. გ. შტერნი აზრდების ამ აქტს ადამიანის ცხოვრების ყველაზე მნიშვნელოვან აღმოჩენას უწოდებდა

შედეგების განვითარება

ბავშვის მიერ ენის დაუფლება, საერთოდ, მრავალ პრობლემურ საკითხთან არის დაკავშირებული. გიფიქრიათ ოდესმე იმ სიადვილეზე და სიჩქარეზე, რომლითაც ბავშვი სულ რაღაც წლინახევრის განმავლობაში ეუფლება დედაენის ძირითად სტრუქტურებს და საკმაოდ მდიდარ ლექსიკურ ფონდს. მაგალითად, ბავშვმა, რომელმაც წლის და ორი თვის ასაკში თქვა თავისი პირველი სიტყვა „ბა“, რაც მანქანას აღნიშნავდა, ერთი წლის შემდეგ ამბობს: „ბებია, დაჯექი და მიყურე, მე როგორ ვითამაშებ.“ ე.ი. ქმნის რთულ ქვეწყობილ წინადადებას ქართული ენის გრამატიკის წესების დაცვით. მას ხომ არ უსწავლია გრამატიკა!

ბავშვის მიერ დედაენის დაუფლების პროცესის ეფექტურობა ბიჰევიორისტულად ორიენტირებული ფსიქოლოგები ცდილობდნენ აეხსნათ წაბადვისა და განმტკიცების მექანიზმით. მაგრამ ეს მექანიზმიები არ აღმოჩნდა საკმარისი ბავშვის მეტყველების ფაქტების ასახსნელად. ჯერ ერთი, იმისათვის, რომ მიბადო რაიმე გამოთქმას, აღქმული უნდა გქონდეს ეს გამოთქმა. ბავშვს რომ წინასწარ მოესმინა თუნდაც 100 სიტყვის ყველა შესაძლო კომბინაცია, მას დასჭირდებო-

და მილიონობით წლები. ბავშვები ქმნიან სიტყვათა ისეთ კომბინაციებს, როგორიც არასოდეს არ ჰქონდათ გაგონილი. გარდა ამისა, ბავშვი ხმარობს ისეთ სიტყვებს, რომლებიც არ არსებობს მოზრდილთა მეტყველებაში, თუმცა ეს სიტყვები იქმნება დედანისთვის დამახასიათებელი წესების შესატყვისად. მაგალითად, ამბობს „ვუთხრებ“ ან „ვთქვამ“ „ვიტყვის“ მაგივრად, სადაც გამოყენებულია ქართული ზმნებისთვის დამახასიათებელი დაბოლოება. ბავშვი ამბობს: „რსებობს“, როდესაც მას უნდა დაამტკიცოს, რაღაც მოვლენის, მაგალითად თოვლის პაპის არსებობა, აცილებს ნაწილაკს „არ“, თითქოს იცოდეს, რომ „არ“ უარყოფის ნაწილაკია.

რაც შეეხება განმტკიცებას, რომელიც ბიჰევიორისტულად ორიენტირებული ფსიქოლოგების მიერ დასწავლის ძირითად მექანიზმადაა აღიარებული, არც ეს ხსნის ენის დაუფლების ფაქტებს. ამის საპირისპიროდ არსებობს სპეციალური გამოკვლევები, სადაც ნათლადაა ნაჩვენები, რომ მშობლები ძირითადად უსწორებენ ბავშვს ფაქტობრივ და არა გრამატიკულ შეცდომებს. მაგალითად პატარა თანამედროვე ამერიკელი დედას ეუბნება: „ხვალ ჩამოვა დისნეი“. წინადადება სწორადაა აგებული, მაგრამ დედა პასუხობს: „რა სისულელეა, დისნეი დიდი ხანია მოკვდა“. და, პირიქით, არასწორად აგებულ წინადადებაზე დედა აძლევს დადებით რეაქციას, როდესაც ის გამოხატავს სწორ ფაქტობრივ ვითარებას.

ბიჰევიორისტებისაგან სრულიად საპირისპირო შეხედულებას გამოთქვამს ცნობილი ლინგვისტი ნოამ ხომსკი. ბიჰევიორისტების შეხედულებას მეტყველების განვითარების შესახებ ის ადარებს ცარიელ ბოთლში სითხის ჩასხმას. თვით მას კი მიაჩნია, რომ „ენის განვითარება ნიშნავს დაეხმარო ყვავილს გაიზარდოს როგორც საჭიროა“. ადამიანს აქვს თანდაყოლილი უნარი ამეტყველდეს გარკვეულ დროს, მაგრამ

კონკრეტულად რა ენაზე ამეტყველდება, დამოკიდებულია ენობრივ გარემოზე. ეს უნივერსალური უნარი გულისხმობს გარკვეულ უნივერსალურ გრამატიკასაც. ასე, მაგალითად, ხუთივე ათასი არსებული ენა აუცილებლად შედგება არსებითი სახელებისაგან და ზმნებისაგან, აქვს მხოლობითი და მრავლობითი, უარყოფისა და კითხვის ფორმები და სხვა. უნივერსალურია ის თანმიმდევრობაც, რომლის შესატყვისად ბავშვი ეუფლება დედაენას, თუმცა მშობლები ბავშვთან ურთიერთობაში არასოდეს არ იცავენ არავითარ თანმიმდევრობას: არავინ არ ცდილობს ბავშვს მიაწოდოს ჭერ სახელობითი ბრუნვა, შემდეგ ნათესაობითი და ა.შ.

ბავშვის მიერ მეტყველების დაუფლება გარკვეულ საფეხურებს გაივლის: ჭერ ჩნდება ერთსიტყვიანი წინადადება, შემდეგ საფეხურზე იქმნება პირველი უფორმო ორსიტყვიანი წინადადებები (სადაც სიტყვები ერთმანეთის გვერდითაა მოთავსებული ყოველგვარი შეთანხმების გარეშე, მაგალითად, „ჩუსტი ბაბუ“, რაც ბაბუას ფეხსაცმელებს აღნიშნავს). მეორე წლის ბოლოს იწყება მეტყველების გრამატიზაცია— ბავშვი თანდათანობით ეუფლება დედაენის გრამატიკულ სტრუქტურებს, სიტყვათა შორის შეთანხმებას, იზრდება ლექსიკური მარაგი, რომელიც მეორე წლის ბოლოს 300 სიტყვას აღწევს. ეს საფეხურები ასახავენ ზოგად კანონზომიერებას, რომელიც გლინდება ბავშვის ნორმალურ ენობრივ გარემოში განვითარების პირობებში, სადაც მასთან ურთიერთობას ამყარებენ მეტყველების საშუალებით. ნორმალურ პირობებში მეორე წელი მიჩნეულია ყველაზე მგრძნობიარე, ე.წ. სენზიტიურ პერიოდად პირველი სიტყვების გამოსატქმელად (თუმცა არსებობს გამონაკლისები, როდესაც აბსოლუტურად ნორმალური ბავშვი იწყებს მეტყველებას მესამე წელში).

ისმის კითხვა, თუ ამეტყველება წარმოადგენს გენეტიკუ-

რად წინასწარ დაპროგრამებულ პროცესს, რა შეიძლება მოხდეს, თუ ბავშვს პირველი წლების განმავლობაში არ აქვს ენობრივი გარემო? არსებობს ცხოველების მიერ გაზრდილი ბავშვების შემთხვევები. ერთ-ერთი ყველაზე ცნობილი ფაქტი ეხება ინდოეთში ნაპოვნ ორ გოგონას, რომლებიც იზრდებოდნენ მგლების ოჯახში. როდესაც ისინი იპოვეს ერთი იყო 8 წლის, მეორე-2-ის. მათი ქცევა მთლიანად ბაძავდა მგლების ქცევას. უმცროსი მალე გარდაიცვალა, რაც შეეხება უფროს დას, რომელმაც 18 წლამდე იცოცხლა, მან შეიძინა ადამიანთა ჰიგიენური ჩვევები, მაგრამ სიცოცხლის ბოლომდე სულ რამდენიმე სიტყვა ისწავლა. ასეთი ფაქტები მოწმობს, რომ თუ ენის ათვისების კრიტიკულ, სენზიტურ პერიოდში არ არსებობს სხვა ადამიანებთან ურთიერთობა, შემდგომ კონტაქტს არ ძალუძს აანაზღაუროს ეს დეფიციტი.

ბავშვის მეტყველების შესწავლის პრობლემების განხილვა ბუნებრივად უკავშირდება ცხოველთა „ენის“ პრობლემას. რა გზით ახერხებენ ცხოველები ურთიერთობას და რამდენად შესაძლოა მათთვის ადამიანური ენის დაუფლება? უდავოა, რომ ცხოველები ახერხებენ ურთიერთობას — იქნება ეს გველის სისინი, ვეშაპების ტკაცუნი ან მაიმუნთა საკმაოდ დიფერენცირებული სიგნალები. მეოცე საუკუნის ერთ-ერთ საინტერესო აღმოჩენას წარმოადგენს ფუტკრის ე.წ. „ცეკვის“ მნიშვნელობის გაშიფრვა. მზვერავი ფუტკრები მუშა ფუტკრებს აწოდებენ ინფორმაციას ყვავილების ზუსტი მდებარეობისა და მანძილის შესახებ განსაკუთრებული მოძრაობების, ცეკვის საშუალებით. ინფორმაციის გადაცემის აღწერილი ფაქტი უდავოდ შთამბეჭდავია, მაგრამ ფუტკრების „ენა“ ინსტინქტურ ხასიათს ატარებს და, ამდენად მოქნილობის და სირთულის მიხედვით არ შეედრება ადამიანის ენას.

ისმის კითხვა, შესაძლებელია თუ არა გასწავლოთ ენა ყველაზე მაღალგანვითარებულ ცხოველებს, ჩვენ უახლოეს ნათესავებს – პრიმატებს? იმის რწმენის საპირისპიროდ, რომ მხოლოდ ადამიანს შეუძლია იხმაროს ენა როგორც ურთიერთობის და აზრდების საშუალება, მეოცე საუკუნის სამოციან წლებში ალენ და ბეატრის გარდნერებმა სცადეს ესწავლებინათ ჟესტების ენა ყრუ შიმპანზესთვის. 4 წლის ინტენსიური მუშაობის შედეგად ვაშუ (ეს იყო მაიმუნის სახელი) ხმარობდა 132 ჟესტს და ქმნიდა მათგან წინადადებებს. ინფორმაცია ამ ექსპერიმენტის და ანალოგიური ექსპერიმენტების შესახებ დიდ სენსაციად იქცა. მაგრამ ფსიქოლოგების უმრავლესობას მიაჩნია, რომ სიმბოლოთა აზრიანი თანმიმდევრობა ჯერ კიდევ არ ნიშნავს ადამიანურ ენას. ვაშუს „ენა“ 2 წლის ბავშვის დონეზე დარჩა და მეტად არ განვითარდა. მიუხედავად ამისა, შიმპანზეების საოცარი შემეცნებითი პოტენციალი ნამდვილად პატივისცემას იმსახურებს.

ენა და აზროვნება

ენისა და აზროვნების მჭიდრო კავშირი ეჭვს არ იწვევს. მაგრამ ისმის კითხვა: მხოლოდ აზრის გამოხატვას ემსახურება ენა, თუ მას აქვს სპეციფიკური ფუნქცია აზრის ჩამოყალიბებაში? და მეორე, აზროვნებენ თუ არა ერთნაირად სხვადასხვა ენებზე მოლაპარაკე ადამიანები? განსხვავებული ენები ხომ განსხვავდებიან თავისი ლექსიკონით და სინტაქსით.

ლინგვისტებმა სეპირმა და უორფმა ჩამოაყალიბეს შეხედულება, რომლის თანახმად ენის სტრუქტურა გარკვეული აზრით განსაზღვრავს ამ ენაზე მოლაპარაკე ადამიანთა აღქმასა და აზროვნებას (ლინგვისტური დეტერმინიზმის

ჰიპოთეზა). პრინციპში მსგავს თვალსაზრისს გამოთქვამდნენ ცნობილი გერმანელი ლინგვისტი ჰუმბოლდტი და ვაისგერბერი, როდესაც დედაენას უკავშირებდნენ სამყაროს გარკვეულ ხედვას. ჩვეულებრივად ამის დასადასტურებლად მოაქვთ ესკიმოსთა ენაში ზოგად სიტყვა „თოვლის“ არარსებობის ფაქტი. ესკიმოსებს აქვთ მრავალი სიტყვა თოვლის აღსანიშნავად: თოვლი, რომელიც დნება, მკრივი, რბილი თოვლი და ა.შ. თანამედროვე ფსიქოლინგვისტს დ.სლობინს მოყვანილი აქვს მაგალითი თურქულენოვანი ბავშვების შესახებ, რომელთა მშობლიურ თურქულ ენაში ერთ-ერთი სუფიქსი ასახავს მოქმედებას, რომლის თვითმხილველია ბავშვი, ამიტომ თურქი ბავშვები სხვა ენებზე მოლაპარაკე ბავშვებისაგან განსხვავებით აღწერენ ბურთის სროლის სიტუაციას სხვადასხვანაირად იმისდა მიხედვით, თვითონ არიან ამ სიტუაციის თვითმხილველები თუ არა. ქართველ და რუს ბავშვებზე ჩატარებულ ექსპერიმენტში ბავშვები განსხვავებულად აჯგუფებდნენ საგნებს იმის გამო, რომ ქართულ ენაში განსხვავებულია წვრილი და თხელი საგნები, რუსულ ენაში ორივეს მიმართ იხმარება ერთი სიტყვა. ცნობილია აგრეთვე, რომ სხვადასხვა ენებში განსხვავებულადაა ასახული სპექტრის ფერები. უკიდურესი მაგალითის სახით ჩვეულებრივად იხილავენ ახალი გვინეის ერთ-ერთი ტომის ენაში მხოლოდ ორი სიტყვის არსებობას ფერების აღსანიშნავად: ბნელი და ნათელი. მაგრამ ექსპერიმენტულმა კვლევამ არ დაადასტურა ფერთა აღქმის განსხვავება სხვადასხვა ენაზე მოლაპარაკე ადამიანებთან. მკლევართა უმრავლესობას მიაჩნიათ, რომ უორფის მტკიცება ლინგვისტური დეტერმინიზმის შესახებ გადაჭარბებულია, თუმცა ენების თავისებურებების გავლენა კოგნიტურ პროცესებზე უეჭველია. განსხვავებულ ენებზე მოლაპარაკე ადამიანები მეტ-ნაკლებად მგრძნობიარები არიან სამყაროს

გარკვეული ასპექტების მიმართ (სივრცის, დროის განლაგებაში, ფორმის მიმართ და სხვა).

მეცნიერების სახეები

კლასიკურ ფსიქოლოგიაში არსებული კლასიფიკაცია გულისხმობს მეტყველების შინაგან და გარეგან – წერით და ზეპირ სახეებს. ის, რომ აზრი ხმამაღლა გამოუთქმელად მეტყველების საშუალებით ვალიბდება, ასახულია **შინაგანი მეტყველების** ტერმინის სახით. ასეთ მეტყველებას აქვს თავისებური სტრუქტურა: იგი შემოკლებულია, ფრაგმენტურია, პრედიკატურია – ძირითადად მოქმედების სიტყვებით სარგებლობს. თავისთვის აზროვნების პროცესში ადამიანი იყენებს სიტყვებს იმის გააზრებისთვის და დაგეგმვისთვის, რაც მისთვის უნდა გახდეს ნათელი, ხოლო იმას, რაც სუბიექტისთვის თავისთავად ცხადია, შინაგან მეტყველებაში გამოტოვებს ხოლმე.

წერითი მეტყველება სტრუქტურულად ყველაზე გაშლილია. მას არ ახლავს არავერბალური საშუალებები: ინტონაცია, პაუზები, შესატყვისი უესტიკულაცია. იგი ნაკლებად არის სიტუაციაზე დამოკიდებული და ამიტომ მოითხოვს აზრის მთლიანად გაშლას.

ზეპირი მეტყველება სარგებლობს არავერბალური საშუალებებით. იგი დამოკიდებულია კონტექსტზე და სიტუაციაზე. წარმოიდგინეთ, რომ შესვენების დროს მიემართებით უნივერსიტეტის სასადილოსკენ, შემხვედრი ნაცნობი გეუბნებათ: „ჭერ არ არის ღია“. თქვენ ადვილად ხვდებით ნათქვამის შინაარსს. ეს გამოთქმა გაუგებარი იქნებოდა სიტუაციის გათვალისწინების გარეშე. როგორც წერით, ისე ზეპირ მეტყველებას ჰყავს თავის ადრესატი. ნებისმიერ შემთხვევაში საუბრისას (დიალოგი) ან ლექციის დროს (მონოლოგი)

უნდა გაითვალისწინოთ ვინ არის თქვენი მსმენელი და რა სახისაა ინფორმაცია, რომელიც უნდა მიაწოდოთ მას. პოლ გრაისმა ჩამოაყალიბა 4 ზოგადი წესი (მაქსიმა), რომლებიც მოლაპარაკემ უნდა გამოიყენოს თუ უნდა, რომ მისი ნათქვამი ადექვატურად იყოს გაგებულთ. ეს მაქსიმები შემდეგნაირად არის ფორმულირებული:

1. **რაოდენობა:** შეტყობინება უნდა იყოს იმდენად ინფორმატული, რამდენის მოთხოვნაც არის. ნუ მიაწოდებთ იმაზე მეტ ინფორმაციას, ვიდრე მოგეთხოვებათ.
რჩევა მოსაუბრისთვის: თქვენ უნდა ეცადოთ განსაზღვროთ რეალურად რა რაოდენობისაა ინფორმაცია, რომელიც ესაჭიროება თქვენს მსმენელს. ამისათვის შეიძლება აუცილებელი გახდეს წინასწარ იმის განსაზღვრა თუ რა იცის მსმენელმა.
2. **ხარისხი:** შეეცადეთ ილაპარაკოთ სიმართლე. არ თქვათ ისეთი რამ, რაც მცდარი ჰგონიათ და რისი დამადასტურებელი ფაქტებიც არ გაქვთ.
რჩევა მოსაუბრისთვის: როდესაც თქვენ ლაპარაკობთ, მსმენელი ელოდება თქვენს მიერ მიწოდებული ინფორმაციის დადასტურებას. თითოეული გამონათქვამის დაგეგმვის დროს მოფიქრებული უნდა გქონდეთ მისი დამადასტურებელი ფაქტები.
3. **მიმართება:** ილაპარაკეთ თანმიმდევრულად, რომ ყოველ ახალ ნათქვამს კავშირი ჰქონდეს წინა ნათქვამთან.
რჩევა მოსაუბრისათვის: როდესაც რაიმეს ამბობთ, დაწმუნებული უნდა იყოს, რომ მსმენელისთვის გასაგებია კავშირი თქვენს მიერ მიწოდებულ შეტყობინებასა და მანამდე არსებულ ინფორმაციას შორის.
4. **სტილი:** ილაპარაკეთ ზუსტად და გარკვევით. მოერიდეთ ორაზროვანი ფრაზების გამოყენებას. ტექსტი უნდა იყოს აგებული მოკლე და გამართული წინადადებებით.

რჩევა მოსაუბრისთვის: თქვენ ვალდებული ხართ ილაპარაკოთ შეძლებისდაგვარად გარკვევით, თუმცა დაზღვეული არა ხართ შეცდომებისაგან. როგორც ყურადღებიანი და გულისხმიერი მოსაუბრე, უნდა დარწმუნდეთ, რომ მსმენელებმა სწორად გაიგეს რისი თქმაც გასურდათ.

ასეთივე ტიპის რჩევები შეიძლება ჩამოყალიბდეს მსმენელის მიმართ მსმენელი არა მხოლოდ ისმენს თუ რა იყო ნათქვამი მისთვის, არამედ ცდილობს გაიგოს თუ რატომ და როგორ იყო ნათქვამი, ამისთვის:

- ♦ განსაზღვრეთ მიზანი. განეწყეთ ყურადღებით მოსასმენად.
- ♦ გონება მოიკრიფეთ, ნუ გადაიტანთ ყურადღებას სხვა ობიექტებზე.
- ♦ მოისმინეთ ინტერესით და ნუ ჩქარობთ ნაადრევი დასკვნების გამოტანას.
- ♦ გაიმეორეთ მოსმენილი სხვა სიტყვებით, დააზუსტეთ, რამდენად სწორად გაიგეთ ნათქვამი.

სხვისი მეტყველების სწორი აღქმა უწყობს ხელს არა მხოლოდ ახალი ინფორმაციის მიღებას, არამედ მეტი შანსი გექნებათ, რომ თქვენ სიტყვებსაც ყურადღებით მოისმენენ. სწორედ ზემოდ დასახელებული მაქსიმები და მოთხოვნები მსმენელისადმი ხელს უწყობენ ადამიანთა შორის თანამშრომლობას. დავამატებდით, რომ უნდა შეეცადოთ ნაკლებად იხმაროთ სიტყვა-პარაზიტები, კალკა, ვულგარიზმები. მეტყველების სტილი უნდა ითვალისწინებდეს თუ რა მიზანს ისახავს მოლაპარაკე: უნდა დაარწმუნოს აუდიტორია თუ უბრალოდ მიაწოდოს გარკვეული ინფორმაცია.

უმნიშვნელოვანეს ფაქტორს ზეპირი მეტყველების ადექვატური გაგებისთვის წარმოადგენს მსმენელთა წინასწარი მოლოდინი და შექმნილი განწყობა. ცნობილია მოსკოვის უნივერსიტეტში ჩატარებული ექსპერიმენტის შედეგები,

რომლის განმავლობაში სტუდენტთა ორ ჯგუფს ერთი და იგივე საერთაშორისო მიმოხილველი უკითხავდა იდენტურ ლექციას. მაგრამ ერთ შემთხვევაში აუდიტორიის უკანა რიგებში იჯდა ფსიქოლოგის ასისტენტი, რომელიც გარშემო მყოფ სტუდენტებს ატყობინებდა რომ ლექცია იქნება უინტერესო, ძველ ინფორმაციაზე აგებული, მეორე ჯგუფში კი წინასწარ აწვდიდნენ საწინააღმდეგი ინფორმაციას ლექტორის შესახებ. ლექციის შემდეგ გაზომილ იქნა ლექციის შინაარსის გაგება, რაც საგრძნობლად განსხვავებული აღმოჩნდა ორ ჯგუფში. მეორე ჯგუფში სტუდენტებს ბევრად უკეთ ჰქონდათ გაგებული და დამახსოვრებული ლექციის შინაარსი, ვიდრე პირველში.

თავი მეოთხე სოციალური გავლენა

ადამიანი, როგორც საზოგადოებრივი არსება, სხვადასხვა სახის სოციალურ აქტივობაშია ჩართული. საზოგადოების სრულუფლებიან და ღირსეულ წევრად ჩამოყალიბება სოციალიზაციის პროცესის შედეგს წარმოადგენს. პიროვნების შემოქმედებითი, ესთეტიკური და ზნეობრივი შინაარსი მის სოციალურ ქცევაში ვლინდება. სოციალური ქცევის შესწავლისადმი დიდი ინტერესი იმითაც არის გაპირობებული, რომ ყოველდღიურ ცხოვრებაში სხვადასხვა ყაიდის ხალხთან გვიწევს ურთიერთობა: ზოგი მათგანი ოჯახის წევრია, ახლო მეგობარია, კოლეგაა, თანამდებობით უფროსია, ხელქვეითია, ზოგი კი საერთოდ უცნობია. აღსანიშნავია რომ ადამიანთა მიერ საზოგადოებრივი აქტივობის განხორციელება მათივე მატერიალური, სოციალური და სულიერი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებას განაპირობებს. ნებისმიერ ჩვენგანს ბოლო ერთ კვირაში მომხდარი ყველაზე მნიშვნელოვანი მოვლენების გახსენებას თუ ვთხოვთ, სავარაუდოა, რომ ძირითადად ის ვითარებები დასახელდება, რომლებიც სხვა ადამიანებთან ურთიერთობას გულისხმობს. სოციალური ქცევების ფორმირება ადამიანთა ურთიერთობის პროცესში ხდება, რომელშიც გადამწყვეტი მნიშვნელობა სოციალურ გავლენას ენიჭება. აქვე ავლნიშნავთ, რომ ადამიანთა შორის არსებული ურთიერთობის ცალკეული პიროვნებების ან ჯგუფების შემეცნებაზე, გრძნობაზე და ქცევაზე გავლენის შემსწავლელ მეცნიერებას სოციალური ფსიქოლოგია ეწოდება. ამდენად, სოციალური ფსიქოლოგიის კვლევის ძირითად საგანს სოციალური გავლენა წარმოადგენს. ქვემოთ მსჯელობა სწორედ ამ მოვლენის შესახებ გვექნება.

§1. ჯგუფში მიმდინარე პროცესები

ჯგუფში მიმდინარე პროცესების გააზრება ჯგუფის თვისებების, მასში გადაწყვეტილების მიღების თავისებურების, ადამიანის საქმიანობაზე მისი ეფექტების და ე.წ. სოციალური სიზარმაცის საკითხების განხილვას გულისხმობს. ჯგუფი ორი ან მეტი ადამიანისაგან შემდგარ ერთობლიობად განიხილება, რომლის წევრები ერთმანეთზე გავლენას ახდენენ. სხვადასხვა შრომითი ორგანიზაციები, სასწავლო და სამეცნიერო დაწესებულებები, სპორტული გუნდები, რელიგიური გაერთიანებები და ა. შ. საზოგადოებაში არსებული ჯგუფების ნიმუშებს წარმოადგენენ. ჯგუფის წევრების სოციალური ქცევის მარეგულირებელ წესებს ჯგუფის ნორმებს უწოდებენ. მაგალითად, ორკესტრის წევრების ჩაცმულობას, გარკვეული მუსიკალური ნაწარმოების შესრულებას და მსმენელთა მიერ ტაშის დაკვრას გარკვეული ნორმები განსაზღვრავს. ნორმების ერთობლიობა, რომელიც ჯგუფში გარკვეული პოზიციის მქონე ადამიანების ქცევის რეგულირებას განაპირობებს – სოციალური როლის ტერმინით არის ცნობილი. ზემოთ მოყვანილი მაგალითის კონსტექსტში სოციალური როლის მიხედვით ორკესტრის დირიჟორს მუსიკოსების შეწყობილი მოქმედების წარმართვა ევალება, ხოლო დამკვრელებმა კი დირიჟორის წარმართველ მოქმედებას მხარი უნდა აუბან. ადამიანის ქცევაზე სოციალური ნორმების და როლის გავლენის საილუსტრაციოდ ორ ცნობილ გამოკვლევას მოვიყვანთ.

ადამიანის ქცევაზე იმ ჯგუფის სოციალური ნორმები ახდენენ გავლენას, რომელთანაც ის თავის თავს აიგივებს. ამგვარ ჯგუფებს ეტალონურს უწოდებენ. ეტალონური ჯგუფების გავლენის კანონზომიერებათა შესწავლის კლასიკურ ნიმუშად ტ. ნიუკომბის გამოკვლევა ითვლება. მან აშშ-ს ქალაქ

ბენინგტონში მდიდარი კონსერვატიული ოჯახებიდან გამო-
სული მდედრობითი სქესის სტუდენტების შეხედულებები
შეისწავლა. ეს ოჯახები პირველკურსელთათვის ეტალონურ
ჯგუფებს წარმოადგენდნენ და ამის შესაბამისად მათი შეხე-
დულებებიც კონსერვატიულობით გამოირჩეოდნენ. მოუ-
ლოდნელი არც ის იყო, რომ საპრეზიდენტო არჩევნებში
პირველკურსელების უმრავლესობამ (62%) უპირატესობა
კონსერვატორ კანდიდატს მიაანიჭა. მოულოდნელი კი ის
იყო, რომ კონსერვატორ კანდიდატს იმავე ყაიდის ოჯახები-
დან გამოსული უფროსკურსელების მხოლოდ 15%-მა დაუ-
ჭირა მხარი. რამ განაპირობა ეს შედეგი? ტ. ნიუკომბის აზ-
რით, პროფესორ – მასწავლებლები, რომლებიც მის მიერ გა-
მოკვლეულ პოპულაციას ასწავლიდნენ თავისი ლიბერალუ-
რი შეხედულებებით გამოირჩეოდნენ; მათი სტუდენტებზე
სოციალური გავლენა აშკარად სწორედ უფროსკურსელებ-
თან გამოვლინდა. უფროსკურსელებისთვის ეტალონური
ჯგუფი მათი პროფესორ – მასწავლებლები და არა ოჯახები
გახდნენ (ისინი იდენტიფიკაციის საგანი მხოლოდ პირველ-
კურსელებისთვის იყვნენ). საგულისხმოა ისიც, რომ იგივე
პოპულაცია ტ. ნიუკომბმა ხელმეორედ 25 წლის შემდეგ შე-
ისწავლა. მონაცემებმა აჩვენეს, რომ ხელმეორედ გამოკვლე-
ულთა უმრავლესობას თავისი ლიბერალური შეხედულებე-
ბი არ შეუცვლია. ისიც აღსანიშნავია, რომ მათ ურთიერთო-
ბა ძირითადად, ლიბერალური შეხედულებების ხალხთან
ჰქონდათ (ქორწინების, საზოგადოების სხვადასხვა წარმო-
მადგენლებთან ურთიერთობის, ორგანიზაციებისადმი სა-
ქველმოქმედო დახმარების მაჩვენებლები).

აღამიანის ქცევაზე მძლავრ გავლენას არა მხოლოდ სოცი-
ალური ნორმები, არამედ სოციალური როლებიც ახდენენ;
ამის კლასიკური ნიმუში ფ. ზიმბარდოს ცნობილი გამოკვ-
ლევა გახლავთ. გამოკვლევაში მამრობითი სქესის სტუდენ-

ტებმა მიიღეს მონაწილეობა. ისინი შემთხვევითი არჩევანის წესის საფუძველზე „მეციხოვნეთა“ და „პატიმართა“ ჯგუფებად გაყვეს. ექსპერიმენტი ორი კვირის განმავლობაში უნდა ჩატარებულიყო. „მეციხოვნეებს“ უნიფორმა ჩააცვეს, ისინი მათი როლით გათვალისწინებული წესებით მკაცრად ხელმძღვანელობდნენ. „პატიმრები“ კი სათანადო საკნებში მოათავსეს. მკვლევარი იძულებული გახდა ექსპერიმენტი ნდღეში შეეწყვიტა. ამის მიზეზი ის იყო, რომ „მეციხოვნეებმა“ და „პატიმრებმა“ მათთვის შეთავაზებული როლები იმდენად სერიოზულად მიიღეს, რომ მათ შორის არა მარტო დაძაბული ურთიერთობა დამყარდა, არამედ ის აშკარა კონფლიქტში გადაიზარდა. „მეციხოვნეებმა“ ბილწსიტყვაობა და უხეში გამოთქმების გამოყენება დაიწყეს, ავტორიტარული და ძალზე აგრესიული მოქმედება გამოამჟღავნეს. თავის მხრივ „პატიმრების“ ერთი ნაწილი საკმაოდ დათრგუნული ჩანდა, მეორე კი საოცრად აგრესიულ მოქმედებებს მიმართავდა. მაგალითად, ერთ-ერთმა „პატიმარმა“ საჭმლის მიღებაზე უარი თქვა, „მეციხოვნემ“ კი ის ამის გამო გამოლანძღა; შელაპარაკება რეალურ ჩხუბში გადაიზარდა. „მეციხოვნეებმა“ ურჩი „პატიმარი“ კარცერში მოათავსეს, რაზეც სხვა „პატიმრებმა“ პროტესტის ნიშნად საჭმლის მიღებაზე უარი თქვეს და ა. შ. ავტორის აზრით, ამ დაუმთავრებელმა ექსპერიმენტმაც კი ადამიანთა ქცევაზე სოციალური როლების („მეციხოვნე“, „პატიმარი“) გავლენა სრულიად ნათლად დაგვანახა. ამ გამოკვლევამ ხელოვნურად გათამაშებული როლების მძლავრი ეფექტები გვიჩვენა; აქედან გამომდინარე ადვილი წარმოსადგენია ის გავლენა, რომელსაც ამა თუ იმ პროფესიის წარმომადგენლები მათ მიერ შესრულებული როლების გამო რეალურ ცხოვრებაში განიცდიან. სავარაუდოა, რომ ადამიანთა ქცევის რეგულირება, ძირითადად არა ბიროვნული თვისებების, არამედ სოციალური როლების საფუძველზე მიმდინარეობს.

როგორც ჯგუფის წევრებს, ყველა ჩვენთაგანს ხშირად სხვადასხვა სახის გადაწყვეტილების მიღება გვიწევს. ოჯახის წევრები მანქანის შეძენის შესახებ მსჯელობენ, სასწავლო პროგრამების შედგენის დროს პედაგოგიური კოლექტივი ახალი საგნების შემოტანის შესახებ მართავს დისკუსიას, ბარლამენტში წლის ბიუჯეტის განხილვა მიმდინარეობს. ეს ჯგუფური გადაწყვეტილების მიღების მაგალითებია. ჯგუფში გადაწყვეტილების მიღებას მრავალი ფაქტორი განაპირობებს. ქვემოთ ზოგიერთ მათგანზე შევჩერდებით.

ადრე ითვლებოდა, რომ სამრეწველო და სახელმწიფო სექტორის ორგანიზაციებში ძირითადად უკიდურეს, სარისკო გადაწყვეტილებებს კი არა, არამედ ფრთხილ, კომპრომისულ გადაწყვეტილებებს იღებენ. ორგანიზაციებთან შედარებით ცალკეულ ინდივიდებს შემოქმედებითი და ინოვაციური გადაწყვეტილები ახასიათებთ. ნი-იან წლებში მკვლევართა შორის ეს გავრცელებული შეხედულება ეჭვის ქვეშ დადგა. ამ პერიოდის კვლევების შედეგები გვიჩვენებს, რომ ჯგუფში მიღებული გადაწყვეტილებები უფრო დიდი რისკის ხარისხით გამოირჩევიან, ვიდრე იმავე პირების გადაწყვეტილებები, რომელთა მიღება ინდივიდუალურად წარმოებდა. ინდივიდუალურთან შედარებით ჯგუფურ ვითარებაში უფრო სარისკო გადაწყვეტილებების მიღების მოვლენას მკვლევარებმა რისკის გადანაცვლება უწოდეს. ახალი გამოკვლევების თანახმად, ინდივიდუალურად მიღებულ გადაწყვეტილებებთან შედარებით, ჯგუფში მიღებული გადაწყვეტილებები ან უფრო სარისკო, ან უფრო ფრთხილია. ინდივიდუალურ გადაწყვეტილებასთან შედარებით ჯგუფის მიერ უკიდურესი (ან უფრო სარისკო, ან უფრო ფრთხილი) გადაწყვეტილების მიღების ტენდენცია ჯგუფის პოლარიზა-

ციის ტენდენციას წარმოადგენს. მაგალითად, ერთ-ერთი გამოკვლევა გვიჩვენებს, რომ რასობრივი შეხედულებების (დადებითობა-უარყოფითობის თვალსაზრისით) მაღალი და დაბალი მაჩვენებლების ჯგუფებში რასობრივი საკითხების განხილვის შედეგად უფრო მცირე რასობრივი ტენდენციურობის მაჩვენებლის მქონე ჯგუფის წევრებს ეს მაჩვენებელი უფრო შეუმცირდათ, ხოლო მაღალი რასობრივი ტენდენციურობის მქონე ჯგუფის წევრებს კი პირიქით – მაჩვენებლები გაეზარდათ.

ჯგუფის პოლარიზაციის მოვლენის განმსაზღვრელ ორ ძირითად ფაქტორს გამოყოფენ. პირველში დამარწმუნებელი არგუმენტირება იგულისხმება – ჯგუფის წევრებს, რომლებსაც რაიმე მოვლენის მიმართ თავიდან საშუალო დამოკიდებულება ანუ პოზიცია გააჩნიათ, დამარწმუნებელი არგუმენტების მიწოდების შედეგად საწყისი დამოკიდებულება ყველაზე დამაჯერებელი არგუმენტების შინაარსის მიმართულებით ეცვლება. თვით დამარწმუნებელი არგუმენტები ჯგუფს ან სარისკო, ან ფრთხილი გადაწყვეტილების მიღებისკენ უბიძგებს. მეორე ფაქტორის როლში სოციალური შედარება გამოდის. ჯგუფის წევრებს სურთ, რომ სხვებისთვის ისინი სოციალურად მიმზიდველი იყვნენ, რაც თავის მხრივ, ჯგუფთან თანხმობაში მათი ყოფნის ტენდენციას განსაზღვრავს. როდესაც ჯგუფის წევრი რაიმე საკითხის შესახებ მთლიანად ჯგუფის დამოკიდებულებას აცნობიერებს, მაშინ ის უკიდურესი პოზიციის დაკავებას ცდილობს, პოზიციის, რომელიც ჯგუფისთვის მისაღები და სასურველია. ჯგუფის ცალკეული წევრების ამ ტენდენციას, საბოლოო ჯამში, ჯგუფის მიერ ან ძალზე სარისკო, ან ძალზე ფრთხილი გადაწყვეტილების მიღებამდე მიყვარათ.

ჯგუფის მიერ მიღებულ გადაწყვეტილება ხშირად მცდარია. ამგვარი გადაწყვეტილების თავისებურება და შეცდო-

მეზის გამომწვევი მიზეზები ი. ჯენისმა გაანალიზა. ასეთი შეცდომების საფუძვლად მდებარე პროცესს მან ჯგუფური აზროვნება უწოდა. ჯგუფურ აზროვნებაში მცირე, შეჭიდული ჯგუფის მიერ ერთსულოვანი, ნაჩქარევი და უკრიტიკო გადაწყვეტილების მიღების ტენდენცია იგულისხმება. ჯგუფურად მცდარი გადაწყვეტილების მიღების ძირითად მიზეზად ჯგუფის წევრების მიერ კოლექტიური თანხმობის, ჰარმონიის მიღწევის მიზნით მათ შორის არსებული შინაგანი, ფარული უთანხმოების უგულველყოფა არის მიჩნეული. შრომითი ჯგუფის წევრებს შორის არსებული მეგობრული, მჭიდრო ურთიერთობა ხშირად ჯგუფის მაღალი პროდუქტულობის საფუძველი ხდება. მაგრამ, გადაწყვეტილებათა მიღების ვითარებაში, ჯგუფის წევრებს შორის არსებულმა სოლიდარობამ შეიძლება მნიშვნელოვანი უარყოფითი შედეგი გამოიღოს. მოკლედ რომ ვთქვათ, უარყოფითი შედეგის მიზეზს ჯგუფის მაღალი შეჭიდულობა, მის წევრებს შორის აზრთა შესაძლო სხვაობის იგნორირება და ჯგუფის ლიდერის დირექტიული მართვის სტილი (ხელმძღვანელი ხელქვეითებს მისთვის სასურველი გადაწყვეტილების მიღებისკენ უბიძგებს, ხოლო ჯგუფის წევრები, თავის მხრივ, ლიდერის მოლოდინს სიამოვნებით ამართლებენ) წარმოადგენს. ჯგუფური აზროვნების ნათელ მაგალითად ფიდელ კასტროს დამხობის მიზნით ცენტრალური სადაზვერვო სამმართველოს მიერ 1400 კუბელი ემიგრანტის 1961 წელს კუბაში შეჭრის შესახებ აშშ-ს ადმინისტრაციის მიერ მიღებული გადაწყვეტილება განიხილება. ეს აქცია მარცხით დამთავრდა, რის გამოც იმ პერიოდში აშშ-ს პოლიტიკური პრესტიჟი საგრძნობლად დაეცა. აღნიშნული გადაწყვეტილება ჯონ კენედის მიერ თავის უახლოეს მრჩეველებთან მოთათბირების შედეგად იქნა მიღებული. ამ ბედნავსი გადაწყვეტილების ანალიზი გვიჩვენებს, რომ ამერიკის ახლად არჩეული პრე-

ზიდენტის გუნდი ზედმეტად შეჭიდული, დარაზმული აღმოჩნდა; გადაწყვეტილების მიღების პროცესში ყოველი კრიტიკული შენიშვნის იგნორირება ან მისი მიჩუმათება წარმოებდა რასაც, საბოლოო ჯამში, კუბაში შეჭრის შესახებ ბრძანებაზე პრეზიდენტის ხელმოწერა მოყვა.

ლიტერატურა

სოციალურ ჯგუფში გადაწყვეტილებებს ხშირად ჯგუფის ლიდერი იღებს. ლიდერი ის პიროვნებაა, რომელსაც ჯგუფის სხვა წევრებთან შედარებით, მის ფუნქციონირებაზე ყველაზე მძლავრი ზემოქმედების უნარი გააჩნია. ჯგუფის ეფექტური მოქმედების თვალსაზრისით, ლიდერის როლი კონკრეტული სამოქმედო მიზნების დასახვაში, მათი მიღწევის შესაბამის მოქმედებათა დაგეგმვაში და წარმართვაში მდგომარეობს. ამდენად, ლიდერია ის, ვინც ყველაზე ძლიერ ზემოქმედებას ახდენს ჯგუფის წევრებზე და მათ ქცევაზე.

ბუნებრივად ისმის კითხვა: რა განაპირობებს იმას, რომ ჯგუფების წევრთა შორის მხოლოდ კონკრეტული პიროვნებები ხდებიან ლიდერები? ამ კითხვაზე პასუხი, თავდაპირველად, ე.წ. „დიდი პიროვნების“ შესახებ შექმნილმა და საკმაოდ პოპულარულმა თვალსაზრისმა გასცა. ამ შეხედულების თანახმად, იმ პიროვნებებისთვის, რომლებიც ლიდერები ხდებიან, იმთავითვე მყარი და ნათლად გამოკვეთილი ინდივიდუალურ-სოციალური თვისებებია დამახასიათებელი (გონებრივი განვითარების დონე, თვალთახედვისა და ინტერესების სიფართოვე, მჭევრმეტყველება, სქესი, ასაკი, სიმალლე, წონა, საკუთარი თავის წარმოჩინების შესაძლებლობა, ემოციების გამოვლენის ფორმა და ხარისხი და ა.შ.). ივარაუდება, რომ ლიდერის ფორმირებას კონკრეტული პიროვნებისთვის ბუნებრივად „მინიჭებული“ ამ თვისებათა

თავისებური ერთობლიობა განაპირობებს. მაგალითად, ამ კონცეფციის მიხედვით, სხვას რომ თავი დავანებოთ, ლიდერი საშუალო სიმაღლეზე უფრო მაღალი და, ამავე დროს, მამაკაცი უნდა იყოს. რეალურ ცხოვრებაში ეს ზოგადი მოთხოვნა ხშირად ირღვევა, მრავალი მაგალითი სწორედ საწინააღმდეგოზე მიგვანიშნებს (ნაპოლეონი საშუალოზე დაბალი იყო, ხოლო დიდ ბრიტანეთს პრემიერ-მინისტრის თანამდებობაზე საკმაოდ ეფექტურად მართავდა ქალბატონი მარგარეტ ტეტიჩერი). ცდისეული მონაცემები შემდეგზე მეტყველებს: მიუხედავად იმისა, რომ ქალის მიერ მენეჯერის ფუნქციების შესრულების მიმართ უარყოფითი შინაარსის მიკერძოებული დამოკიდებულება არსებობს, იმ შემთხვევაში, თუ ჯგუფის წევრები დაიჭერებენ, რომ მდებრობითი სქესის წარმომადგენლები საკმაოდ კომპეტენტური პიროვნებებია, მაშინ ისინი მათ ლიდერის როლისთვის სავსებით შესაფერისად ჩათვლიან. მაგალითად, ერთ-ერთ გამოკვლევაში, რომელშიც ოთხი წევრიდან (ორი მამაკაცი და ორი ქალი) შემდგარი ჯგუფები იღებდნენ მონაწილეობას, ცდისპირებს სხვადასხვა სახის პრობლემების გადაწყვეტა ევალუბოდათ. როდესაც ცდისპირებს ჯგუფის წევრების შესახებ არავითარ ინფორმაციას არ აწვდიდნენ, მაშინ მათთვის მიცემული დავალების შესრულებაში წამყვან როლს მამაკაცები ასრულებდნენ. იმ შემთხვევაში კი, როდესაც ცდისპირებს შეატყობინეს, რომ გამოკვლევაში მონაწილე ქალები, მათთვის მიცემული დავალების თვალსაზრისით, სავსებით კომპეტენტურები და მაღალი ინტელექტის მქონენი არიან, მაშინ ჯგუფის ლიდერის წარმოქმნაში მონაწილეთა სქესს არავითარი მნიშვნელობა აღარ აღმოაჩნდა.

ლიდერის ინდივიდუალურ ნიშან-თვისებებზე ორიენტირებული თეორიული მიდგომა, როგორც მრავალი კვლევითი მონაცემი გვიჩვენებს, მთლიანობაში უნაყოფო აღმოჩნ-

და. დღეს მკვლევართა უმრავლესობა იმ აზრს იზიარებს, რომ ლიდერის მიერ გამოყენებულ ხელმძღვანელობის სტილს და მისი მოქმედების ეფექტურობას არსებული ვითარების თავისებურება განსაზღვრავს. ჯგუფის ლიდერი ის პიროვნება ხდება, რომლის ქცევა მოცემული სიტუაციის სპეციფიკურ მოთხოვნებს შეესაბამება და აკმაყოფილებს. მაგალითად, მეორე მსოფლიო ომის კრიზისულ ვითარებაში დიდი ბრიტანეთის ლიდერის როლი უინსტონ ჩერჩილს ერგო. ამავე დროს, საგულისხმოა, რომ ომამდე და ომის შემდეგ, ანუ მშვიდობის პერიოდში ბრიტანელებს ის თავის ლიდერად არ აურჩევიათ. ინდივიდუალურმა ნიშან-თვისებებმა, რომლებიც ამ პიროვნებას გააჩნდა, იგი მხოლოდ ომიანობის ვითარებაში წარმოაჩინა წარმატებულ ლიდერად.

გასული საუკუნის 40-იან წლებში მკვლევართა ყურადღება ლიდერობის სტილზე გამახვილდა (ლიდერის ჯგუფის წევრებზე ზემოქმედების ფორმა). ამ კვლევებს საფუძველი კ. ლევინმა ჩაუყარა. მის ერთ-ერთ კლასიკურ გამოკვლევაში ცდისპირები (ათი წლის ბიჭები) შემთხვევითი არჩევანის წესით სამ ჯგუფად დაყვეს. შრომის გაკვეთილზე ბიჭები მასწავლებლის ხელმძღვანელობით გარკვეულ ნაკეთობებს ამზადებდნენ (სადღესასწაულო ცერემონიალისთვის კოსტიუმების კერვა და ნიღბების კეთება). პედაგოგის მიერ მოსწავლეთა საქმიანობის წარმართვის ფორმა სხვადასხვაგვარი იყო. ერთ შემთხვევაში საქმიანობასთან დაკავშირებულ გადაწყვეტილებებს ერთპიროვნულად მასწავლებელი იღებდა (ავტორიტარული მართვის სტილი); მეორე შემთხვევაში ის გადაწყვეტილების მიღების პროცესში ჯგუფის ყველა წევრს რთავდა და საბოლოო არჩევანს ჯგუფი აკეთებდა (დემოკრატიული მართვის სტილი); მესამე შემთხვევაში პედაგოგი მოზარდების საქმიანობაში თითქმის არ ერეოდა და ისინი ფაქტობრივად „ბედის ანაბარა“ იყვნენ მიტოვებული

(ლიბერალური მართვის სტილი). მონაცემებმა შემდეგი აჩვენეს. ავტოკრატიული სტილით მართვის დროს ცდისპირთა საქმიანობა მაღალპროდუქტიული აღმოჩნდა, ხოლო საკუთრივ საქმიანობით მოზარდები ნაკლებად იყვნენ კმაყოფილი. დემოკრატიული სტილით მართვის შემთხვევაში, სხვა ჯგუფის წევრებთან შედარებით, მოზარდებმა საქმიანობისადმი მეტი დაინტერესება გამოავლინეს, ისინი უფრო კმაყოფილებიც იყვნენ და პროდუქციის ხარისხიც უკეთესი იყო. ლიბერალური მართვის სტილით წარმართულმა საქმიანობამ შემდეგიც უარესი გამოიღო და ცდისპირთა აშკარა უკმაყოფილებაც გამოიწვია.

ლევინის მიერ გამოყოფილი ლიდერობის ფორმებისა და სათანადო მონაცემების გათვალისწინების საფუძველზე, მისმა მიმდევრებმა მრავალმხრივი კვლევა-ძიება განახორციელეს მრეწველობის სფეროში. პრაქტიკულ საქმიანობასთან დაკავშირებით სავსებით კონკრეტული კითხვა ჩნდება: რა განაპირობებს ლიდერობის ქმედითობას? პასუხი შემდეგია: ჯგუფის ფუნქციონირების ეფექტურობას ის შესაბამისობა განაპირობებს, რომელიც ხელქვეითებთან ლიდერის ურთიერთობასა და მოცემული ვითარების ოპტიმალურ კავშირს გამოხატავს. ამ მიდგომის გამზიარებელთა აზრით, ლიდერობის ორი ფორმა უნდა გამოიყოს. **საქმიანობაზე ორიენტირებული** ლიდერი, ძირითადად, მომუშავეთა შრომითი საქმიანობის დაგეგმვას, ორგანიზებას, ხელმძღვანელობასა და გაკონტროლებას ცდილობს. ამ შემთხვევაში საკითხი ლიდერის მიერ თავისი თანამდებობრივი მოვალეობის შესრულებას ეხება. საქმეზე ორიენტირებული ლიდერობის სტილი შრომითი და საორგანიზაციო მიზნების განხორციელებაზეა მიმართული. **ურთიერთობაზე ორიენტირებული** ლიდერი ხელქვეითების მიმართ გულახდილობის, პატივისცემის, მზრუნველობისა და ნდობის გამოვლენას ანიჭებს უპირატე-

სობას. ამგვარი ფორმით ლიდერის მოქმედება, რასაკვირველია, ხელქვეითებთან მისი „ძმაბიჭური“ დამოკიდებულების არსებობას სრულიადაც არ ნიშნავს. ამ შემთხვევაში ლიდერის მიერ ჯგუფის წევრების მიზნებისა და მოთხოვნილებების გათვალისწინებასთან, გადაწყვეტილებათა მიღების პროცესში მათ აქტიურ ჩართვასთან და მჭიდრო კომუნიკაციასთან გვაქვს საქმე.

ხაზგასასმელია, რომ ლიდერობის სიტუაციურ კონცეფციას თვით ლიდერის საქმიანობის ქმედითობის პროგნოზირების პრეტენზია გააჩნია. ამ თვალსაზრისის თანახმად, საქმეზე ორიენტირებული ლიდერი უფრო ეფექტურად მაშინ მოქმედებს, როდესაც შრომითი ვითარება მისთვის ან ძალზე ხელსაყრელია ან პირიქით – საკმაოდ არახელსაყრელი. რაც შეეხება ურთიერთობებზე ორიენტირებულ ლიდერს, მისი მოქმედება უფრო ეფექტურია საშუალო დონის ხელსაყრელ სამუშაო სიტუაციაში.

ჯგუფის გავლენა საქმიანობის ეფექტულობაზე

სოციალურ-ფსიქოლოგიური მოვლენების პირველივე კვლევებმა ნათლად დაგვანახეს, რომ ინდივიდუალური საქმიანობის ვითარებასთან შედარებით, ადამიანი მაშინ მოქმედებს უკეთ, როდესაც ის სხვებს ეჯიბრება. შემდგომში ფ. ოლპორტის მიერ ჩატარებულმა გამოკვლევებმა გვიჩვენეს, რომ ადამიანები სხვადასხვა შინაარსის დავალებებს უკეთ არა ცალ-ცალკე ოთახებში, არამედ ერთ საერთო ოთახში ყოფნის დროს ასრულებენ. არა მხოლოდ შეჯიბრი და კონკურენცია, არამედ სხვათა უბრალო თანდასწრება ადამიანის მიერ დავალების შესრულების გაუმჯობესებას განაპირობებს. ამ მოვლენას სოციალურ ფასილიტაციას (ხელის შეწყობას) უწოდებენ. სოციალური ფასილიტაცია სხვათა თან-

დასწრების გამო ადამიანის მიერ დავალების შესრულების გაუმჯობესებას ნიშნავს.

მომდევნო ემპირიულმა კვლევამ საქმიანობის ეფექტურობაზე ჯგუფის გავლენის არა მხოლოდ დადებითი, არამედ უარყოფითი შედეგებიც გამოავლინა. უკანასკნელს სოციალური ხელის შეშლის მოვლენა უწოდეს. ამ პერიოდისთვის შეიქმნა ფრიალ გაუგებარი ვითარება, რომელსაც ერთ-ერთი ავტორი შემდგენაირად განმარტავს: იმის თქმა, რომ სხვათა თანდასწრება საქმიანობის ეფექტურობას ზოგჯერ აუმჯობესებს, ხოლო ზოგჯერ კი აუარესებს, დაახლოებით იგივეა, რაც ამინდის პროგნოზის დროს იმის განცხადება, რომ ხვალ კარგი ამინდი იქნება, მაგრამ, შეიძლება წვიმაც მოვიდეს. დღეს ამ საკითხში მეტი გარკვეულობაა. დადგენილია, რომ სოციალური ფასილიტაციის კავშირი საქმიანობის ეფექტურობასთან გარკვეული ფაქტორებით არის გაშუალებული. ამ სფეროში ჩატარებული მრავალრიცხოვანი კვლევების შედეგების ანალიზი გვიჩვენებს, რომ ადამიანის მოქმედების გაუმჯობესება შედარებით მარტივი დავალებების შესრულების დროს ხდება; საწინააღმდეგო ვითარებასთან გვაქვს საქმე, როდესაც ადამიანი შედარებით რთულ დავალებებს ასრულებს. გარდა ამისა, სხვათა თანდასწრება ადამიანის მიერ შედარებით კარგად ათვისებულ ანუ დასწავლილ დავალებათა (მოქმედებათა) შესრულებაზე დადებითად მოქმედებს, ხოლო ნაკლებად ან ცუდად დასწავლილ დავალებათა (მოქმედებათა) შესრულებაზე კი ის უარყოფით გავლენას ახდენს.

სოციალური ფასილიტაციის და საქმიანობის ეფექტურობას შორის არსებული კავშირის ახსნის დროს შეიძლება ექსპერიმენტული ფსიქოლოგიის ცნობილ პრინციპს დავეყრდნოთ, რომლის თანახმად, დომინირებულ რეაქციას ადამიანში მიმდინარე აგზნება უფრო მეტად აძლიერებს. გაზრდი-

ლი აგზნება მარტივი ამოცანების გადაჭრას აუმჯობესებს, რომლის დროსაც სწორი ამოხსნა დომინირებული რეაქციის როლში გამოდის; მაგალითად, მარტივ ანაგრამებს ადამიანები ადვილად ხსნიან, როდესაც ისინი აგზნებული არიან. რთული ანაგრამების შემთხვევაში, რომელშიც სწორი პასუხები უშუალოდ, თავისთავად არ გამომდინარეობენ, აგზნებადობა არასწორ რეაქციებს იწვევს. აღნიშნული პრინციპის თანახმად, სავარაუდოა, რომ სხვათა თანდასწრება ალაგზნებს ადამიანს ან მის დაძაბულ მდგომარეობას აძლიერებს. აუდიტორიის წინაშე გამოსვლა ადამიანთა უმრავლესობაში მღელვარების და დაძაბულობის განცდას იწვევს. თუ სოციალური დაძაბულობის განცდა დომინირებულ რეაქციებს აძლიერებს, მაშინ მან ადამიანის მიერ მარტივი დავალების შესრულებას ხელი უნდა შეუწყოს, ხოლო იგივე მდგომარეობა რთული დავალების შესრულებისთვის ხელშემშლელი უნდა იყოს. ეს ყოველივე ექსპერიმენტულად იქნა დადასტურებული.

სოციალური სიზაჩმაცე

გასული საუკუნის დასასრულს ცნობილი გახდა, რომ ჯგუფის კოლექტიური შრომისუნარიანობა მისი ცალკეული წევრის შრომისუნარიანობის ნახევარს არ აღემატება. ამ შედეგის თანახმად, „ძალა ერთობაშია“ დევიზის საწინააღმდეგოდ, ინდივიდუალურ ძალისხმევასთან შედარებით ერთიანი მოქმედების შემთხვევაში ჯგუფის ცალკეულმა წევრებმა მოქმედების ნაკლები მოტივაცია შეიძლება გამოამჟღავნონ. ეს, თავის მხრივ, ჯგუფის ფუნქციონირების ეფექტურობაზეც გავლენას ახდენს. ინდივიდუალურ აქტივობასთან შედარებით ჯგუფური მოქმედების ნაკლები პროდუქტიულობის მოვლენას სოციალური სიზაჩმაცე ეწოდება. სოციალუ-

რი სიზარმაცის განმაპირობებელი ფაქტორების შესწავლა დღესაც მკვლევართა დიდ ინტერესს იწვევს. ამგვარი კვლევის კლასიკურ ვარიანტში ბაგირის გადაძლევის სპეციალური დანადგარი გამოიყენება. თვალეზავი ცდისპირები ამ დანადგარის პირველ პოზიციას იკავებენ. ბაგირის თავისკენ გადაძლევის მიზნით ცდისპირებს ევალდებათ ამ მცდელობაში რაც შეიძლება მეტი ძალისხმევა გამოავლინონ. საფულისხმო ისაა, რომ როდესაც ცდისპირებს აჯერებენ მათი ძალისხმევის ინდივიდუალურ და არა კოლექტიურ ხასიათში, მაშინ მათ მიერ გამოვლენილი ძალისხმევის მაჩვენებელი 18%-ით იზრდება. მსგავსი შედეგია მიღებული ე.წ. იმიტაციურ გამოკვლევებში, მაგალითად, ველოტრენაჟორის პედლებს ცდისპირები უფრო ინტენსიურად ატრიალებენ მაშინ, როდესაც სჭერათ, რომ მათზე დაკვირვება არა კოლექტიური, არამედ ინდივიდუალური მოქმედების პირობებში წარმოებს.

სოციალური სიზარმაცის საფუძვლად მდებარე სოციალურ-ფსიქოლოგიური მექანიზმების თვალსაზრისით ორი პრინციპია აღსანიშნავი. პირველი პრინციპის თანახმად, რომელსაც პასუხისმგებლობის განაწილება უწოდებენ, სოციალური სიზარმაცის მოვლენას ადგილი აქვს მაშინ, როდესაც რაიმე აქტივობის დროს ჯგუფის წევრები საერთო საქმეში თავისი წვლილის ანონიმურობას განიცდიან, როდესაც მათ სჭერათ, რომ კოლექტიური მოქმედების საბოლოო შედეგში მათი წვლილი უცნობია. ასეთ ვითარებაში ადამიანი განხორციელებულ საქმიანობაში ძალისხმევას ანუ მოტივაციას მნიშვნელოვნად ამცირებს. პასუხისმგებლობის განაწილების პრინციპი იმაზეც მიგვანიშნებს, რომ სოციალური სიზარმაცის თავიდან აცილება ჯგუფის წევრებისთვის იმ ინფორმაციის მიწოდებით შეიძლება, რომლის თანახმად ყოველი მათგანის საერთო საქმიანობაში ინდივიდუალური წვლი-

ლი დამკვირვებლისთვის ცნობილი იქნება და ის მას შეაფასებს. სოციალური სიზარმაცის ამხსნელი მეორე თვალსაზრისის თანახმად, რომელსაც თანასწორობის ანუ სამართლიანობის პრინციპი ეწოდება, ეს მოვლენა დაკავშირებულია ჯგუფის წევრების ძალისხმევის განაწილების რაგვარობასთან. ჯგუფის კონკრეტული წევრის სუბიექტური ვარაუდის გამო, აქტივობაში ჩაბმული ჯგუფის სხვა წევრები მასზე ნაკლებ ძალისხმევას ახორციელებენ; იგი ე.წ. შრომის სამართლიანი განაწილების პრინციპით ხელმძღვანელობს. მაგალითად, ოფიციანტი, რომელსაც მიაჩნია, რომ მასთან შედარებით სხვა ოფიციანტები უფრო ნაკლებ მაგიდებს ემსახურებიან, შრომის სამართლიანი განაწილების პრინციპის დაცვის მიზნით, ნაკლებ ხალხს მოემსახურება. იმ ვითარებაში კი, როდესაც ადამიანი თვლის, რომ ჯგუფის სხვა წევრებიც ისეთივე აქტიურები არიან, როგორც თვითონ, იგი თავის მოქმედებაში სოციალური სიზარმაცის ტაქტიკას აღარ გამოიყენებს.

§ 2. პიროვნებათშორისი ურთიერთობებით ბამოწვეული გავლენა

კონფორმულობა, დამთმობლობა და მორჩილება ადამიანებზე პიროვნებათშორისი ურთიერთობების გავლენის ფორმებს წარმოადგენს. სოციალური გავლენის ამ ფორმებს ქვემოთ ცალცალკე განვიხილავთ.

კონფორმულობა

ე. არონსონს ერთ-ერთი პუბლიცისტის მიერ აღწერილი კონფორმული ქცევის შემდეგი ხატოვანი მაგალითი მოყავს:

„უეცრად ვიღაც ადგილიდან მოწყდა და გაიქცა. შესაძლოა ამ ადამიანს უბრალოდ გაახსენდა, რომ ის ცოლთან შეხვედრაზე ძალზე იგვიანებდა. რა მიზეზიც არ უნდა ყოფილიყო, ის ბროუდ-სტრიტით აღმოსავლეთის მიმართულებით გაქანდა (შეიძლება რესტორან „მრამორის“ მიმართულებით, რომელშიც, ჩვეულებრივ, ცოლს პაემანს უნიშნავენ). მალე მას კიდევ ერთი მორბენალი – ეტყობა მეგაზეთე ბიჭი – შეუერთდა. შემდეგ კი კიდევ ერთმა წარმოსადგეი, საქმიანი გარეგნობის ჯენტლმენმაც უეცრად მოქუსლა... მოკლედ, ათი წუთის შემდეგ გარბოდა ყველა ვინც კი ჰაი-სტრიტზე დებოს და სასამართლოს შენობას შორის იმუამად იმყოფებოდა. თანდათანობით შეუწყობელ მრავალხმიანობაში საშინელი სიტყვა „კაშხალი“ გამოიკვეთა. უცნობია ის, თუ პირველმა ვინ დაიყვინძრა: „კაშხალი გაირღვა!“ – ტრამვაიში მყოფმა უსუსურმა მოხუცმა ქალმა, ან მოძრაობის მარეგულირებელმა პოლიციელმა, ან რომელიმე ბიჭუნამ, ამას ხომ მნიშვნელობა არცა აქვს. ორი ათასი ადამიანი ფაქტობრივად უმიზეზოდ ერთი მიმართულებით გაიქცა. ხალხში გაისმა: „აღმოსავლეთისაკენ!“, ანუ შორს მდინარესაგან, უსაფრთხო ადგილისკენ...“ ეს მაგალითი ადამიანის კონფორმულობის ბუნებას კარგად გამოხატავს. ერთი თუ ორი ადამიანი, მხოლოდ მათთვის გასაგები მიზეზის გამო გარკვეული მიმართულებით გაიქცა და ეს სავსებით საკმარისი აღმოჩნდა იმისთვის, რათა მოკლე დროის მონაკვეთში მათ ყველა ადევნებოდა. რატომ მოხდა ეს? იმიტომ, რომ ყველა გარბოდა!

კონფორმულობის ექსპერიმენტული კვლევა ს. ეშის სახელთან არის დაკავშირებული. მის მიერ ჩატარებული კვლევების კლასიკური ვარიანტი შემდგს გულისხმობს. სტუდენტების ჯგუფს (7-9 ადამიანი) მიწოდებული ხაზების სიგრძის შეფასება ევალებათ. ერთ ნახატზე სამი განსხვავებული სიგრძის ხაზია ნაჩვენები, ხოლო მეორეზე – ერთი.

ცდისპირებს სამი ხაზიდან იმ ხაზების ამორჩევა ევალებათ, რომელიც, მათი აზრით, ცალკე მოცემული სწორი ხაზის ტოლია. ექსპერიმენტი ორ ვარიანტად – ინდივიდუალურად და ჯგუფურად ტარდება. ექსპერიმენტის ინდივიდუალურ ვარიანტში სწორი პასუხების რაოდენობა ფაქტობრივად ას პროცენტს უდრიდა. ექსპერიმენტის ჯგუფური ვარიანტი ე.წ. „ცრუმაგიერი“ (ყალბი, ანუ ექსპერიმენტატორთან „შეკრული“) ცდისპირების გამოყენებით ტარდებოდა. „ცრუმაგიერი“ ცდისპირები, რომელთა რაოდენობა შვიდკაციან ჯგუფში ექვსს უდრიდა, განგებ მცდარ პასუხებს იძლეოდნენ. მხოლოდ მათი შეფასებების შემდეგ ერთი „გულუბჟვილო“ ცდისპირი მოცემულ ხაზებს თავის შეფასებას აძლევდა. მრავალმხრივმა და მრავალწლიანმა კვლევამ აჩვენა, რომ „გულუბჟვილო“ ცდისპირთა 37% „ცრუმაგიერი“ ცდისპირების მცდარ შეფასებებს იმეორებდა, რაც კონფორმულობის მაჩვენებელს წარმოადგენს. ემპირიულმა კვლევამ ისიც გვიჩვენა, რომ კონფორმულობის ორი სახე, გარეგანი და შინაგანი კონფორმულობა არსებობს. პირველ შემთხვევაში ადამიანი უმრავლესობის აზრს მხოლოდ მათ დასანახად ანუ გარეგნულად ეთანხმება, ისე რომ მას შინაგანი თანხმობის განცდა არა აქვს. მეორე შემთხვევაში კი, ადამიანი რეალურად ეთანხმება ჯგუფის წევრების შეფასებას და მას იშინაგნებს. ზოგადად კი კონფორმულობა შეიძლება განვმარტოთ, როგორც ჯგუფის რეალური ან წარმოსახული ზეწოლის შედეგად ადამიანის აზრის და ქცევის გარეგანი ან რეალური შეცვლა.

კონფორმიზმის განმსაზღვრელი ფაქტორების შესწავლა გვიჩვენებს, რომ ეს მოვლენა ჯგუფის მახასიათებლებით არის განპირობებული. ყველაზე დიდ კონფორმულობას ადამიანი ავლენს მაშინ, როდესაც იგი მისთვის მიმზიდველ და დიდი სტატუსის მქონე ჯგუფის სამი ან მეტი წევრის

აზრს უპირისპირდება. კონფორმულობის დიდი მაჩვენებელი ვლინდება მაშინაც, როდესაც ადამიანი პასუხებს (შეფასებებს) საჯაროდ (ჯგუფის წევრების თანდასწრებით) იძლევა. გარდა ამისა, შედეგები გვიჩვენებს, რომ ადამიანზე კონფორმულობის გავლენა ნორმატულ და ინფორმაციულ ხასიათს ატარებს. ინფორმაციულ გავლენას ადგილი აქვს მაშინ, როდესაც მსჯელობა რეალურ სინამდვილეს ეხება. ნორმატული ზემოქმედება ჯგუფის მიერ ადამიანის მიღების, მისი აღიარების სურვილის შედეგად განიხილება. საჯარო ვითარებაში განხორციელებული მსჯელობის დროს დიდი კონფორმულობის გამოხატვის ტენდენცია ნორმატულ გავლენაზე მიგვანიშნებს, ხოლო რთული ამოცანების გადაწყვეტის დროს მაღალი კონფორმულობის გამოხატვის მიდრეკილება – ინფორმაციულ გავლენას წარმოადგენს.

დამთმობლობა

ყოველდღიურ ცხოვრებაში ადამიანს მის გარშემო მყოფნი მრავალი სახის თხოვნით მიმართავენ. ახლობელი ფულის სესხებას, მეგობარი მისი მანქანით სადმე წასვლას, გამყიდველი რაიმე პროდუქციის შეძენას სთხოვს. პროცესს, რომლის დროსაც ადამიანი სხვების უშუალო თხოვნის შესაბამისად იქცევა, ისე რომ ამ ქცევის განუხორციელებლობის შემთხვევაში მას დასჯის შიში არ გააჩნია, დამთმობლობა ეწოდება.

ამ შემთხვევაში მსჯელობა ისეთ ვითარებას ეხება, როდესაც რაიმე რთულად შესასრულებელ საქმეში ადამიანს ვინმეს მხარდაჭერა ესაჭიროება; ამავე დროს იმის დაყოლიება, ვისაც ამგვარი მხარდაჭერის უნარი და შესაძლებლობა აქვს ძალზე ძნელი და შეუძლებელიც კი შეიძლება იყოს. რა უნდა მოიმოქმედოს ასეთ ვითარებაში ადამიანმა? ერთ-ერთ შე-

საძლებლობას ჩაფიქრებულ ღონისძიებაში ადამიანის თანდათანობით ჩართვა ანუ „ჩართევა“ წარმოადგენს. როგორც კი ადამიანი მცირე დათმობაზე წავა, ამის შემდეგ რაიმე გაცილებით მეტის მოთხოვნის შემთხვევაში მისი დათანხმების ალბათობაც მნიშვნელოვნად იზრდება. დათანხმების ეს ხერხი, რომელსაც „კარებში ფეხის გაყოფა“ ეწოდება, ემპირიულად მრავალმხრივ იქნა შესწავლილი. ერთ-ერთ გამოკვლევაში ავტორები შეეცადნენ სახლის პატრონები იმაში დაერწმუნებინათ, რომ მათ საკუთარ სახლთან გაეკრათ უზარმაზარი პლაკატი წარწერით „საჭესთან ყოფნის დროს ფხიზლად იყავით!“. იმის გამო, რომ პლაკატი ძალზე უხეირო და პრიმიტიულად პროპაგანდისტული იყო, მაცხოვრებელთა უმრავლესობამ ამ თხოვნაზე უარი განაცხადა, თანხმობა მაცხოვრებელთა მხოლოდ 17%-მა გამოთქვა. ამავე დროს, სახლის პატრონების მეორე ჯგუფს ექსპერიმენტატორმა წინასწარ „გული მოუღბო“, მან, ასე ვთქვათ, მასპინძლების „კარებში ფეხი გაყო“ – მანქანის უსაფრთხო მართვის მხარდამჭერ პეტიციაზე ხელის მოწერა სთხოვა. რამდენიმე კვირის შემდეგ იმავე პლაკატის გაკვრის თხოვნით იგივე ხალხი მეორე ექსპერიმენტატორმა ჩამოიარა. შედეგებმა აჩვენა, რომ ამ თხოვნას მაცხოვრებელთა 55% დაეთანხმა. ადამიანის დათმობაზე წასვლის ეს ხერხი ეფექტურია იმის გამო, რომ ადამიანის მიერ ვინმესადმი მცირე სამსახურის გაწევა მასზე იმთავითვე გავლენას ახდენს რათა მან შემდგომში უფრო მნიშვნელოვან თხოვნაზე თანხმობა განაცხადოს. ისმის კითხვა: რა განაპირობებს „კარებში ფეხი გაყოფის“ ეფექტურობას? ახსნის ერთ-ერთი ვარიანტის თანახმად, ადამიანი საკუთარი სოციალური და ფსიქოლოგიური მახასიათებლების შესახებ ცოდნას თავისივე განხორციელებული ქცევების საფუძველზე იღებს. თუ ადამიანი ნებაყოფლობით გარკვეულ მცირე დათმობაზე მიდის, ამ შემთხვევაში ის თა-

ვის თავს სხვების დამხმარე პიროვნებად განიხილავს. საკუთარ „მე“-ს შესახებ მისი წარმოდგენა თანამიმდევარი რომ იყოს, ამისთვის ის შემდგომში სხვა თხოვნებსაც უნდა დაეთანხმოს.

მორჩილება

სოციალური გავლენის ფორმათა შორის მორჩილების მოვლენა ამჟამად მკვლევართა ყველაზე დიდ ინტერესს იწვევს. მორჩილებას უწოდებენ ადამიანის ქცევას, რომელიც ავტორიტეტის (გარკვეული ძალაუფლების მქონე პირის) ზეწოლის გამო ხორციელდება. ადამიანთა ამგვარი მოქმედების ნიმუში ძალიან ბევრია. ფაშისტურ გერმანიაში კაცობრიობის საწინააღმდეგო უამრავი დანაშაული იქნა ჩადენილი. ცნობილია ისიც, რომ ნაცისტურ საკონცენტრაციო ბანაკებში გუშაგად მომუშავე მრავალი ადამიანი ომამდე და მის შემდეგ ცხოვრების წუნდაუდებელ წესს მისდევდა. ამ ადამიანების ფაშისტურ დანაშაულებებში თანამონაწილეობის გაგებისთვის საჭიროა თავისებური სოციალური ვითარების არსებობის დაშვება, რომელიც ჩვეულებრივ ადამიანებს არაჩვეულებრივი დანაშაულებებისკენ უბიძგებს. ანდა ავიღოთ ის სოციალური გავლენის ფორმები, რომლებიც ასე ათასობით ადამიანს სხვადასხვა რელიგიურ სექტებში აერთიანებს. ამ სექტების დამაარსებლები მათი მიმდევრების მიმართ ხელმძღვანელობენ პრინციპით „ჩემი სურვილი თქვენი სურვილი უნდა იყოს“. ამგვარ სექტებში გაწევრიანება ხშირად უაზრო და საშინელი შედეგებით მთავრდება; მაგალითად ერთ-ერთი მათგანის 900-ზე მეტმა წარმომადგენელმა სექტის ლიდერის ბრძანება შეასრულა და კალიუმ-ციანიდის სასიკვდილო დოზით შეზავებული სასმელი დალია.

ისეთ შემთხვევებში საქმე გვაქვს ვითარებასთან, რომელიც სოციალური ზეწოლის გამო ერთი ადამიანი მეორეს ან საკუთარ თავს შეგნებულად ზიანს აყენებს, რაც სავალალო შედეგით მთავრდება. მორჩილების ფენომენის ყველაზე ცნობილი გამოკვლევა ს. მილგრემის მიერ იყო ჩატარებული. ცდისპიებს ინფორმაციას აწვდიან იმის შესახებ, რომ ისინი მონაწილეობას იღებენ ადამიანის მეხსიერების და დასწავლის პროცესების შესწავლაში. ცდისპირების ერთი ნაწილი ექსპერიმენტში „მასწავლებლის“, ხოლო მეორე „მოსწავლის“ როლს ასრულებს. ამ უკანასკნელს მაჩვენებლებზე ელექტროდებს უკეთებენ და სკამზე სარტყელებით ამაგრებენ. „მოწაფეს“ მიწოდებული სიტყვების წყების დამახსოვრება ევალდება. „მასწავლებელი“ კი პულტთან ზის და „მოსწავლის“ პასუხებს აღნუსხავს. მცდარი პასუხების შემთხვევაში „მასწავლებელი“ პულტის სათანადო ღილაკზე დაჭერით ელექტროდების დარტყმით „მოწაფეს“ არასწორი პასუხისთვის სჯის. ხასგასმულია ის რომ „მოსწავლე“ „ცრუმაგიერი“ ცდისპირია (მსახიობი, რომელიც „დასჯის“ სხვადასხვა სიძლიერეზე განსხვავებულ განცდებს გამოხატავს). კვლევაში საკითხი შემდეგნაირად იყო დასმული: ავტორიტეტის (ამ შემთხვევაში ექსპერიმენტატორი) ზეწოლის გამო „მასწავლებელი“ (გულუბრყვილო ცდისპირი) რა ინტენსივობის დასჯაზე შეიძლება წავიდეს; იტყვის თუ არა ის უარს ექსპერიმენტის გაგრძელებაზე და ამას როდის გააკეთებს? „მოსწავლის“ დასჯის სიძლიერე 15-დან დაწყებული 450-ვოლტამდე მერყეობდა.

აღსანიშნავია კიდევ ერთი გარემოება: მილგრემმა კვლევის დაწყებამდე საზოგადოების სხვადასხვა ფენის წარმომადგენლების გამოკითხვა ჩაატარა, რომლის დროსაც რესპონდენტებს ეკითხებოდა, თუ როგორ მოიქცევიან ისინი აღწერილ ექსპერიმენტულ სიტუაციაში? გამოკითხულთა უმ-

რავლესობის აზრით არა მხოლოდ ისინი, არამედ სხვა ადამიანების უმრავლესობაც, „მოსწავლის“ მიერ ტკივილის განცდის შემთხვევაში ექსპერიმენტის გაგრძელებაზე უარს იტყვის, ხოლო რაც შეეხება 450 ვოლტით დასჯის გამოყენებას, ამაზე, მათი აზრით, მხოლოდ აშკარა პათოლოგიური ფსიქიკის ადამიანი თუ დათანხმდება. კვლევის შედეგებმა კი საწინააღმდეგო გამოავლინა – ცდისპირთა („მასწავლებლები“) 2/3-მა მიუხედავად იმისა, რომ „მოსწავლისთვის“ ტანჯვის მომგვრელი ტკივილი უნდა მიეყენებინათ, ექსპერიმენტში მონაწილეობის გაგრძელებაზე უარი არ თქვა. მომდევნო გამოკვლევებმა მსგავსი შედეგი სხვადასხვა კულტურის წარმომადგენლებშიც დაადასტურა.

მილგრემის თანახმად, ცდისპირების უმრავლესობის შეცდომა იმით იწყება რომ ისინი ექსპერიმენტულ ვითარებას „ზნეობრივი არჩევანის სიტუაციად“ არ აღიქვამენ; მინდობილნი არიან რა ავტოროტეტს (ექსპერიმენტატორი), ეს ადამიანები ავტორიტეტის „აგენტის“ ანუ დებერსონიზირებული წარმომადგენლის როლში გვევლინებიან. თავისი ცდისპირების „მორალურ დაცემას“ მკვლევარი შემდეგნაირად აღწერს: ადამიანებს სურთ არა მხოლოდ სხვის, არამედ საკუთარ თვალშიც კარგად გამოიყურებოდნენ. პიროვნების „იდეალური მე“ შინაგანი შემაკავებელი რეგულაციის მნიშვნელოვანი წყარო შეიძლება იყოს. უღმობელი საქციელის ჩადენის ცდუნების შემთხვევაში, ადამიანმა თავისი „მე-ხატისათვის“ მისგან გამომდინარე შედეგები შეიძლება შეაფასოს და ამგვარი საქციელისაგან თავი შეიკავოს. მაგრამ, როდესაც პიროვნება აგენტის დონეზეა დაყვანილი, მაშინ შეფასების ეს მექანიზმი საერთოდ აღარ არსებობს; რადგან მოქმედება უკვე თვით პიროვნების მოტივებიდან აღარ გამომდინარეობს, ამიტომ ის მის „მე-ხატში“ ასახვას ვეღარ პოულობს და საკუთარი თავის შესახებ წარმოდგენა-

ზე გავლენას არ ახდენს. ამდენად, როდესაც ადამიანი რაიმეს მხოლოდ ბრძანების გამო ასრულებს, მაშინ, ზნეობრივი თვალსაზრისით, მისი მოქმედება მას ნეიტრალურად მიაჩნია და მისგან მომდინარედ აღარ განიცდის.

§ 3. აბრეშია

აგრესია ადამიანის ანტისოციალური ქცევის უკიდურეს ფორმას წარმოადგენს. სხვისი გაღიზიანება, ცემა და ომი ადამიანის აგრესიული მოქმედების მაგალითებია. ამჟამად ჩვენ მძიმე დროში ვცხოვრობთ – პოლიტიკურ, ეკონომიკურ, სოციალურ და ეთნიკურ საფუძველზე აღმოცენებული ლოკალური ომები ადამიანთა შორის სასტიკი სიძულვილის და ფიზიკური განადგურების ნიმუშებით არის აღსავსე. ომი აგრესიის გამოვლენის საშინელი ფორმაა. აგრესიაში სხვისთვის ზიანის ან ტკივილის მიყენების განზრახვით განხორციელებული ადამიანის ფიზიკური ან სიტყვიერი ქცევა იგულისხმება. როდესაც ადამიანი გარკვეული მიზნის მიღწევის დროს თვითდაჭერებულ, ენერგიულ მოქმედებას ანხორციელებს, ეს მისი შეუპოვარობის მაჩვენებელია. ხოლო როდესაც ვინმე სხვისთვის ტკივილის მიყენების მიზნით რაიმეს მოიმოქმედებს, მაშინ საქმე აგრესიასთან გვაქვს. როგორც ვხედავთ, აგრესიული ქცევის განსხვავებული ხარისხები არსებობს. ექპერიმენტულ ვითარებაში აგრესიის დონე სხვისთვის მიყენებული ზიანის ხარისხით ვლინდება, რომელსაც ცდისპირი „დასასჯელ“ სუბიექტს აყენებს. აგრესიის ორ სახეს, კერძოდ მტრულ და ინსტუმენტულ აგრესიას გამოყოფენ. მტრული აგრესია ადამიანის განრისხების გრძნობით არის განპირობებული, მისი ერთადერთი მიზანი სხვისთვის ზიანის მიყენება გახლავთ. ინსტუმენტული აგრესიის შემ-

თხვევაში ადამიანი ან ჯგუფი არესიას რაიმე მიზნის მისაღწევად მიმართავს, ის ამ უკანასკნელის განხორციელების საშუალებას წარმოადგენს. პოლიტიკოსები (და არა მარტო ისინი) ნებისმიერ ომს გარკვეული მიზნის მიღწევით ამართლებენ (ქვეყნის განთავისუფლება, წართმეული ტერიტორიების დაბრუნება, აგრესიაზე აგრესიით პასუხი და ა.შ.). მეცნიერთა შორის აგრესიის ბუნების შესახებ ორი განსხვავებული თვალსაზრისი არსებობს – პირველის მიხედვით, ის თანდაყოლილ, ინსტინქტურ მოვლენას, ხოლო მეორის მიხედვით, ადამიანის გარემოსთან ურთიერთობის ანუ დასწავლის შედეგს წარმოადგენს.

თანდაყოლილი აგჰესია

ფსოქოანალიზის დამაარსებელი ზ. ფროიდი თვლიდა, რომ ადამიანის აგრესიის მიზეზს ინდივიდის სიკვდილისკენ ანუ დესტრუქციისკენ მიმართული პრიმიტიული ლტოლვა წარმოადგენს. მას მიაჩნია, რომ აგრესიული ენერგია რაიმე ფორმით აუცილებლად უნდა გამოვლინდეს, საწინააღმდეგო შემთხვევაში ის თანდათანობით დაგროვდება და ავადმყოფობის მიზეზი შეიძლება გახდეს. თუ აგრესია არ გამოვლინდა, მაშინ ის ფიზიკური აფეთქების მსგავსად ფსიკის დანგრევას გამოიწვევს. ფროიდი თვლის, რომ საზოგადოების ძირითადი ფუნქცია სწორედ იმაში მდგომარეობს, რომ ამ ადამიანური ინსტინქტის რეგულირება მოახდინოს, მისი დამანგრეველი ძალა სოციალურად სასარგებლო მოქმედების მიმართულებით წარმართოს. კ. ლორენცი, რომელიც ცხოველთა ქცევას სწავლობდა, აგრესიას უპირატესად როგორც შეგუებით ქცევას და არა როგორც დამანგრეველ ძალას განიხილავს. ამ ორ გამოჩენილ მეცნიერს ის აერთიანებს, რომ მათი აზრით, ადამიანში არსებულ აგრესიულ

ენერგიას ინსტინქტური ბუნება გააჩნია. ისინი თვლიან, რომ თუ აგრესია არ განიმუხტა, მაშინ ის ორგანიზმისთვის „დამანგრეველ“ ფუნქციას შეიძენს.

ფროიდი თვლის, რომ ადამიანის ქცევის რეგულირებაში აგრესია არა მხოლოდ უარყოფით, არამედ დადებით როლსაც თამაშობს. ადამიანმა მასში დაგროვილი აგრესია რომ არ გამოავლინოს, მაშინ მასში დაძაბულობა გაიზრდება, დაგროვილი ენერგია გამოსავლის ძიებას დაიწყებს, რაც უკიდურეს ძალადობაში შეიძლება აისახოს ან ადამიანის ფსიქიკური დაავადების სიმპტომებად მოგვევლინოს. აგრესიული ენერგიის განმუხტვის ანუ კათარსისის მრავალი ხერხი არსებობს; მათ შორის უფრო ხშირად შემდეგს ასახელებენ: პირველი, ენერგიის დახარჯვა სოციალურად ისეთ მისაღებ მოქმედებაში როგორც, მაგალითად, სპორტული შერკინებაა (ფეხბურთი, ჰოკეი, რაგბი, კრივი და ა.შ.); მეორე, ადამიანის მიერ დაგროვილი ენერგიის არადესტრუქციული ფორმით დახარჯვა, კერძოდ, წარმოსახული აგრესია (მაგ. როდესაც ადამიანი წარმოიდგენს იმას, თუ როგორ სცემს გინმეს); მესამე, პირდაპირი აგრესიული ქცევის განხორციელება, როდესაც ადამიანი გინმეს ლანძღავს, მას უსიმოვნებას აყენებს ან რაიმე სისაძაგლეს ეუბნება.

შეძენილი აგხესია

დღეს, მკვლევართა მრავლესობა იმაშია დარწმუნებული, რომ ადამიანის აგრესია, ცხოველებისაგან განსხვავებით, თავისი არსით გამოცდილების ანუ დასწავლის შედეგს წარმოადგენს. საზოგადოდ კი, ადამიანის აგრესია ადამიანის თანდაყოლილი და შეძენილი მახასიათებლების ურთიერთმოქმედების რთულ კომპლექსად უნდა მივიჩნიოთ. გამომდინარე აქედან, სწორია ის აზრი, რომ ცხოველთა უმრავლესობა

მათ ტერიტორიაზე შემოჭრილ „უცხოს“ თავს დაესხმება, ადამიანის მიმართ ამგვარი მსჯელობა საკითხის ზედმეტ გამარტივებად უნდა ჩაითვალოს. ადამიანთა თანდაყოლილი რეაქციების სტრუქტურა ძალზე მოქნილია და დროთა განმავლობაში ის არსებით მოდიფიკაციას განიცდის. სწორედ ამიტომ არის, რომ აგრესიული ქცევების გამოვლენის მიხედვით სხვადასხვა კულტურის წარმომადგენლები ერთმანეთისაგან მნიშვნელოვნად განსხვავდებიან. მაგალითად, დღესაც არსებობს პირველყოფილი ტომები, სადაც ცხოვრება თანამშრომლობისა და მეგობრობის სულისკვეთების ნიადაგზეა აგებული. ამ ადამიანებს შორის აგრესიის გამოვლინება იშვიათობას წარმოადგენს. რაც შეეხება „ცივილიზებულ“ საზოგადოებას, მაგალითად ინდუსტრიულად ყველაზე განვითარებულ ქვეყნებს, ისინი სამხედრო ბიუჯეტის სიდიდის გამო პირდაპირ „წელში წყდებიან“; ამ ქვეყნებში ადამიანთა ხოცვა-ჟლეტა ხომ ჩვეულებრივი რამ გახდა. უფრო მეტის მთქმელი ის გარემოება გახლავთ რომ, თვით ერთ კულტურაში მომხდარი სოციალური ძვრები მათი წარმომადგენლების აგრესიულ ქცევაში არსებით ცვლილებებს იწვევენ. მაგალითად, ინდიელი – იროკეზები ასწლეულების განმავლობაში მშვიდობიანად ცხოვრობდნენ. მათ ძირითად საქმიანობას ნადირობა წარმოადგენდა. მაგრამ XVII საუკუნეში მათ ტერიტორიაზე ჩამოსულ ევროპელებთან გამაღებულმა ვაჭრობამ მეზობლად მყოფ გურონების ტომთან დაპირისპირება გამოიწვია. ამ ორ ტომს შორის გასაყოფი ცხოველთა ძვირფასი ქურქის მოპოვება გახდა, რასაც საომარი შეტაკებები მოჰყვა. აგრესიის მიზეზი მათი თანდაყოლილი აგრესიულობა კი არ იყო, არამედ სოციალური ძვრები, რომლებმაც ტომებს შორის გარკვეული დაპირისპირება გამოიწვია.

აგრესიული ქცევის ე.წ. სოციალური დასწავლის კონცეფციის ავტორს ა. ბანდურას მიაჩნია, რომ ადამიანი აგრესიულ ქცევას იმიტომ კი არ ეუფლება, რომ ის მისთვის სასარგებლოა, არამედ იმიტომ, რომ ის სხვების მოქმედების დაკვირვების საფუძველზე საკუთარი ქცევის „მოდელოებას“ ახდენს. როგორც სხვა სოციალურ ჩვევებს, ასევე აგრესიულ ქცევას, ადამიანი მის გარშემო მყოფების მოქმედებათა და მათგან გამომდინარე შედეგების დაკვირვებით და გათვალისწინებით ეუფლება. მის ერთ-ერთ კლასიკურ გამოკვლევაში ბავშვი იატაკზე ზის და ქალაქისაგან ან პლასტიკისაგან რაღაცის გაკეთებას ცდილობს. მეორე ოთახში მოზრდილი ადამიანი იმყოფება; ამ ოთახში სხვადასხვა სათამაშოებია, კერძოდ, გასაბერი ავტომატები, გასაბერი თოჯინა და ხის ჩაქური. ერთ-ერთ მომენტში ქალი-ექპერიმენტატორი ბავშვის დასანახად და გასაგონად 10 წუთის განმავლობაში ჩაქურით თოჯინის გამეტებით „ცემას“ იწყებს და ბოლოს მას ძირს ანარცხებს. გარკვეული დროის შემდეგ ბავშვს მეორე ოთახში გასვლის უფლებას აძლევენ, მაგრამ აფრთხილებენ, რომ სათამაშოებს ის უნდა გაუფრთხილდეს. ფაქტი კი ის გახლავთ, რომ ბავშვი ზუსტად იმეორებს მოზრდილის ქცევას და თოჯინას გამეტებით ურტყავს და ლანძღავს. ბანდურას მიხედვით, ჩვენი ყოველდღიური ცხოვრება აგრესიული მოქმედების ამგვარი მოვლენების მოდელებს ანუ ნიმუშებს გვთავაზობს. ისინი ოჯახში, სუბკულტურაში და ინფორმაციის მასობრივ საშუალებებში გვეძლევა. ქცევის მოდელოების შესწავლაზე შემდეგი სანიმუშო გამოკვლევა ჩატარდა. თავდაპირველად გამოკვლევაში რვა წლიანმა ბიჭებმა მიიღეს მონაწილეობა. დადგინდა, რომ ტელევიზიით ნანახ ძალადობის კადრებსა და რეალურ აგრესიულ

ქცევებს შორის მაღალი კორელაცია არსებობს. თორმეტი წლის შემდეგ იგივე ცდისპირები ხელმეორედ გამოიკვლიეს. მონაცემებმა აჩვენა, რომ ცდისპირები, რომლებმაც რვა წლის ასაკში ძალადობის მრავალი ეპიზოდი ნახეს ტელევიზიით, ცხრამეტი წლის ასაკშიც უფრო აგრესიულები იყვნენ იმათთან შედარებით, ვინც თავის დროზე ტელევიზიით ნაკლები ძალადობა იხილა. გარდა ამისა, ნათლად გამოვლინდა ის, რომ აგრესიულ ქცევას სატელევიზიო გადაცემების ნახვა განაპირობებდა და არა პირიქით – აგრესიული ყმაწვილები, რომლებმაც მრავალი ძალადობის ეპიზოდი ნახეს შემდგომში, სხვებთან შედარებით, ამგვარ გადაცემების ყურებას უპირატესობას არ ანიჭებდნენ; მოკლედ რომ ვთქვათ, რვა წლის ასაკში ძალადობის ამსახველი გადაცემების ნახვის სინშირე ახალგაზრდების მიერ შემდგომში აგრესიული ქცევის გამოვლინების პროგნოზირების კარგ შესაძლებლობას იძლევა. აღნიშნული კავშირი მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყნებში კვლევებმაც დაადასტურეს.

აღსანიშნავია, რომ დღეს არსებული მომაცემები აგრესიული ქცევის განმუხტვის ან კათარსის ფსოქოანალიტიკური კონცეფციის სასარგებლოდ არ მეტყველებენ. მიღებულ შედეგებს ე. არონსონი შემდეგნაირად აჯამებს: ყველა მსგავს სიტუაციებში სწორედ კათარსის საწინააღმდეგო ვითარებასთან გვაქვს საქმე. კენტის უნივერსიტეტის აჯანყებულ სტუდენტებს როგორც კი ტყვიას ვესვრი, იმ წუთშივე დავიწყებ საკუთარი თავის დარწმუნებას იმაში, რომ ისინი ამის ღირსი ნამდვილად იყვნენ, ხოლო საპროტესტოდ გამოხსულ სტუდენტებს უფრო მეტად შევიჯავრებ, ვიდრე ეს საბედისწერო გასროლამდე იყო. საკმარისია სოფელ მაილას ბავშვების და ქალების ამოჟლეტაში მონაწილეობა მივიღო, რომ აზიელების არაადამიანობა უფრო მეტად ვირწმუნო. საკმარისია შავკანიანებს რიგიან განათლებაზე უარი ვუთ-

ხრა, რომ მე უფრო მეტად დავრწმუნდე იმაში, რომ კარგი განათლებით ისინი ვერაფერ სარგებელს ვერ მიიღებენ. შემთხვევათა უმრავლესობაში ძალადობით ძალადობის ტენდენცია არ იხსნება – ძალადობა მომდევნო ძალადობას ბადებს.

§ 4. პროსოციალური ძეგვა

ადამიანთა ურთიერთობისთვის არა მხოლოდ აგრესიული მოქმედებაა დამახასიათებელი, არამედ აგრეთვე, პროსოციალური (ალტრუისტული) საქციელიც, ანუ სხვებისადმი თანადგომის გამოვლენა და დახმარების აღმოჩენა. მიჩნეულია, რომ ალტრუისტული ქცევის მამოძრავებელ ძალას არა საკუთარი თავის, არამედ სხვების კეთილდღეობაზე უანგარო ზრუნვა წარმოადგენს. ალტრუისტული საქციელის უამრავი მაგალითი არსებობს. აქ, მხოლოდ ერთ მათგანს მოვიყვანთ: მეორე მსოფლიო ომის დროს შვედეთის მოქალაქემ რაულ ვალენბერგმა, საკუთარი სიცოცხლის რისკის ფასად, ოკუპირებული უნგრეთიდან ათასობით ებრაელის გაქცევას შეუწყო ხელი. მან მათ გათავისუფლებაზე პირადი პასუხისმგებლობა აიღო და ნამდვილი გმირობა ჩაიდინა.

ალტრუისტული ქცევის თეორიული გააზრებისა და მისი ემპირიული შესწავლის მიმართ სხვადასხვაგვარი მიდგომა არსებობს. ხანგრძლივი დროის განმავლობაში მკვლევართა შორის მიმდინარე ცხარე კამათის საგანი შემდეგში მდგომარეობდა: არის კი ყოველგვარი გარეგნულად გამოვლენილი სულგრძელობა და უანგარობა ჭეშმარიტად ალტრუისტული საქციელი? როდესაც მათხოვარს გინმე გარკვეულ თანხას უწყალობებს, ეს საქციელი მისთვის ნამდვილად დამახასიათებელი გულკეთილობის გამომხატველია, თუ მხოლოდ

მის მიერ შინაგნად განცდილი უხერხულობის გაქარწყლების ან მოჩვენებითი სულგრძელობის მაჩვენებელი? ამგვარ კითხვებზე განსხვავებული პასუხი არსებობს.

ერთ-ერთი თვალსაზრისის თანახმად, ადამიანი პროსოციალური მოქმედების განხორციელების დროს ჭეშმარიტ უანგარობას ამჟღავნებს. ამ შეხედულების წარმომადგენლებს სხვისადმი გულშემატკივრობის გამოვლენა ადამიანის ბუნებრივ, თანდაყოლილ თვისებად მიაჩნიათ. დღეს პოპულარული სოციალბიოლოგიური კონცეფციის თანახმად, რომელიც სულ უფრო დამაჯერებელი მონაცემებით ივსება, ადამიანის სოციალურ, კერძოდ ალტრუისტულ ქცევას ევოლუციურ-გენეტიკური ფესვებიც ასაზრდოებს, რადგან თავდაპირველად მისი ფუნქცია მოდგმის შენარჩუნება და ურთიერთ-სასარგებლო დახმარების უზრუნველყოფა იყო. იგულისხმება, რომ თუ ამგვარი რამ არ ხდება, მაშინ ამის მიზეზი მხოლოდ საზოგადოებაში გაბატონებული ანტიჰუმანური ნორმების ზეწოლაში უნდა ვეძებოთ. გამოჩენილი ინგლისელი ეკონომისტის ადამ სმიტის აზრით, ადამიანები მხოლოდ საკუთარი ინტერესებით რომ ხელმძღვანელობდნენ, მაშინ მათ თანაგრძნობის განცდისა და ალტრუისტული საქციელის ჩადენის ბუნებრივად მინიჭებული უნარის შესაძლებლობა არ ექნებოდათ. ამ თვალსაზრისის სასარგებლოდ სათანადო ცდისეული მონაცემები მეტყველებს.

მრავალრიცხოვან გამოკვლევებში მოდელირებული იყო „გაუთვალისწინებელი ინციდენტები“; ცდისპირებს შეეძლოთ უბრალოდ გასცლოდნენ უსიამოვნების მომგვრელ სიტუაციას, მაგრამ ისინი, უმეტეს წილად, ამჯობინებდნენ პროსოციალური ქცევის განხორციელებას, ანუ „გასაჭირში მყოფის“ დახმარებას. სპეციალურ ექსპერიმენტებში შეისწავლეს ის ფაქტორები, რომლებიც გავლენას ახდენენ ინდივიდის მზაობაზე გამოიძახონ სასწრაფოს მანქანა; დაეხმარონ

იმას, ვისაც მანქანა გაუჩერდა, ჩააბარონ სისხლი, გაიღონ ფული, დახარჯონ დრო და ა.შ. მაგალითად, ერთ-ერთ გამოკვლევაში 150 ფსიქოლოგმა 1500-ზე მეტი იმგზავრა ლიფტში დაახლოებით 5000 მგზავრთან ერთად. ლიფტში მათ „შემთხვევით“ უვარდებოდათ ხურდა ან ფანქარი. დახმარების მიღების ალბათობა გარკვეულ ფაქტორებზე აღმოჩნდა დამოკიდებული, მაგალითად სქესზე – ქალებს მეტად ეხმარებოდნენ, ასევე მგზავრების რაოდენობაზე – 3 მგზავრის სიტუაციაში დახმარების მაჩვენებელი 40% იყო, 6 მგზავრის სიტუაციაში კი ორჯერ ნაკლები. მრავალი გამოკვლევის მონაცემის განზოგადების საფუძველზე შეიძლება ითქვას, რომ ადამიანი იმ შემთხვევაში უფრო გაუწევს სხვას დახმარებას, თუ იგი ახლახან იყო ასეთი ქმედების მოწმე, ასევე იმ შემთხვევაში, თუ მას არ ერქარება, თუ მსვერპლი მართლა იმსახურებს შველას, თუ რაიმეთი წააგავს მას, ან, უბრალოდ, კარგ გუნებაზეა და ა.შ.

მკვლევართა ერთ ნაწილს შორის ეთიკური ჰედონიზმის შეხედულებაცაა გავრცელებული. ამ მიდგომის მიხედვით, ალტრუისტული ქცევის საფუძველი იმაშია, რომ ის სუბიექტს სიამოვნებას უნდა ანიჭებდეს, ხოლო უსიამოვნებას თავიდან აცილებდეს. მართლაც, ადამიანებს მრავალი მიზეზი აქვთ საიმისოდ, რომ ეგოისტურად მოიქცნენ. პროსოციალური ქცევა მატერიალურ და სოციალურ სარგებელთანაა დაკავშირებული (ვთქვათ დასაჩუქრება, შექება, სხვების თვალში პატივისცემის დამსახურება და ა.შ.). მაგალითად, პროფესიულ საქმიანობაში უფროსის მიერ ხელქვეითის სიტყვიერი წახალისება, განსაკუთრებით მაშინ, როდესაც ეს თანამშრომლების თანდასწრებით ხდება, მომუშავეს შრომით მოტივაციას აძლიერებს და, შესაბამისად, ხელს უწყობს მისი შრომითი ქცევის ეფექტურობის ამაღლებას. ხელმძღვანელის მიერ ქვეშევრდომის მკვეთრი ფორმით გა-

კიცხვა საწინააღმდეგო ეფექტს იძლევა. როგორც ვხედავთ, ალტრუისტული ქცევის საფუძველი ადამიანის თანდაყოლილ თვისებებში კი არ უნდა ვეძებოთ, არამედ ის გამოცდილებით მიღებულ ქცევის ფორმად უნდა ჩაითვალოს. ზემოთ განხილული პრინციპი სწორედ ამაზე მიუთითებს. ამ შეხედულებისაგან განსხვავებით, მკვლევართა მნიშვნელოვანი ნაწილი სხვათა მიერ განხორციელებულ ქცევაზე დაკვირვებით მიღებულ გამოცდილებას განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებს. ივარაუდება, რომ სხვისი ღია ქცევა სუბიექტისთვის მისაბაძი ნიმუში (მოდელი) ხდება, ხოლო ამ ქცევის გამეორება მოდელირების მექანიზმის ამოქმედებას ნიშნავს. პროსოციალური ქცევის ამ სახით დასწავლის ნიმუშად შემდეგი გამოკვლევა შეგვიძლია მოვიყვანოთ, რომელშიც ცდისპირთა ორი ჯგუფი მონაწილეობდა. ერთ-ერთი ჯგუფის თანდასწრებით ექსპერიმენტატორის თანამზრახველი ყალბი ცდისპირი ყოველგვარი ყოყმანის გარეშე თანხმდებოდა სისხლის გაღების პროცედურაზე და კიდევ ახორციელებდა ამას. მეორე ჯგუფს ასეთი მაგალითი არ ჰქონდა. აღმოჩნდა, რომ დონორობის ფუნქცია პირველი ჯგუფის 67%-მა შეასრულა, ხოლო მეორე ჯგუფიდან მხოლოდ 25%-მა.

მიუხედავად იმისა, რომ პროსოციალური ქცევის რაობის შესახებ ურთიერთგანსხვავებული თვალსაზრისებია გამოთქმული, ჩვენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში მისი არსებობის ფაქტები იმდენად ხშირია, რომ კრიტიკულ ვითარებაში ადამიანის მიერ გასაჭირში მყოფისადმი გულგრილი დამოკიდებულების გამოვლინება საზოგადოებას მართლაც რომ საგონებელში აგდებს. გასაჭირში მყოფი ადამიანისადმი გაუგონარი გულგრილი დამოკიდებულების გამჟღავნების შემდეგი მაგალითი თითქმის ყველა სახელმძღვანელოშია მოყვანილი: ნიუ-იორკის ერთ-ერთ გარეუბანში დღისით-მზისით მოძალადემ ახალგაზრდა ქალს მრავალი ჭრილობა მიაყენა,

რის შედეგადაც ის გარდაიცვალა. ამ ვერაგული მკვლელობის სცენას მრავალი ადამიანი აღევენებდა თვალს. მსხვერპლი შველას ითხოვდა, მაგრამ თვითმხილველთა შორის არცერთი არ აღმოჩნდა ისეთი, ვინც მას დახმარებას აღმოუჩენდა ან, უკიდურეს შემთხვევაში, გაირჩებოდა და პოლიციას აცნობებდა. ადამიანთა მიერ ამგვარი გულგრილობის გამოშლავნების მრავალმა ფაქტმა მკვლევართა განსაკუთრებული ყურადღება მიიბჟრო. კრიტიკულ სიტუაციაში თვითმხილველთა ჩაურევლობის გამაპირობებელი ფაქტორების მრავალმხრივი შესწავლა ჯ. დარდიმ და ბ. ლატანემ განახორციელეს. მაგალითად, ერთ-ერთ გამოკვლევაში ქალი ექსპერიმენტატორი სტუდენტებს კითხვარის შევსებას სთხოვდა. შემდეგ ის გვერდით მყოფ ოთახში გადიოდა და სტუდენტებს ჰპირდებოდა, რომ მალევე დაბრუნდებოდა. გასვლიდან რამდენიმე წუთში ექსპერიმენტატორს „გაუთვალისწინებელი“ რამ ემართებოდა: სტუდენტებს ესმოდათ (სინამდვილეში მაგნიტოფონის ჩანაწერია), რომ ქალი სკამზე ავიდა, სკამი დაიმტვრა და იგი მკვეთრი შეძახილით იატაკზე დავარდა, დაიწყო ტირილი და მოთქმა, თითქოს ფეხი მოიტეხა. დაზარალებულის გოდება დაახლოებით ერთი წუთი გრძელდებოდა. მკვლევარებს აინტერესებდათ, დაეხმარებოდნენ თუ არა ცდისპირები გაჭირვებაში მყოფ ადამიანს. აქ ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ფაქტორი ოთახში მყოფი ცდისპირების რაოდენობა იყო (მარტოა თუ სხვებთან ერთად). აღმოჩნდა, რომ ოთახში მარტო მყოფი ცდისპირების 70% დასახმარებლად გაეშურა, ხოლო სხვებთან ერთად მყოფთაგან მხოლოდ 6%-მა გააკეთა იგივე. შემდგომმა ინტერვიუმ გამოავლინა, რომ იმ ცდისპირებმა, რომლებიც ოთახში სხვებთან ერთად იმყოფებოდნენ და მომხდარში არ ჩაერივნენ, თავისი საქციელი იმით გაამართლეს, რომ მათმა პარტნიორებმაც (ისინი სინამდვილეში ექსპერიმენტატო-

რის თანმზრახველი ცრუ ცდისპირები იყვნენ) არაფერი მოიმოქმედეს. აქედან ჩანს, რომ სხვების თანდასწრება სუბიექტს გაჭირვებაში მყოფისადმი დახმარების გაწევისკენ კი არ წარმართავს, არამედ, პირიქით, მის მიერ ამგვარი ქცევის განხორციელების ალბათობას ამცირებს.

ამგვარ მონაცემებზე დაყრდნობით თვითმხილველის მიერ დაზარალებულისთვის დახმარების აღმოჩენის გადაწყვეტილება შემდეგი საფეხურების გავლით ხორციელდება: კრიტიკულ სიტუაციაზე ყურადღების გამახვილება, მომხდარი ფაქტის სერიოზულობის შეფასება, შექმნილ ვითარებაში ჩარევაზე პირადი პასუხისმგებლობის აღება. ამავე დროს, მუდამ არსებობს იმის შესაძლებლობა, რომ გადაწყვეტილების მიღების ნებისმიერ საფეხურზე თვითმხილველმა ისეთი არჩევანი გააკეთოს, რომელიც მის უმოქმედობას განაპირობებს. სხვების თანდასწრება თვითმხილველის არჩევანზე მნიშვნელოვნად მოქმედებს. თუ სხვა ადამიანები მომხდარს სათანადო ყურადღებას არ აქცევენ, მაშინ თვითმხილველმა შეიძლება ჩათვალოს, რომ ამჟამად არცთუ ისე მნიშვნელოვანი რამ ხდება. მსგავსად ამისა, გადაწყვეტილების მიღების მეორე ეტაპზე, თუ სუბიექტმა ჩათვალა, რომ სხვები შექმნილ ვითარებას როგორც კრიტიკულს აფასებენ, მაშინ მისი შეფასებაც ისეთივე იქნება. გადაწყვეტილების მიღების ამ საფეხურზე სხვათა თანდასწრება თვითმხილველისთვის არა მარტო გარკვეული ინფორმაციის მომტანია, არამედ ის მისივე თვითდამშვიდების მიზეზიც შეიძლება გახდეს. ამდენად, ნაკლებად შეშფოთებული სხვა პირების უბრალო თანდასწრებამ თვითმხილველის ვითარებაში ჩარევის ალბათობა შეიძლება შეამციროს. არჩევანის გაკეთების მესამე ეტაპზე სხვათა თანდასწრება თვითმხილველთა შორის პასუხისმგებლობის განაწილებას იწვევს. ეს იმაში გამოიხატება, რომ რაიმე ქცევის განხორციელებისადმი ადამიანს პირადი

პასუხისმგებლობის განცდა უმცირეობა, რადგან მას მიაჩნია, რომ შექმნილი ვითარების შედეგზე პასუხისმგებლები სხვებიც არიან.

თავი მეთექვსმეტი
ჯიწიუჟი ფსიქოლოგია

§ 1. ფსიქიკური აშლილობები

ფსიქიკური აშლილობის ცნება

აქამდე შევისწავლიდით ნორმალურ ფსიქიკურ ფუნქციონირებას. ახლა განვიხილოთ ანომალური ფსიქიკური მოქმედების გამოვლინებები, ფსიქიკური აშლილობები. ფსიქიკური აშლილობების დროს ადგილი აქვს არატიპურ, სხვებისთვის ხელისშემშლელ, დეზადატურ და საფუძველს მოკლებულ ქცევას. ასეთი ადამიანები ყველა დროში არსებობდნენ. ძველად ანომალური ქცევა, სიგიჟე ავადმყოფობად არ განიხილებოდა. ითვლებოდა, რომ ადამიანში „ბოროტი სული“ დამკვიდრდა და „მკურნალობაც“ ამ დემონის დაწყნარებაში ან განდევნაში მდგომარეობდა, რაც მკაცრ და ხშირად სასტიკ მოპყრობას გულისხმობდა. მედიცინამ ფსიქიკური დარღვევები ავადმყოფობად მხოლოდ XVIII საუკუნეში სცნო. XIX საუკუნეში უკვე აღიწერა სულით ავადმყოფთა ჩივილები, ანუ სიმპტომები და მათი თანმხლები ობიექტური გამოვლინებები – ნიშნები. ერთმანეთთან მყარად დაკავშირებული სიმპტომებისა და ნიშნების ნაკრების, ანუ სინდრომის საფუძველზე გამოიყო დაავადებათა სახეები – ნოზოლოგიები და შემუშავდა მათი კლასიფიკაციის პრინციპები, რაც ყველაზე მეტად გამოჩენილი ფსიქიატრის კრეპელინის სახელს უკავშირდება. ითვლებოდა, რომ დაავადების მიზეზი ორგანულ დარღვევებში უნდა ვეძებოთ, კერძოდ ტვინისა და საერთოდ ნერვული სისტემის დაზიანებაში, ბიოქიმიურ და გენეტიკურ ფაქტორებში. ბუნებრივია, რომ ამ მოდელის ფარგლებში გამოყენებულია ისეთი საშუალებები, რომლებიც უშუალოდ სხეულზე ზემოქმედებს (ფარმა-

კოლოგიური და ქირურგიული).

მალე ამ ბიოსამედიცინო მიდგომასთან ერთად გაჩნდა ფსიქოლოგიური მიდგომა, რომელსაც საფუძველი ფროიდმა ჩაუყარა. ფსიქიკური დაავადების თავდაპირველი გაგება ფროიდმა ნევროზების, უმეტესად ე.წ. კონვერსიული ისტერიის მკურნალობის გამოცდილებაზე დააფუძნა. ამ დროს ადამიანს აწუხებს მოტორული, სეკრეტორული, სენსორული თუ სხვა ფუნქციების დარღვევები რაიმე ორგანული მიზეზის გარეშე. ეს არის ფსიქო-ტრავმატული სიტუაციებით გამოწვეული ფსიქოფიზიკური რეაქციები. ტიპურ შემთხვევად შეიძლება ჩაითვალოს გამუდმებული მენსტრუალური ციკლის მქონე პაციენტი ქალის მაგალითი, რომელსაც ქმარი არ უყვარდა და მასთან გაყრის შემდეგ ეს სიმპტომი გაუქრა. ფროიდი ზოგჯერ ახერხებდა ასეთი სიმპტომების მოხსნას ჰიპნოზში, მატრამვირებელ შემთხვევებთან დაკავშირებული ემოციების „გამოთავისუფლების“ (ე.წ. კათარზისის) მეშვეობით. შემდგომში მან შექმნა ფსიქოანალიტიკური მკურნალობის პრინციპები და ხერხები, მიმართული ავადმყოფობის მიზეზის – შინაგანი არაცნობიერი კონფლიქტების გამოვლენასა და მოხსნაზე. ისინი უფრო ხშირად წარმოიქმნება ადრეულ ასაკში, როცა ერთმანეთს უპირისპირდება ინსტინქტური არაცნობიერი ლტოლვები და რეალობასა და ზნეობასთან დაკავშირებული პიროვნული სტრუქტურები.

ფსიქოლოგიური მიდგომის ფარგლებში არსებობს ფსიქიკური აშლილობის ბუნების და მკურნალობის სხვაგვარი გააზრებაც, მაგალითად ბიჰევიორისტული, კოგნიტივისტური, ჰუმანისტური და ა.შ., რომელთაც უფრო დაწვრილებით ქვემოთ შევხებით. ყველა მათგანში ანომალური ქცევის ესა თუ ის ფსიქოლოგიური მიზეზი და მექანიზმია გათვალისწინებული. ამჟამად უფრო გავრცელებული მიდგომის თანახმად, ფსიქიკური აშლილობა ბიოლოგიური, სოციოკულტუ-

რული და ფსიქოლოგიური ფაქტორების შეხამებისა და ურთიერთქმედების შედეგს წარმოადგენს.

ტრადიციულ კლასიფიკაციაში დაავადებათა რამდენიმე დიდი ჯგუფი გამოიყოფოდა; მათ შორის მაინც უმთავრესი ფსიქოზებისა და ნევროზების გამიჯვნა იყო. ფსიქოზის დროს ავადმყოფი კარგავს რეალობასთან კონტაქტს, აღენიშნება ირაციონალური იდეები და დამახინჯებული აღქმა. ნევროზის შემთხვევაში ადამიანი იტანჯება, მაგრამ ინარჩუნებს რაციონალური აზროვნებისა და სოციალური ურთიერთობების უნარს. თანამედროვე კლასიფიკაციებში აქცენტი გაკეთებულია დაავადების ნიშნებისა და სიმპტომების უფრო დეტალურ აღწერაზე, რასაც აშლილობების უფრო მრავალრიცხოვანი ჯგუფების გამოყოფა მოყვება. მაგალითად, „ფსიქიკური აშლილობებისა და სატატიისტიკის ცნობარში“ ანუ ე.წ. DSM-IV-ში 230 ფსიქიკური აშლილობა 17 კატეგორიად არის დაჯგუფებული.

შიზოფრენია

შიზოფრენია ეს არის სერიოზული ფსიქოტური დარღვევების ჯგუფის საერთო სახელი, რომელიც ხასიათდება დეზორგანიზებული ან ბოღვითი აზროვნებით, დამახინჯებული აღქმით, არაადექვატური ემოციებითა და ქცევით. დაავადების პროცესი, როგორც წესი, იწყება ჭაბუკობის ასაკში, ერთნაირად შეეხება ქალებსა და მამაკაცებს, გავრცელებულია ყველა კულტურაში და აღენიშნება მოსახლეობის 1%.

შიზოფრენია ფსიქიკური დარღვევების ფართო სპექტრს მოიცავს, მაგრამ პაციენტების უმრავლესობას ყველა დარღვევა არ აღენიშნება. ეს ყოველთვის უქმნიდა სირთულეს დიაგნოსტიკას, ვინაიდან არ იყო დადგენილი, რამდენი და რა სახის სიმპტომი უნდა გააჩნდეს ადამიანს, რომ იგი შიზო-

ფრენიით დაავადებულად ჩაითვალოს. მიუხედავად ამისა, არსებობს შიზოფრენიის ძირითადი სიმპტომები.

შიზოფრენიის უმთავრეს ნიშნად პიროვნების **აზროვნების დეზინტეგრაციას** ასახელებენ. ავადმყოფს დაკარგული აქვს უნარი შეინარჩუნოს აზრთა წყობა, არალოგიკურად გადადის ერთი მტკიცებიდან მეორეზე, რის გამოც მსჯელობა აბსურდულ სახეს იღებს. დარღვეულია აზროვნების ობერაციული მხარეც; მაგალითად, განზოგადება არაარსებითი ნიშნების მიხედვით ხდება. ე.წ. **პარანოიალური შიზოფრენიის** შემთხვევაში აზროვნება **ბოდვის** ხასიათს იძენს, ე.ი. აღმოცენდება რეალობასთან შეუსატყვისი წარმოდგენები და დასკვნები, რომელთა სიმცდარეში სუბიექტის დარწმუნება შეუძლებელია (მაგ. დევნის, კონტროლის ან განდიდების ბოდვა). ბოდვის დროს ირღვევა მთელი კოგნიტური სფერო (მეხსიერების გარდა). ავადმყოფი ქმნის ბოდვის სისტემას და ამყარებს თავის ბოდვით რწმენას ერთ „ლოგიკურ კონცეფციაში“ გაერთიანებული მსჯელობებით. ის ხშირად ჩაირთავს **აღქმის სფეროსაც**; აღინიშნება **ილუზიები** – აღქმულ მოვლენებში სუბიექტი თავისი ბოდვიდან გამომდინარე შინაარსს დებს. ადგილი აქვს აგრეთვე **ჰალუცინაციებს**, ანუ აღქმებს რეალური სენსორული გამღიზიანებლის გარეშე; პაციენტს ეჩვენება, რომ ესმის სხვადასხვა ხმა, რომელიც აძლევს ბრძანებებს, აშინებს, შეურაცხყოფს, ადანაშაულებს და ა.შ.

ბოდვის სამყაროს შექმნა მას მერე იწყება, რაც თანდათან იკარგება კონტაქტი გარემოცვასთან, ადამიანი იკეტება საკუთარ თავში. ამას **აუტიზმი** ეწოდება. ავადმყოფობის საწყის სტადიას თან ახლავს ემოციების მკვეთრი გაძლიერება, რასაც მალე მოყვება **ემოციური გაცივების** სიმპტომები ახლობლებისა და უშუალო გარემოცვის მიმართ, ძველი ინტერესების დაკარგვა, აბათია და ზოგადი ემოციური დაჩლუნგება.

ემოციურ სფეროსთან ერთად ირღვევა ქცევითი (ნებელო-ბითი) სფერო. ამის გამოვლინებაა აბულია, ანუ ქცევის რე-გულაციის პათოლოგიური დაქვეითება: ადამიანი ვერ აიძუ-ლებს თავს მიიღოს გადაწყვეტილება და საჭიროებისამებრ რაიმე გააკეთოს. მძიმე შემთხვევებში მას ელემენტარული თვითმომსახურებაც კი არ შეუძლია. ე.წ. კატატონური ში-ზოფრენიის დროს თავს იჩენს ქცევის მოტორული ფუქციის თავისებური შეცვლა – დაწყებული გადაჭარბებული, ზოგ-ჯერ ბოზოქარი სამოძრაო აქტივობიდან, დამთავრებული სრული დამუხრუჭებით, სტუპოროთ – ერთ პოზაში ხან-გრძლივი გაშეშებით. ამ ფორმის შიზოფრენიის სიმპტომებ-ში შედის აგრეთვე ნეგატივიზმი – უაზრო წინააღმდეგობის გაწევა, მოქმედებაზე არამოტივირებული უარის თქმა. ვერ-ბალური ნეგატივიზმი ე.წ. მუტიზმის სახით ვლინდება. ამ დროს ავადმყოფი საერთოდ არ ლაპარაკობს, თუმცა მეტ-ყველების უნარი შენარჩუნებული აქვს.

ე.წ. დეზორგანიზებული შიზოფრენიის სიმპტომებია: უთავბოლო მეტყველება და ქცევისა და ემოციის შეუსა-ტყვისობა. შიზოფრენიის ეს მესამე ფორმა ყველაზე მეტად წააგავს სიგიჟის გავრცელებულ სტერეოტიპს. ავადმყოფი რაღაცას ბურტყუნებს, ხითხითებს, სულელურად იღიმება და იმანჭება, საკვირველ პოზებს იღებს, შეუძლია უცებ ახარხარდეს ან ატირდეს. ე.წ. არადიფერენცირებული ში-ზოფრენია მოიცავს დაავადების ყველა იმ ფორმას, რომელ-იც შიზოფრენიის აღნიშნულ სამ სახეობას არ განეკუთვნება.

ავადმყოფობას ზოგჯერ პერიოდული შეტევების ფორმა აქვს, მაგრამ დაავადებულები ცხოვრების დიდ ნაწილს სო-ციალურ იზოლაციასა და საკუთარ სამყაროში ჩაკეტილები ატარებენ. იშვიათია, როცა შიზოფრენიას ერთჯერადი ეპი-ზოდის სახე აქვს, რომელიც „განიკურნება“ და აღარ გამე-ორდება.

შიზოფრენიის ნამდვილი ბუნების, მისი რეალური გამომწვევი მიზეზების შესახებ შეთანხმებული აზრი არ არსებობს. თანამედროვე მკვლევარების უმეტესობა მას აბსოლუტურად სომატოგენურ დაავადებად თვლის და ტვინის სტრუქტურულ დაზიანებებს ან იქ მიმდინარე ბიოქიმიურ პროცესებს და გენეტიკურ ანომალიას უკავშირებს. სხვები ამასთან ერთად ფსიქოლოგიური მიზეზების არსებობასაც აღიარებენ. ის, რომ შიზოფრენიის აღმოცენებაში გენეტიკური ფაქტორი მონაწილეობს, ეჭვს აღარ იწვევს: ალბათობა იმისა, რომ მონოზიგოტური ტყუპი შიზოფრენიით დაავადდება, თუ მისი ტყუპისცალი ავადაა, თითქმის 50% უტოლდება; დაახლოებით ასეთივე პერსპექტივა აქვს შიზოფრენიით დაავადებული მშობლების შვილსაც. ისევე როგორც სხვა ფსიქიკური თვისებების (მაგ. ინტელექტის) შემთხვევაში, მემკვიდრეობა არც შიზოფრენიას განსაზღვრავს ცალსახად. გარემოს უთუოდ მიუძღვის თავისი წვლილი, თუმცა ჯერ ვერ მოინახა თუნდაც ერთი ისეთი გარეგანი მიზეზი, რომელიც შეძლებს ამ დაავადების გამოწვევას იმათში, ვისაც არ ჰყავს შიზოფრენიით დაავადებული ნათესავი.

აფექტური აშლილობები

თუ შიზოფრენიის დროს, უპირატესად, კოგნიტური სფერო ზიანდება, აფექტური აშლილობის შემთხვევაში მთავარი დარტყმა ემოციურ და ნებელობით სფეროზე მოდის. ძირითადად განასხვავებენ ბიპოლარულ აფექტურ აშლილობებს (სხვანაირად მანიაკალურ-დებრესიულ ფსიქოზს) და დიდ დებრესიას. ბიპოლარული აშლილობები ხასიათდება ორი ურთიერთსაწინააღმდეგო ემოციური მდგომარეობის – მანიაკალურის და დებრესიულის მონაცვლეობით. დიდი დებრესიის, ანუ მონობოლარული დაღმევებისას, ემოციური

სფერო მხოლოდ ერთი მიმართულებით არის შეცვლილი.

ბიბოლარული აშლილობა მოიცავს შეტევების ფაზას და აშ შეტევათაშორის ინტერვალებს (რემისიებს). შიზოფრენი-ისაგან განსხვავებით, ბიბოლარული აშლილობისას პიროვ-ნება არ იცვლება; აქ მნიშვნელობა არა აქვს გადატანილი შეტევების რაოდენობას. ფაზების სიხშირე განსხვავებუ-ლია: ზოგს შეტევა ყოველ წელს და, უმეტესად, სეზონუ-რად ემართება (განსაკუთრებით შემოდგომა-გაზაფხულზე), ზოგს კი უფრო იშვიათად. ცვალებადია ფაზის ხანგრძლიო-ბაც – რამდენიმე დღიდან რამდენიმე თვემდე. ეს დაავადება მოსახლეობის 1% აღენიშნება, უფრო მეტად ქალებს. გაცი-ლებით გავრცელებულია დიდი დებრესია; ზოგიერთი შეფა-სებით, ამერიკელი მამაკაცების დაახლოებით 10% და ქალე-ბის 20% ცხოვრების რაღაც მონაკვეთში გაივლის დიდი დე-პრესიის პერიოდს.

მანიაკალურ მდგომარეობას ახასიათებს აგზნებულობა, ჰიპერაქტიურობა, ჭარბსიტყვაობა, ზედმეტი ოპტიმიზმი. თავის მსუბუქ ფორმაში (ე.წ. ჰიპომანია) მისი გარჩევა უბრა-ლო ეიფორიისაგან არ არის ადვილი. მდგომარეობის დამძი-მების შედეგად ყალიბდება საკუთრივ მანია. მათულობს არაადექვატურობა: პაციენტები ავლენენ უსაზღვრო ენერ-გიას, მოქმედებისა და ლაპარაკის დაუოკებელ წყურვილს; ამასთან, ისინი უსასრულოდ გადადიან თემიდან თემაზე, ვერ ახდენენ ერთ შინაასზე ყურადღების კონცენტრაციას, რაც მკვეთრად აქვეითებს ინტელექტუალურ პროდუქტუ-ლობას. ავადმყოფები ველარ ერკვევიან, თუ რა არის მისა-ღები და რა მიუღებელი სოციალურ და პერსონალურ პლან-ში (მაგ. სექსუალურ სფეროში). ისინი თავს ყოვლისშემ-ძლედ თვლიან. თანდათან უქრებათ რეალობის განცდა, ქცე-ვა ხდება ავანტიურისტული და სოციალურად სახიფათო. გამოკვეთილ შემთხვევებში ყალიბდება განდიდების ბოდვა,

თუმცა მას არა აქვს ისეთი უცნაური და ახირებული ფორმა, როგორც შიზოფრენიის დროს.

დებრესია ბევრი მხრივ მანიის საპირისპირო მდგომარეობაა. იგი ხასიათდება განსაკუთრებულად გამოკვეთილი უარყოფითი ემოციური ფონით, ცვლილებებით მოტივაციურ-ნებელობით სფეროში და საერთო ქცევითი პასიურობით. სუბიექტურად, დებრესიაში მყოფი ადამიანი უარყოფითი, ხშირად უაღრესად მძიმე ემოციური მდგომარეობის ტყვეობაშია, დაკარგული აქვს ცხოვრების ხალისი, სტანჯავს დათრგუნულობა, უიმედობა, სევდა, სასოწარკვეთილება. საფუძვლიანად არის შეზღუდული სურვილები; მოშლილია მოტივაციური მექანიზმები (მაგ. ძილი, მადა, სექსუალური ლტოლვა); მკვეთრად არის დაქვეითებული ნებელობა – ადამიანს ძალიან უჭირს აიძულოს თავი რაიმე გააკეთოს, მით უფრო ის, რაც არ სურს, მაგრამ საჭიროა.

დიდი დებრესიის დროს ხშირად თავს იჩენს კოგნიტური სფეროს ფუნქციონირების ზოგადი დაქვეითება: აზროვნება შენელებულია, ყურადღების კონცენტრაცია გართულებული, დამახსოვრება და გახსენება გაძნელებული. დებრესიისთვის დამახასიათებელია აკვიატებული აზრები საკუთარ პასუხისმგებლობაზე უარყოფით მოვლენებთან დაკავშირებით, რომლებიც მოხდა მისი ან ახლობლების ცხოვრებაში. უსუსურობის გრძნობას ცხოვრებისეული სირთულეების წინაშე თან ერთვის პერსპექტივის უქონლობის მწვავე განცდა. მკვეთრად არის დაწეული, ზოგჯერ თითქმის განადგურებულია სუბიექტის თვითშეფასება. შეცვლილია დროის აღქმა – დრო წარმოუდგენლად მიიზღაზნება, განსაკუთრებით დილის საათებში, როდესაც სევდა და შფოთვა ახალი ძალით ეუფლება. საღამოს გარკვეული შვება იგრძნობა. ქცევა ხდება შენელებული და უინიციატივო; ადამიანი დასუსტებულია, მალე იღლება, რაც, საბოლოო ჯამში, მოქმედების პრო-

დუქტულობის შესამჩნევ კლებას იწვევს.

მძიმე და ხანგრძლივი დეპრესიის დროს ავადმყოფს არ ტოვებს თვითმკვლელობასთან დაკავშირებული აზრები. როცა სევდა უსაშველო ტანჯვის სახეს იღებს, სულიერი ტანჯვისა, რომელიც ფიზიკურ ტკივილზე გაცილებით მძიმეა, ადამიანმა შეიძლება თვითმკვლელობის მცდელობა განახორციელოს.

დეპრესიის იოლ ფორმებს შეიძლება დაწეული ფუნქციონალური მდგომარეობის ხასიათი ჰქონდეს, რასაც პერიოდულად თითქმის ყველა განიცდის. გამოყოფენ აგრეთვე ე.წ. ნევროტულ დეპრესიასაც, რომელიც ნაკლებ მძიმეა და უბირატესად დაღლილობის ან სტრესის შედეგად აღმოცენდება. იგი გამოიხატება ადამიანის მიერ ყოველგვარი ქცევის მეტ-ნაკლებად ცნობიერ უარყოფასა და მისი აზრის დაკარგვაში.

შფოთვითი აშლილობები

შფოთვით აშლილობებს აქვს რამდენიმე ფორმა, რომელთა საერთო სიმპტომებია ირაციონალური შფოთვის ან შიშის გრძნობა და მისგან თავის დაღწევის მცდელობა. ამის მიღწევას ჩვეულებრივი გზით სუბიექტი ვერ ახერხებს, მაგრამ რეალობასთან კავშირი დაკარგული არა აქვს. საზოგადოდ, ამ აშლილობების სიმპტომები პიროვნებას არ ანგრევენ, ამიტომ ფსიქოტურად არ ითვლებიან. ძველი კლასიფიკაციით მათ ნევროზებს მიაკუთვნებდნენ. შფოთვას და შიშს შეიძლება კონკრეტული მისამართი ჰქონდეს ან ფართოდ იყოს გავრცელებული. შესაბამისად, ერთ შემთხვევაში საუბრობენ ფობიებზე, მეორეში – გენერალიზებულ შფოთვით აშლილობებზე.

ფობია წარმოადგენს კონკრეტული ობიექტების, ქცევები-

სა და სიტუაციების ძლიერ და უსაფუძვლო შიშს. ე.წ. სპეციფიკური ფობიების ჩამოყალიბება საკმაოდ ადრე, ჩვეულებრივ, გარდამავალ ასაკში იწყება და ეხება ღია (აგორაფობია) ან დახშულ (კლასტროფობია) სივრცეს, სიმაღლეს (აკროფობია), ცხოველებს (ზოოფობია) და ა.შ. ამ შიშების უსაფუძვლობა ადამიანს კარგად ესმის, მაგრამ თავს ვერ ერევა და გაურბის მისთვის „სახიფათო“ ვითარებებს, ხშირად წარმატებითაც; მაგალითად, თვითმფრინავის შიშს, ბოლოს და ბოლოს ეშვებოდა, თუ სხვა სახის ტრანსპორტს გამოიყენებ. ე.წ. სოციალური ფობიების შემთხვევაში ადამიანს ეშინია, რომ უუნარო ან დამცირებული გამოჩნდება სხვების თვალში. ამიტომ იგი ცდილობს განერიდოს პოტენციური უხერხულობის შემცველ სოციალურ სიტუაციებს: ოფიციალურ შეხვედრებს, საჯარო გამოსვლებს, წვეულებებს და ა.შ.

გენერალიზებული შფოთვითი აშლილობების დროს შფოთვა არ არის დაკავშირებული რაიმე კონკრეტულთან – იგი ყოვლისმომცველი და უსასრულოა. შფოთვით დარღვევებში ის ყველაზე მეტად არის გავრცელებული. ამ დარღვევის მქონე პირები მუდამ დაძაბული არიან, რაღაც ცუდის მოლოდინი აქვთ, ახასიათებთ ჭირვეულობა, ზემგრძნობელობა, უჭირთ კონცენტრაცია და გადაწყვეტილების მიღება, აწუხებთ უძილობა. მათ აღენიშნება ფიზიოლოგიური გამოვლინებებიც: გაძლიერებული გულისცემა, ოფლიანობა, კუჭის აშლილობა და სხვა.

შფოთვითი აშლილობების პანიკური ფორმის დროს შფოთვა პერიოდულად იღებს ე.წ. პანიკური შეტევის სახეს; ის მოულოდნელად და უცაბედად იწყება, რამდენიმე წუთს გრძელდება და თან ახლავს გამოხატული ფიზიკური სიმპტომები – გახშირებული სუნთქვა, თავბრუსხვევა, კანკალი, ტაქიკარდია, გულყრაც კი. ფსიქოლოგიურად ეს არის

უძლიერესი შიში იმისა, რომ მოხდება რაღაც საშინელი და დამღუბველი. ეს განცდა იმდენად არაპროგნოზირებადი და დამაფრთხობელია, რომ ავადმყოფებს ხშირად უვითარდებათ თვით ამ შეტევის ძლიერი შიში, განსაკუთრებით ხალხმრავალ ადგილებში (რადგან ისინი თავს უხერხულად გრძნობენ) და ისეთ ვითარებებში, რომლებიც შეიძლება სახიფათო აღმოჩნდნენ (მაგალითად მანქანის მართვისას). შედეგად, ადამიანი ერიდება დატოვოს „უსაფრთხო“ ადგილები (თავისი ბინა, შესაძლოა ოთახიც კი) და გავიდეს ქუჩაში, იმოგზაუროს და ა.შ. ყოველივე ამის კერძო შედეგია ე.წ. აგორაფობია ანუ სახლის გარეთ, განსაკუთრებით ხალხმრავალ ადგილებში, მარტო ყოფნის შიში.

აბსცესური და კომპულსური აშლილობების შემთხვევაში ადამიანს აწუხებს აკვიატებული აზრები (აბსცესია) ან რაიმე მოქმედების შესრულების დაუძლეველი სურვილი (კომპულსია), რომელთაც არავითარი რაციონალური გამართლება არა აქვთ. აკვიატებული აზრები უფრო ხშირად ეხება გაჭუჭყიანებას და დასწევობოვნებას, აგრესიას და ძალადობას, რელიგიას, სექსს, გამოყოფის პროცესს, წონასწორობისა და სიმეტრიის დაცვას (მაგალითად ადამიანს შეიძლება აეკვიატოს აზრი, რომ დაკარგავს შვილებს, ან რომ ვიღაც გაიტანა მანქანით და ვერ შეამჩნია ეს). აბსცესური აზრები იწვევენ ძლიერ შფოთვის. კომპულსიების ნაწილი შეიძლება გავიგოთ, როგორც ინდივიდის მცდელობა დაძლიოს შფოთვა ან წინ აღუდგეს მასში ნაგულისხმევ ხიფათს. მაგალითად, გაჭუჭყიანების იდეით შეპყრობილი პირი შეიძლება გამუდმებით იბანდეს ხელებს, ბავშვების დაკარგვის აბსცესიის მქონე – სულ თავისი შვილების თვლაში იყოს. ასეთი დაუძლეველი აზრები და მოქმედებები აწუხებს ადამიანს და მნიშვნელოვნად ართულებს მის ცხოვრებას. ხელის დაბანა ნორმალური მოვლენაა, მაგრამ ყოველ ხუთ წუთში ამის კე-

თება კანის გადაყვლეფამდე – ანომალიაა.

აბსცესური და კომპულსური აშლილობა ბავშვობაში იჩენს თავს და მოსახლეობის 2-3% ახასიათებს. თუ არ ჩატარდა მკურნალობა, მდგომარეობა ჩვეულებრივ მძიმდება და ამას თან ერთვის დიდი დებრესიის შეტევები. სხვათა შორის, ამ ფსიქიკური აშლილობის ნევროლოგიური მექანიზმი წააგავს დებრესიას; მასში ჩართულია გარკვეული ნივთიერების (სეროტონინის) დეფიციტი. ამ ნეირომედიატორის დონის ამწევი პრეპარატები ამცირებენ აბსცესურ და კომპულსურ გამოვლინებებს.

სხვა ფსიქიკური დარღვევების მსგავსად, აქაც მონაწილეობს გენეტიკური ფაქტორი. იგივე ითქმის ფობიებზეც. მაგრამ უფოთვას, კერძოდ კი უფოთვით აშლილობებს, თავისი ფსიქოლოგიური მიზეზებიც გააჩნია. ფროიდი, მაგალითად, ფიქრობდა, რომ უფოთვა ჩნდება მაშინ, როდესაც არაცნობიერი იმპულსები წინააღმდეგობას აწყდება პიროვნების სხვა შიდა სტრუქტურების ან გარე ვითარების მხრიდან. ამჟამად უფრო გავრცელებული შეხედულების მიხედვით, ფობია აღმოცენდება დასწავლის შედეგად. კლასიკური განპირობების ან პირობითი რეფლექსის სქემის შესაბამისად, მყარდება ახალი კავშირი რაიმე სტიმულსა (ფობიის ობიექტი) და შიშის ქცევის სხვადასხვა გამოვლინებებს შორის (განრიდება, გულისცემის გახშირება და სხვა). ბევრი ფობია მართლაც ასე წარმოიქმნება, მაგალითად ძაღლების შიში იმის შემდეგ, რაც ძაღლი დაგკბენს, სიმაღლის შიში კიბიდან ჩამოვარდნის მერე. შეძენილი შიში მისი გამომწვევი ვითარების დავიწყების შემდეგაც რჩება. მეტიც, ის შეიძლება სხვა სტიმულებზეც გავრცელდეს, ანუ გენერალიზაცია განიცადოს. მაგალითად, ბავშვობაში ძაღლის მიერ დაკბენილ ადამიანს შესაძლოა ზოგადად ცხოველების შიში განუვითარდეს, კიბიდან ჩამოვარდნის გამო სიმაღლის შიშით შეპყრობილს –

თვითმფრინავის შიში და ა.შ. გენერალიზებული აფექტური აშლილობების დროსაც არსებითად იგივე მექანიზმი მოქმედებს, ოღონდ ამ შემთხვევაში შიში სტიმულების ძალიან ფართო წრეზე გრცელდება.

დისოციაციური აშლილობები

დისოციაციური აშლილობები წარმოადგენს სინდრომების ჯგუფს, რომელიც ხასიათდება ფსიქიკური ფუნქციების, მე-ს რეალურობის ან მოტორული ქცევის ინტეგრირებულობისა და ერთიანობის უეცარი დარღვევით, რის გამოც ამ ფუნქციების ნაწილი იკარგება. დისოციაციური აშლილობების გამოვლინებებია:

ფსიქოგენური ამნეზია, რომლის დროსაც ადამიანი, რაიმე ორგანული მიზეზის გარეშე, კარგავს უნარს გაიხსენოს მნიშვნელოვანი ინფორმაცია საკუთარი თავის შესახებ. პაციენტს შენარჩუნებული აქვს ახალი ინფორმაციის დამახსოვრების უნარი, მაგრამ არ ახსოვს ცხოვრების სხვადასხვა, შესაძლოა საკმაოდ დიდი პერიოდები, რომლებიც, სავარაუდოდ, გარკვეულ ფსიქიკურ ტრავმებს უკავშირდება.

ამ აშლილობების სხვა შემთხვევებში სახეზეა ე.წ. ფსიქოგენური გაქცევა ან დისოციაციური ფუგა. ამ დაავადებისას ადამიანი გარბის სახლიდან, რათა სხვაგან, ხშირად საკმაოდ შორს, დაიწყოს ახალი ცხოვრება, როგორც სხვა პიროვნებამ. რამდენიმე დღეში, ან შესაძლოა თვეში, იგი უეცრად გააცნობიერებს თავის ნამდვილ მე-ს, იმას, რომ იმყოფება სრულიად სხვა გარემოში, თუმცა ცნობიერებიდან სრულიად წაშლილი აქვს ის, თუ როგორ მოხვდა ამ გარემოში, ასევე ყველაფერი, რაც გაქცევასთან არის დაკავშირებული.

კიდევ უფრო დრამატულია პიროვნების იდენტურობის დარღვევა, რაც ე.წ. მრავალი პიროვნების სახით იჩენს თავს.

ამ შემთხვევაში დისოციაცია იმდენად ძლიერია, რომ ერთ სუბიექტში ორი და მეტი სხვადასხვა პიროვნება აღმოცენდება და ყოველი მათგანი, თავისი დომინირების პერიოდში, განსაზღვრავს ინდივიდის ქცევებსა და განწყობებს. ორიგინალური პიროვნება ან რეალური სუბიექტი იმ პერიოდში როდესაც სხვა პიროვნება დომინირებს, ჩვეულებრივ, ამნეზირებულია. ადამიანი მთლიანად აიგივებს თავს სხვა პიროვნებასთან, ხშირად სხვა სახელით და რეალური პიროვნების ყველა მახასიათებლით – სამყაროსა და თავის თავის ინდივიდუალური აღქმითა და შეხედულებათა სისტემით.

დისოციაციური აშლილობების კიდევ ერთი გამოვლინებაა დებერსონალიზაცია. ეს არის საკუთარი თავის აღქმის დარღვევა იმ დონემდე, რომ საკუთარი თავის რეალურობის განცდა დროებით ქრება. დებერსონალიზაციის ძირითადი დიაგნოსტიკური კრიტერიუმებია: ა) საკუთარი ფსიქიკური პროცესებისა და სხეულისაგან დაშორებულობის გრძნობა, იმის განცდა, თითქოს ამ პროცესების გარეგანი დამკვირვებელი ხარ და ბ) იმის განცდა, რომ ხარ ავტომატი, მექანიზმი, რომელიც შენი კონტროლის გარეშე მოქმედებს და თითქოს ყველაფერი სიზმარში ხდება.

სომატომორფული აშლილობები

სომატომორფული აშლილობებისას წინა პლანზეა არა ფსიქიკური, არამედ ფიზიკური სიმპტომები. ავადმყოფს აღენიშნება სხვადასხვა სახის სხეულებრივი ჩივილები ისე, რომ არ არსებობს ავადმყოფობის არავითარი ორგანული ნიშანი, რომელიც შეიძლება მიაკუთვნო მედიცინაში ცნობილ დაავადებას. ამ ანომალიებში შედის:

კონვერსიული აშლილობები, რომელთაც ფროიდმა უწოდა კონვერსიული ისტერია. ზემოთ აღინიშნა, რომ ფსიქოა-

ნალიტიკურ მიდგომას სწორედ კონვერსიულმა აშლილობებმა დაუდო სათავე. ამ შემთხვევაში პაციენტს მართლა აქვს მოშლილი ორგანიზმის ესა თუ ის ფუნქცია, რაც გამოიხატება კიდურების პარალიზებაში, ნერვულ ტიკებში, მხედველობის, სმენის, ხმის ნაწილობრივ ან სრულ დაკარგვაში და ა.შ. ავადმყოფი ამ სიმპტომებს არ იგონებს, არ სიმულანტობს, თუმცა მათ რაიმე ორგანული საფუძველი არ გააჩნიათ. ფროიდი თვლიდა, რომ დათრგუნული ენერგია, რომელიც არაცნობიერ კონფლიქტებს კვებავს, კონვერსირდება ანუ გადაიქცევა სომატურ სიმპტომებად, იმის მსგავსად, როგორც, ვთქვათ ორთქლის ძრავა გადააქცევს სითბურ ენერგიას მექანიკურ ენერგიად.

იპოქონდრია კონვერსიულ აშლილობებში ყველაზე მეტად არის გავრცელებული. იგი გლინდება გადამეტებულ წუხილში საკუთარ ჯანმრთელობაზე. პაციენტი დარწმუნებულია, რომ მას სერიოზული და კონკრეტული დაავადება სჭირს, თუმცა სინამდვილეში ფიზიკური თვალსაზრისით სრულებით ჯანმრთელია. იგი გამუდმებით დადის ექიმებთან, ეძებს წამლებს, ინფორმაციას ამ დაავადების შესახებ და ა.შ. დაახლოებით იგივე ხდება ე.წ. სომატიზებული აშლილობების დროსაც. პაციენტი უჩივის ტკივილს ან დისკომფორტს სხეულის სახვადასხვა ნაწილში; მისი ჩივილები სომატური მედიცინის არც ერთ ცნობილ სინდრომში არ თავსდება. ავადმყოფი აღწერს ტკივილებს, რომელთაც არა აქვთ არავითარი ფიზიოლოგიური საფუძველი. ყოველგვარი სომატომორფული აშლილობის მიზეზი ფსიქიკის სფეროშია საძებნელი. ის შინაგან კონფლიქტებში, სხვადასხვა მძიმე განცდებშია ჩანერგილი. ზოგი ადამიანი სულიერ ტკივილს უშუალოდ განიცდის (მაგ. დეპრესია), ზოგი მისგან დისტანტირდება (მაგ. დისოციაცია), ზოგსაც ის სხეულებრივ ჩივილებში გადააქვს. ასეთია სომატური აშლილობების ყველაზე ზოგადი ახსნა.

პიროვნების აშლილობა, არსებითად, ხასიათის თვისებების პათოლოგიური ცვლილებაა. მას ფსიქოპათიასაც უწოდებენ. მისი დიაგნოსტიკური კრიტერიუმებია: ა) ხასიათის პათოლოგიური ნიშნების ტოტალურობა – ისინი გლინდება ყველგან: სახლში, საზოგადოებაში, მუშაობის, დასვენების დროს და ა.შ. ბ) ამ ნიშნების სტაბილობა – ბავშვობიდან, უმეტესად მოზარდობიდან მოყოლებული, ისინი ადამიანს მთელი ცხოვრების მანძილზე მიჰყვება.

განასხვავებენ პიროვნული აშლილობის რამდენიმე სახეობას: პარანოიდული პიროვნებისთვის დამახასიათებელია ზღვარგადასული ეჭვიანობა, სხვებისთვის ბოროტი ზრახვების მიწერა; შიზოიდურ პიროვნებას არ გააჩნია სოციალური ურთიერთობის სურვილი და ორიენტირებულია თვითიზოლაციაზე; ისტერიულ პიროვნებას ახასიათებს ქცევის თეატრალურობა და ექსპრესიულობა, დემონსტრაციული ემოციურობა, საკუთარი პერსონისადმი ყურადღების მიბჟრობის მუდმივი სწრაფვა; ნარცისული პიროვნება გადაჭარბებულად აფასებს საკუთარი პერსონის მნიშვნელობას და არაფრად აგდებს სხვების უფლებებს; დამოკიდებული პიროვნება უკიდურესად მორჩილია და განიცდის მფარველობის ქვეშ ყოფნის მუდმივ მოთხოვნილებას; განრიდებული პიროვნება არის უაღრესად მორცხვი და მორიდებული, შეპყრობილია სოციალურ სიტუაციებთან დაკავშირებული შიშებით; პასიურ-აგრესიული პიროვნება არაპროდუქტიულია, უზომოდ ჭიუტი, ზიზიანი, მუდმივად მოკამათე.

განსაკუთრებით აღსანიშნავია ე.წ. ანტისოციალური პიროვნება, ანუ სოციალური. მას ფაქტობრივად არ გააჩნია უნარი მოიქცეს სოციალური ნორმების შესაბამისად, დაამყაროს მტკიცე სოციალური ურთიერთობები, შეასრულოს

სოციალური ვალდებულებები, არა აქვს დანაშაულის განც-
და. სოციოპათია უფრო გავრცელებულია მამაკაცებში. ცი-
ხეების ბინადართა 75% სოციოპათია. სოციოპათია, ისევე
როგორც პიროვნების აშლილობების დიდი ნაწილი, აშკა-
რად არის განსაზღვრული გენეტიკურად. ნაწილობრივ ამი-
ტომაც, ბევრი კლინიკისტი საკმაოდ სკეპტიკურად აფასებს
მათი მკურნალობის პერსპექტივებს.

სავსებით შესაძლებელია, რომ პიროვნების აშლილობე-
ბის აღნიშნული ნიშნები შევიცნოთ საკუთარ თავში ან ახ-
ლობლებში. ეს გასაგებიცაა, ვინაიდან ყველა ჩვენგანში აქ-
ცენტირებულია ესა თუ ის ხასიათობრივი ნიშანი და იგი შე-
იძლება პიროვნების აშლილობად იქნას კვალიფიციერებუ-
ლი. მაგრამ, მაშინ სად გადის ზღვარი გამოხატული თავისე-
ბურებების მქონე ნორმალურ პიროვნებასა და პიროვნულ
აშლილობას, ანუ დაავადებას შორის? როგორ გავარჩიოთ
ჩვეულებრივი დამნაშავე სოციოპათისაგან? პრინციპში, ანა-
ლოგოური კითხვები დაისმის DSM-ში მოცემულ სხვა ფსი-
ქიკური აშლილობების მიმართ, ისეთების როგორიცაა ნარ-
კოტიკული დამოკიდებულება, ალკოჰოლიზმი და სხვა არა-
ტიპური ან არასამართლებრივი ქმედება. განა ისინი ისე-
თივე ფსიქიკური დაავადებებია როგორც შიზოფრენია? ძა-
ლიან ხომ არ ფართოვდება ტერმინ „ფსიქიკური აშლილო-
ბის“ მნიშვნელობა, როდესაც იგი მიეყენება ადამიანის
ყოველგვარ მავნე ან მტკივნეულ ქცევას. ასე შეიძლება
ადამიანის ინდივიდუალობის ყოველგვარი გამოვლინება
სიმბტომად ჩაითვალოს, მას დაესვას დიაგნოზი და „ავადმყ-
ოფის იარლიყი“ მიეკეროს. ეს პრობლემა გადაჭრილი თუ
არა, გაცნობიერებულია თანამედროვე ფსიქოპათოლო-
გიაში.

რაც შეეხება მკურნალობას ის დამოკიდებულია, როგორც
თვით დაავადების ხასიათზე, ისე ზოგად თვალსაზრისზე

ფსიქიკური აშლილობების ბუნების შესახებ. თუ ეს თვალსაზრისი ბიოლოგიურ მიდგომას შეესაბამება მკურნალობაც ბიოლოგიური მეთოდებით წარიმართება. ამაში ძირითადად იგულისხმება მედიკამენტები, ნეიროქირურგია და ელექტროშოკური თერაპია. თუ დაავადების ბუნება ფსიქოლოგიური თვალსაზრისით არის გააზრებული, მაშინ აქცენტი ფსიქოთერაპიაზე გაკეთდება. კლინიკური პრაქტიკა და თვით დაავადების „ობიექტური“ ხასიათი, ხან უპირატესად სამედიცინო მეთოდების გამოყენებას გვკარნახობს (მაგ. შიზოფრენია), ხანაც ფსიქოლოგიურის (მაგ. ნევროზები). ისე კი, უმეტეს შემთხვევაში, ეს მეთოდები კომპლექსურად გამოიყენება.

§ 2. უსიძოთერაპია

ზოგადი ნაწილი

ცნობილია, რომ ჭერ კიდევ ჰიპოკრატემ გამოჰყო მკურნალობის სამი საშუალება – დანა, ბალახი და სიტყვა. თანამედროვე სამედიცინო პრაქტიკაში ამ ტრიადას შეესაბამება ქირურგია, ფარმაცოლოგია და... ფსიქოთერაპია. ჩამოთვლილებიდან ეს უკანასკნელი ყველაზე ადრინდელია კაცობრიობის ისტორიაში და ყველაზე გვიანდელი – მედიცინაში. ამიტომ, ბევრ რამეზე ჭერ კიდევ არის განსხვავებული მოსაზრება, მათ შორის – დეფინიციაზე. სავარაუდოა, რომ სხვადასხვა პოზიციისთვის მისაღები იქნება განმარტება, რომ ფსიქოთერაპია არის მკურნალობა ფსიქოლოგიური (ანუ ინფორმაციული) ზემოქმედებით.

ამ დეფინიციიდანაც ცხადია, რომ თერაპიული ეფექტის მისაღებად აუცილებელი არაა პროფესიონალი ფსიქოთერა-

პეგტი. მეორე ადამიანის შემთხვევით ნათქვამმა სიტყვამ ან საკუთარი განცდების ცვლამ შეიძლება იმოქმედოს ავადმყოფზე და სასიცოცხლო ენერგიით დამუხტოს (თუმც, მეცნიერულ საფუძველს მოკლებული ამგვარი „თერაპია“ იმის რისკსაც შეიცავს, რომ უნებლიედ ავნოს ავადმყოფს). ეს მოვლენები შეუმჩნეველი არ დარჩენია კაცობრიობასაც. სხვადასხვა დროს და სხვადასხვა ქვეყნებში ყალიბდებოდა ჯანმრთელობის ფსიქიკური რეგულაციის კულტურა, რომელმაც მნიშვნელოვანი გავლენა იქონია მეცნიერული ფსიქოთერაპიის ისტორიაზე.

ფსიქოთერაპიის მეცნიერებადგელი და მეცნიერული პრაქტიკები

სამედიცინო ცოდნის და მისი გამოყენების პირველი ნიშნები გვაქვს მეზოლითის და გვიანი პალეოლითის ხანაში. საფრანგეთში ნაპოვნი გვიანი პალეოლითის პერიოდის ერთი გამოქვაბულის კედელზე დახატულია ცხოველის ტყავ-მოსხმული ადამიანი. მიჩნეულია, რომ ეს შამანია, რადგან ასევე გამოიყურება შამანი ავსტრალიის, აფრიკის, ციმბირის თუ ამერიკელი ინდიელების ბევრ თანამედროვე ტომში. ანთროპოლოგიიდან ცნობილია, რომ შამანი მკურნალობაში, ძირითადად, იყენებს ფსიქოლოგიურ ზემოქმედებას. ამდენად, ანთროპოლოგიური და არქეოლოგიური მასალის კომბინირების საფუძველზე შეიძლება ითქვას, რომ ფსიქოთერაპიული პრაქტიკის ისტორია, დაახლოებით, 40.000 წელს ითვლის.

შამანი ანიმისტური კულტურის ნაწილია. ანიმისტური თვალსაზრისის მიხედვით ყველაფერს აქვს სული, რომლის სხეულიდან წასვლა იწვევს ძილს, ავადმყოფობას, საბოლოოდ კი – სიკვდილს, თუ სული არ დაუბრუნდა პატრონს. ავადმყოფის განკურნებისთვის შამანს უხმობენ, რადგან მის

სულს ძალუძს გათავისუფლდეს სხეულისაგან (შევიდეს „სულის მდგომარეობაში“), მოძებნოს პაციენტის სული მიცვალებულთა ქვეყანაში და დაუბრუნოს ავადმყოფს. სულთა ქვეყანაში ნანახს, სულებთან დიალოგს (შელოცვებს) და ბრძოლას შამანი ავადმყოფის სარეცელთან ტრანსულ სიმღერაში ჰყვება, რაც ხანდახან რამდენიმე ღამე მეორდება. საინტერესოა, რომ ამ მკურნალობის შემდეგ უმჯობესდება არა მარტო პაციენტის, არამედ თვით შამანის ჯანმრთელობაც. დღევანდელი ფსიქოთერაპიის თვალსაზრისით, პაციენტის ჯანმრთელობაზე მოქმედებს პლაცებო, შამანისაზე – შიპნოტურის მაგვარი ტრანსი.

ყველა რელიგია მეტ-ნაკლებად იცნობს ტრანსის მდგომარეობას. განსაკუთრებით განვითარდა ტრანსის კულტურა ჩინურ დაოსიზმში, ინდურ ინდუიზმსა და ბუდიზმში, იაპონურ ძენ-ბუდიზმში, სადაც სხვადასხვა ფსიქო-ფიზიკური ვარჯიშებით აღწევდნენ ტრანსს მეტაფიზიკური რეალობის ჭვრეტისთვის. ამ მიზნის მიუხედავად მისი მიღწევის სხვადასხვა ეტაპზე ვარჯიშებს თან ახლავს ფსიქიკური და ფიზიკური ჯანმრთელობის საგრძნობი გაუმჯობესება (თვითრეგულაციის ერთ-ერთი ამგვარი სისტემა – იოგა, დღეს გავრცელდა, როგორც დაავადების პროფილაქტიკის და მკურნალობის ეფექტური საშუალება).

აღორძინების ეპოქამ ევროპას გაუღვიძა ინტერესი ანტიკური და აღმოსავლური კულტურების მიმართ, რისი ერთ-ერთი გამოვლენა იყო მეტალებით, მათ შორის – მაგნიტით მკურნალობა, რაც მოგვიანებით გააგრძელა ფრანც ანტონ მესმერმა. მას შემდეგ, რაც მესმერი ნევროტულ არისტოკრატ ქალებს სხეულის გასწვრივ გაუტარებდა მაგნიტს, ისინი ვარდებოდნენ ძილში და გაღვიძების შემდეგ ჯანმრთელებოდნენ. მისი ერთ-ერთი მიმდევარის სენანსზე ამ მოვლენით დაინტერესდა ინგლისელი ქირურგი ჯეიმს ბრედი. 1843

წელს ბრეიდმა გამოაქვეყნა შრომა „ნეიროპათოლოგია“, სადაც მესმერიისეულ ტრანსს უწოდა „ჰიპნოზი“ (ბერძნულად – ძილი), რადგან იგი ძილის ნაირსახეობად მიიჩნია. ეს იყო ფსიქოთერაპიული ზემოქმედების პირველი მეცნიერული ახსნა.

ტერმინი „ფსიქოთერაპია“ პირველად იხმარა დ.ტიუკმა წიგნში „გონების სხეულზე გავლენის ილუსტრაციები“, რომელიც გამოქვეყნდა 1872 წელს. ამავე პერიოდში კლინიკაში ჰიპნოზის ფართე გამოყენება დაამკვიდრეს ფრანგმა კლინიკოსებმა ჟან მარტენ შარკომ და იპოლიტ ბერნჰეიმმა. მათი შემწეობით ჰიპნოზი იმხნად ნევროზების მკურნალობის, პრაქტიკულად, ერთადერთი მეთოდი გახდა. ამავე დროს, ორივე მათგანი ჰიპნოზს ინტენსიურად იყენებდა ფსიქიკის თავისებურებათა შესასწავლად (ექსპერიმენტული ჰიპნოზი).

1885 წელს შარკოს და 1889 წელს ბერნჰეიმს ეწვია ნევროზებით დაინტერესებული ახალგაზრდა ავსტრიელი ექიმი ზიგმუნდ ფროიდი და აღფრთოვანებული დარჩა მათი მოღვაწეობით. ათიოდე წლის შემდეგ ფროიდი ჩამოაყალიბებს კონცეფციას, რომელიც, შეიძლება ითქვას, წარმოადგენს ექსპერიმენტული ჰიპნოზის ფაქტების თავისებურ განზოგადებას. ფროიდმა ნახა, რომ პოსტჰიპნოტური შთაგონებისას (როცა ჰიპნოზში მყოფს ავალებენ რაიმეს გაკეთებას გაღვიძების შემდეგ) იგი ასრულებს დავალებას, მაგრამ არ ახსოვს, რომ დავალება მისცეს ძილში, ვერ აცნობიერებს საკუთარი მოქმედების რეალურ ფსიქოლოგიურ მიზეზს. ამ ფაქტში პირდაპირ დასტურდება არაცნობიერი ფსიქიკურის არსებობა, რასაც აღიარებდა კიდევ მაშინდელი ფსიქიატრების დიდი ნაწილი. ჰიპნოზში ადამიანს შეიძლება შთავაგონოთ ისტერიული ნევროზის სიმტომატიკაც. ხოლო, თუ გაღვიძებულმა გაიხსენა, როგორ მისცეს დავალება ჰიპნოზში, პოსტჰიპნოტური შთაგონების შესრულების იმპულსი ქრება.

ფროიდმა წამოაყენა თეორია, რომლის მიხედვით ადამიანი ვერ აცნობიერებს სურვილთა დიდი ნაწილის (მათ შორის, ნევროტული ტენდენციების) რეალურ მიზეზს. შემდეგ გაუცნობიერებელი სურვილი მოქმედებს როგორც პოსტჰიპნოტური შთაგონება, რომლის გაცნობიერება ადამიანს თავისუფლებს აკვიატებული ტენდენციისაგან. ფროიდის თეორიის სპეციფიკა არააცნობიერის გაჩენის ახსნაშია. იგი მიიჩნევდა, რომ ადამიანს იქამდე, სანამ კულტურას გაიშინანებებს (4-5 წელი), აქვს ცხოველური სექსუალური მისწრაფება საწინააღმდეგო სქესის მშობლისადმი და აგრესია მისივე სქესის მშობლის, როგორც კონკურენტის, მიმართ (ოიდიპოსის ან ელექტრას კომპლექსი). სოციალური ღირებებულებების ათვისების შემდეგ ადამიანი უარს ამბობს თავისი ცხოველური სურვილების ცნობიერ დანახვაზე ისევე, როგორც ოიდიპოსი, რომელმაც დაითხარა თვალები სისხლის აღრევის და მამის მოკვლის უნებლიე ცოდვების გამო. ფროიდისთვის ამგვარი ცოდვიანი აზრებით იქმნება არააცნობიერი, ხოლო მათი გაცნობიერებით განიკურნება ნევროზი. ფროიდს, რომელთანაც შემთხვევითობა არ არსებობს და ყველაფერი მკაცრად დეტერმინირებულია, მიაჩნდა, რომ ის სურვილები, „აკრძალული“ რომ აქვთ ცნობიერებაში გამოჩენა, გლინდებიან პროცესებში, რომლებსაც ადამიანი შემთხვევით მოვლენებად თვლის – სიზმარი, წამოცდენები, ფანტაზიის ან მოგონებათა თავისუფალი ნაკადი. ფროიდისთვის ფსიქოთერაპიული ტექნიკა მდგომარეობს ჯერ ამ თავისუფალი პროცესების გახსენებასა და პროვოცირებაში, შემდეგ – პაციენტთან ერთად მათ ანალიზში (ფსიქოანალიზში), რაც იძლევა მათი არააცნობიერში განდევნილი ფსიქოლოგიური დეტერმინანტების გაცნობიერებას. ეს პროცედურა, ხანდახან, რამდენმე წელს გრძელდება.

ფროიდის გარშემო შეიქმნა მიმდევრების წრე – იუნგი,

ადლერი, რანკი, რაიხი, ჰორნი, სალივანი და ა.შ. მაგრამ მაღლე მოწაფეები განუდგნენ მასწავლებელს – აღიარებდნენ რა არაცნობიერი ფსიქიკურის არსებობას, ისინი არ იღებდნენ ფროიდის პანსექსუალიზმს. ყველა თავისებურად „ავსებდა“ არაცნობიერს – იუნგი არქეტიპებით, ადლერი არასრულფასოვნების კომპლექსით, რაიხი კუნთური „ჭავჭავით“, ჰორნი შფოთვით, ფრომი კონფორმიზმით და ა.შ.

ფსიქოანალიტურ წრეებში და მის გარეთაც გაიზარდა იმ მოსაზრებების გავლენა, რომელიც საბოლოოდ ჩამოყალიბდა ჰუმანიისტური ფსიქოლოგიის და ფსიქოთერაპიის სახით. იგი ფსიქოანალიზის ერთერთი ძირითადი ალტერნატივა გახდა. ჰუმანიისტურ მიდგომაზე გავლენა იქონია როგორც დასავლურმა (ეგზისტენციალიზმი), ისე აღმოსავლურმა (დაოსიზმი, ძენ-ბუდიზმი) ფილოსოფიამ. ჰუმანიისტები ადამიანში ადამიანურ თვისებებს – მის ზნეობას, ჰუმანიზმს, აზროვნებას, შემოქმედებას აქცევენ ცენტრში; არ დაჰყავთ იგი ცხოველურ ან მექანიკურ მოდელებამდე; აქ და ამჟამად არსებულ რეალობას ანალიზებენ და არა წარსულს; ადამიანში სპონტანურობას და თვითრეალიზაციას აფასებენ ყველაზე მეტად. ამ თვისებების გამოვლენისა და განმტკიცებისთვის, როჯერსის მიხედვით, თერაპევტის მიერ უნდა შეიქმნას კლიენტისთვის ისეთი თბილი და მიმღებლური ატმოსფერო, რომელშიც ეს უკანასკნელი სრულ ფსიქოლოგიურ დაცულობას და უსაფრთხოებას იგრძნობს. თერაპევტი ამჟღავნებს კეთილმოსურნეობას, გულწრფელი ინტერესით და ემპათიით ცდილობს წვდეს მეორე ადამიანის შინაგან სამყაროს. ასეთ სიტუაციაში იცვლება კლიენტის დამოკიდებულება საკუთარი თავისადმი; იგი ხდება უფრო გულახდილი და მიმღებლური თავისი რეალური განცდებისა და თვისებების მიმართ; მას უჩნდება რწმენა საკუთარ თავში, უძლიერდება თვითკონტროლი და ავტონომიურობა; ხდება

პიროვნული ზრდა, მე-კონცეფციის ჰარმონიზაცია და რეალობასთან შესაბამისობაში მოყვანა.

თითქმის იმავე პერიოდში, როცა ყალიბდებოდა ფსიქონალიზი, ჰიპნოზმა დასაბამი მისცა კიდევ ერთ მიმართულებას. 1920-30-იან წლებში ჯერ ჯეკობსონმა, მერე შულცმა ჰიპნოზისა და, განსაკუთრებით – იოგას გავლენით შექმნეს ფსიქოლოგიური ვარჯიშები, სადაც ჰიპნოტიზიორის მაგივრად თვით პაციენტი არის რელაქსაციის ფორმულების ავტორი. აუტოტრენინგის პრინციპებზე აიგო „ბიოლოგიური უკუკავშირი“, რომელიც რელაქსაციისთვის მოიხმარს ტექნიკურ საშუალებებს. აუტოტრენინგი ფართოდ გამოყენა სხვადასხვა პროფილის კლინიკამ, ბიჰევიორისტულმა ფსიქოთერაპიამ, პრაქტიკის სხვადასხვა სფერომ.

1950-იან წლებში ექსპერიმენტულმა ფაქტებმა კიდევ ერთი ინტელექტუალური იმპულსი მისცა ფსიქოთერაპიას – ბიჰევიორიზმის საფუძველზე შეიქმნა ბიჰევიორისტული ფსიქოთერაპია (ლაზარუსი, გოლპე, დოლარდი, მილერი, ბანდურა და სხვა). ბიჰევიორიზმის მიხედვით, „ავადმყოფობის“ შემთხვევაში ინდივიდი არაადექვატურ, არაადაპტურ ქცევას ასრულებს. შესაბამისად, ბიჰევიორისტული ფსიქოთერაპია ორ პრინციპს ეყრდნობა: არაადაპტური ქცევის შესუსტება ან მოსპობა და ადექვატური ქცევის ფორმირება ან განმტკიცება. ამისთვის მიმართავენ „კარგი“ ქცევის წახალისების სხვადასხვა ხერხს (მაგ. ე.წ. უეტონების სისტემა). „ცუდი“ ქვეყნისაგან განთავისუფლების გავრცელებული მეთოდია ე.წ. დესენსიბილიზაცია: რელაქსაციას, ე.ი. კომფორტულ მდგომარეობას უკავშირებენ შიშის რეაქციის გამომწვევი სიტუაციების ხილვას ან წარმოდგენას. შედეგად, შიშის რეაქცია თანდათან სუსტდება. სხვა შემთხვევაში ხდება ინდივიდის არასასურველი ქცევისაგან გადაჩვევა მისი რაიმე უსიამოვნო მდგომარეობასთან შეთავსების გზით.

მოგვიანებით, ისევე, როგორც ბიჭვეიორიზმმა წარმოშვა კოგნიტური ფსიქოლოგია, ბიჭვეიორისტულმა ფსიქოთერაპიამ გააჩინა კოგნიტური ფსიქოთერაპია (ბეკი, ელისი და სხვა). მისი ყურადღება მიმართულია იმ მცდარი, არაადექვატური, ირაციონალური აზრების, რწმენებისა და განწყობების კორექციაზე, რომლებითაც გაშუალებულია ქცევა და ემოცია. ამას აღწევენ აქტიური შეფასებით, ლოგიკური არგუმენტაციით, დარწმუნებით, პაციენტის თვითდაკვირვების განვითარებით, მის მიერ სხადასხვა დავალებების შესრულებით, მაგალითად ფსიქოლოგიური დღიურებით და ა.შ.

ფსიქოთერაპიული სკოლების სიმრავლემ (აქ მხოლოდ ყველაზე გავრცელებულები მოვიხსენიეთ), მათი შეფასების სირთულემ და კლიენტის შენარჩუნების ამოცანამ თერაპევტებს უბიძგა ეკლექტიური მიდგომისკენ, სადაც თერაპევტმა შეიძლება ერთდროულად გამოიყენოს სხვადასხვა სკოლის მეთოდები და თეორია, თუ ამას ითხოვს პაციენტის პრობლემა. აშშ-ში 1990 წელს ჩატარებული გამოკვლევით კლინიცისტების 68% თავის მიდგომას ეკლექტიურად თვლის. ეკლექტიზმი იყენებს სხვადასხვა თეორიებს, მაგრამ საჭიროებს მათი გამოყენების თეორიას – მეტათეორიას, რაც თანამედროვე ფსიქოთერაპიის აქტუალური პრობლემაა.

ფსიქოთერაპიის სტრუქტურა

პაციენტი/კლიენტი. რადგან ფსიქოთერაპიაში უმეტესად განიხილება პაციენტის ცხოვრებისეული პრობლემები, თერაპევტს სულ უფრო ხშირად აკითხავდა ის, ვისაც სურდა ცხოვრების და არა – ჯანმრთელობის გაუმჯობესება. შესაბამისად, ჩამოყალიბდა არაკლინიკური ფსიქოთერაპია, რომელსაც დღეს ფსიქოლოგიური კონსულტაცია ეწოდება. როცა ფსიქოლოგიურ კონსულტაციაში ფსიქოლოგიური ზე-

მოქმედება გამოიყენება პრაქტიკულად ჯანმრთელ ადამიანთან, მას, ჰუმანისტური პარადიგმის შემდეგ, უწოდებენ კლიენტს.

პაციენტი შეიძლება იყოს როგორც ფსიქიატრიული, ისე სომატური დაავადების მქონე. სომატური პროფილის პაციენტი ფსიქიკურად, პრაქტიკულად, ჯანმრთელია, რომელთან მუშაობის დროს წამყვანი ხდება ფსიქოსომატური პრობლემატიკა.

თერაპიის სუბიექტი. ჩვეულებრივ, ფსიქოთერაპიას ატარებს თერაპევტი. გარდა ამისა თერაპიის სუბიექტი შეიძლება იყოს თვით პაციენტი/კლიენტი (თვითრეგულაცია, აუტოტრენინგი, თვითნაალიზი), ან პაციენტების/კლიენტების ჯგუფი (ჯგუფური ფსიქოთერაპია). როგორც თვითრეგულაციის, ასევე ჯგუფური თერაპიის დროს აუცილებელია, რომ ეს პროცესი მიმდინარეობდეს პროფესიონალის კონტროლის ქვეშ. ამ შემთხვევაში ამბობენ, რომ თერაპია ცენტრირებულია კლიენტზე, იგია მთავარი სუბიექტი და თერაპევტი მხოლოდ პროცესების ფასილიტატორია (ხელისშემწყობია).

თვით ფსიქოთერაპევტი, სანამ სხვასთან მუშაობას დაიწყებდეს, თვითრეგულაციის და თვითნაალიზის კურსს გადის, რასაც პერიოდულად შემდეგაც უბრუნდება. თერაპევტის ფსიქიკური სიჯანსაღე თუ არ იქნა უზრუნველყოფილი, მან შეიძლება უნებლიედ ავნოს პაციენტს.

ფსიქოთერაპიის პროცესი ძალზე განსხვავებულია თერაპიის სხვა სახეებიდან და უფრო ახლოს დგას ჩვეულ ცხოვრებისეულ რეალობასთან. ფსიქოთერაპიაში ინფორმაციის წყარო შეიძლება იყოს როგორც ბუნებრივი, კულტურული და სოციალური გარემო, ასევე საკუთარი სხეული, ცნობიერების ნაკადი თუ მეხსიერება. აქედან გამომდინარეობს პირველი სპეციფიკა – თერაპიულ ეფექტს ერთდროულად იძ-

ლევა დიდი რაოდენობის ცვალებადი ინფორმაცია, ისეთიც, რომელიც ვერ ცნობიერდება ვერც თერაპევტის და ვერც პაციენტის მიერ. ადვილი მისახვედრია, რომ ამ მრავალკომპონენტიანი „ინსტრუმენტის“ აღწერა ისე ადვილი არაა, როგორც ქირურგიული პროცედურის ან ფარმაკოლოგიური საშუალების. ამ სპეციფიკის გამო მეცნიერულ ანალიტიკურ აზროვნებასთან ერთად ფსიქოთერაპევტს ხშირად უწევს მოქმედება ხელოვანივით – ინტუიციით, ემოციით, მთელი პიროვნების ჩართვით. ამიტომ, ხშირად ითქმება, რომ ფსიქოთერაპია არის მეცნიერებაც და ხელოვნებაც.

მეორე სპეციფიკა ისაა, რომ დიაგნოზისთვის საჭირო პროცედურა (პაციენტის/კლიენტის მსჯელობა პრობლემაზე), უკვე თერაპიაც არის. ამ ეტაპზე თერაპევტს მოეთხოვება ისე მოსმენა, რომ კლიენტს უნდოდეს ლაპარაკი. ეს მის მაღალ პროფესიონალიზმს გულისხმობს, რაც კარგადაა აღწერილი ჰუმანისტურ ფსიქოთერაპიაში.

მესამე სპეციფიკაა, რომ თერაპევტის მიერ პაციენტისთვის გამჟღავნებული თეორია მოქმედებს როგორც მეთოდი – მასაც აქვს თერაპიული ეფექტი. ისევე, როგორც წამალი, ფსიქოთერაპიული თეორიაც თანდათანობით უნდა მიეწოდოს ადამიანს. ამ მხრივ მდიდარ მასალას იძლევა ფსიქოანალიზი. როგორც ჩანს, თეორიის ეფექტურობისთვის მის ჭეშმარიტებას არა აქვს დიდი მნიშვნელობა – ურთიერთგამომრიცხავი თეორიები (შამანურიდან ფსიქოანალიტურამდე) ერთნაირად ეფექტურია. მეთოდად ქცეული თეორიების ეფექტურობის თეორია ჭერჭერობით არაა. ზოგიერთი ვერსიით – აქაც მოქმედებს შთაგონების ფაქტორი.

თერაპიის პროცესში ანალიტურ მსჯელობასთან ერთად შეიძლება ჩაერთოს პირდაპირი ან ჰიპნოსუგესტია, წარმოსახვის, ქცევითი ან სოციალური ტრენინგი, სხვადასხვა ხარისხის მედიტაცია, ფსიქოთერაპიული დღიურები, თამაშე-

ბი, ლიტერატურის გაცნობა, მასაჟი, ფარმაცოლოგიური დახმარება და ა.შ.

ეფექტური ფსიქოთერაპიის საშუალო ხანგრძლიობაა 16 საათი. 2 წლის შემდეგ ეფექტს ინარჩუნებს თერაპია, რომელიც გრძელდებოდა 10-დან 20 საათამდე. აღმოჩნდა, რომ მხოლოდ 10%-ს ესაჭიროება ხანგრძლივი ფსიქოთერაპიის პროცესი, დანარჩენს – მცირე დახმარება დროის დიდი ინტერვალებით. ფსიქოთერაპევტის პროფესიონალიზმის გამოცდაა ფსიქოთერაპიის დროული დასრულება, რადგან ხშირად, პაციენტს აქვს ტენდენცია, რომ მიეწეოს თერაპევტს.

ფსიქოთერაპიის ეფექტურობა

ფსიქოთერაპიის ეფექტურობის ნაკლებად სანდო, მაგრამ უმარტივესი მაჩვენებელია პაციენტის კმაყოფილება. მეტი სიზუსტისთვის იყენებენ ფსიქოლიაგნოსტიკურ ტესტებს. ფსიქოთერაპიის ეფექტურობის უმთავრესი ინდიკატორია დაავადების სიმპტომების შესუსტება.

გამოკვლევების მეტაანალიზით, რასაც დაექვემდებარა 25000 კლიენტის მონაცემი, დადგინდა, რომ ფსიქოთერაპიის შემდეგ 80%-ით მეტი კლიენტი იყო უკეთესად, ვიდრე საკონტროლო ჯგუფში. როგორც წესი, ფსიქოთერაპიის ფონზე მკვეთრად კლებულობს გიზიტი სხვა ექიმებთან, უმჯობესდება ინტერპერსონალური ურთიერთობები, იზრდება მიღწევები პროფესიულ საქმიანობაში, მატულობს საკუთარი თავით და ცხოვრებით კმაყოფილება.

XX საუკუნის შუა წლებში ჰაიზენკმა ფსიქოთერაპიული ეფექტის ტესტებით შეფასებას დაუდო სათავე. როგორც აიზენკმა, ისე გვიანდელმა გამოკვლევებმა დაადასტურა, რომ თერაპიული ეფექტისთვის მნიშვნელობა აქვს თერაპევ-

ტის შთამბეჭდავობას, თავდაჯერებულობას, მობილურობას და სხვა თვისებებს, ოღონდ არა – სკოლას. ყველა სკოლის ეფექტურობა, დაახლოებით, ერთნაირია (მხოლოდ კოგნიტური ფსიქოთერაპია იძლევა სხვებზე ცოტა უფრო სწრაფ ეფექტს).

ყველა მეთოდი, ზოგადად, ერთნაირად ეფექტურია, მაგრამ მეთოდები ეფექტურობით განსხვავდებიან კონკრეტული პრობლემის გადაჭრისას. მაგალითად, დროის და შედეგის ოპტიმუმი მწვავე ისტერიული სიმპტომატიკის დროს მიიღწევა სუგესტიით; ვეგეტატიური დარღვევებისას – აუტოგენური ვარჯიშით; ცხოვრებისეული სირთულეების დროს – მეთოდებით, სადაც საუბრის ტექნიკაა წამყვანი; ფობიებისას – ქცევით თერაპიით; დეპრესიისას – კოგნიტური თერაპიით; წინასწარი მიდრეკილების ფონზე კომპლექსური დარღვევების დროს – სილრმის ფსიქოლოგიის მეთოდებით და სხვა; მაგრამ ამგვარი რეკომენდაციები ფსიქოთერაპიაში ძალზე ფარდობითი ხასიათისაა, რადგან როგორც პრობლემები, ისე თერაპიული მეთოდები იმდენი ფაქტორის ვარიაციას მოიცავს, რომ ძნელია მათი შესაბამისობის დაბეჭითებით მტკიცება.

ფსიქოთერაპია, ძირითადად, კლინიცისტების მიერ ყალიბდებოდა. ფსიქოლოგიური მეცნიერების მკაცრი მეთოდოლოგიის შესვლა ფსიქოთერაპიაში ყველაზე მეტად სწორედ ეფექტის ზუსტი მეთოდებით გაზომვაში გამოიხატა. ამ ნაბიჯმა გარკვეული როლი უკვე შეასრულა დარგის განვითარებაში – მაგალითად, შეამცირა სკოლების ამბიციები და იმპულსი მისცა ეკლექტიზმს. სავარაუდოა, რომ აღნიშნული მეთოდოლოგიის წილის გაზრდა მომავალში არა მხოლოდ გაზომავს, არამედ გაზრდის კიდევ ფსიქოთერაპიის ეფექტურობას მისი განვითარების სტიმულირებით.

სარჩევი

ხედაქოჩის წინასიტყვაობა	1
თავი პირველი. ფსიქოლოგიის ზოგადი საფუძვლები	3
§1. ფსიქოლოგიური მიცნობების თავისებურებანი	3
ჩას შეისწავლის ფსიქოლოგია	6
ცხოვებისუელი, ხატუხი და მეცნიეული ფსიქოლოგია	8
ფსიქოლოგია და სელიეხი სამყაოს გაგების სხვა ფოხმები	11
ფსიქოლოგიის ჯავშიი სხვა მეცნიეებებთან	16
§2. ფსიქოლოგიის განვითარება და თანამდროვე მდბომარეობა	19
§3. ფსიქოლოგიის დარბები	32
პიქტიეული ფსიქოლოგია	34
თავი მეოხე. ჯელევის მეთოდები	37
§1. მიპირიული კვლევის ზოგადი პრინციპები	37
პიპოთეზების შემეშაება და თეოიის მნიშვნელობა	37
ამონაქები და შედეგების განზოგადების ხაიისხი	39
ჯელევის ობიექტულობა	40
გაზომვის სანდოობა და დასაბუთებულობა	41
§2. აღწერითი კვლევა	46
§3. ექსპერიმენტული კვლევა	54
მეთოდების ეთიეიტმედახება	59
თავი მესამე. ფსიქიკის განვითახება ფელოგენეზში	61
§1. ცხოველთა ფსიქიკური აქტივობის მარტივი და თანდაყოლილი ფორმები	61
§2. ცხოველთა ფსიქიკური აქტივობის შეპენილი ფორმები	67
§3. ცხოველთა ფსიქიკური აქტივობის მაღალი ფორმები	7
თავი მეოთხე. ფსიქიკის განვითახება ონტოგენეზში	8
§1. გავშვობა	8

§2. მონოგრაფიულობა	94
§3. ხანდაზმულობა	101
თავი მეხუთე. ცნობიერების ფსიქოლოგია	105
§1. ცნობიერების ფორმალური დასახილველობა	105
ცნობიერების პირობების კლასიფიკაცია	108
§2. ცნობიერების მთავარი თავისებურებანი	109
§3. ყურადღების ძირითადი სახეები და თვისებები	115
§4. ყურადღების ფაქტორები	120
თავი მეექვსე. ცნობიერების შეცვლილი მდგომარეობები	124
§1. ძილი და სიზმარი	125
§2. ოცნება	134
§3. ფსიქოპათიური ნივთიერებები	136
§4. ჰიპნოზი	140
§5. მედიტაცია	143
თავი მეშვიდე. ახაცნობიერების ფსიქოლოგია	147
§1. არაცნობიერის გამომწვევები ჰიპნოზსა და სიზმარში	147
§2. არაცნობიერი მოტივაციის გამომწვევები	150
§3. არაცნობიერი კონფლიქტური პროცესები	158
§4. არაცნობიერი ავტომატიზმები	163
§5. არაცნობიერი დისკორდინები	166
თავი მერვე. პიროვნების ფსიქოლოგია	170
§1. პიროვნების განსაზღვრება	170
§2. თანდაყოლილი და შეძენილი პიროვნებაში	174
§3. პიროვნების სტრუქტურა	178
პიროვნების ნიშან-თვისებები	183

ხასიათი, ტემპერამენტი	188
ინტუიციის, ლიხებულება, ნიჭი	190
§4. პიროვნება და ჯანმრთელობა	192
§5. პიროვნების შესწავლის მეთოდები	196
თავი მეცხე. ქუევის ფსიქოლოგია	201
§1. ქვევის ბანსაზღვრება	201
ქუევის ზოგადი დახასიათება	202
§2. ქვევის გარემოანი სტრუქტურა ან ფორმა	204
§3. ქვევის შინაგანი სტრუქტურა ან შინაარსი	206
მოთხოვნების ფსიქოლოგიური დახასიათება	209
მოთხოვნებათა კლასიფიკაცია	214
კუეებითი მოტივაცია და ქუევა	217
სექსუალური მოტივაცია და ქუევა	221
§4. ქვევის სახეები და ფორმები	225
თავი მეთექვ. ემოციები	230
§1. ემოციური პროცესების ზოგადი დახასიათება	230
ემოცია და სხეული	235
გამომხატულობა	238
§2. ემოციის თვისებები	242
ემოციის სუბიექტურობა	242
ემოციის პოლარობა და ამბივალენტობა	243
ემოციის ინტენსიობა და ხანგრძლივობა	244
ემოციის ექსტენსიობა და სიღრმე	245
§3. ბრძანებისა და ემოციის პირთაშორის სახეები	246
ემოცია და გიჟობა	246
ემოციის სახეები	247
შფოთვა	252
ემოციური სტრუქტურა	253
თავი მეთექვთმე. შეგუება და აღქმა	257
§1. შეგუება	257
შეგუების ზოგადი დახასიათება	257
შეგუების აღმოცენება	258

შეგիძნების ოჩგანოთა მგიძნობელობა (შეგიძნების ზღუხბლები)	259
შეგიძნებათა ზოგადი თვისებები ანუ მხაჩეები	262
შეგიძნებათა მოდალობების კლასიფიკაცია	264
სენსოხელი ჰიოცესები	266
§2. ალქმა	268
ალქმა და შეგიძნება	268
ალქმის საგნობიოობა	270
ალქმის კატეგორიზაცია ანუ აზიზანობა	271
ალქმის სტრუქტურული მათლიანობა	272
ალქმის კონსტანტობა	277
ალქმის ჰიოცენებისეული ხასიათი	279
ალქმის იდეზიები	282
თავი მათოხმეტე. მეხსიეება	284
§1. მეხსიეების ზოგადი დანახიათიება	284
§2. მეხსიეების ფორმები	289
სენსოხელი მეხსიეება	290
ხანმოკლე მეხსიეება	291
ხანგძლივი მეხსიეება	295
სემანტიკური და ეპიზოდური მეხსიეება	297
ჰიოცეული და დეკლარაციული მეხსიეება	300
დასწავდა და მისი ფაქტორები	301
მნემონიკა	307
დასწავლის კანონზომიეებანი	308
თავი მეცამეტე. აზიოვნება, ინტელექტი და კიეატელობა	315
§1. აზროვნების ფსიქოლოგია	315
მიმაჩთება ძიიითად შემეცნებით ფუნქციებს შოხის	315
აზიოვნების ზოგადი დანახიათება	317
ლოგიკური აზიოვნება და მისი ფორმები	319
აზიოვნების ძიიითადი ოპერაციები	322
აზიოვნების გადამკა	325
§2 . ინტელექტი	328
ინტელექტის გაზომვა	336
§3. კრეატულობა	336
თავი მეოთხმეტე. კომენიკაცია და მეცყველება	340

§1. კომუნიკაციის ზოგადი მახასიათება	340
§2. ინა და მიტყველება	345
მეყველების განვითარება	348
ენა და აზროვნება	352
მეყველების სახეები	354
თავი მეოთხედი. სოციალური გავლენა	358
§1. ჯგუფში მიმდინარე პროცესები	359
ჯგუფში გადწყვეტილების მიღება	362
რიდულობა	365
ჯგუფის გავლენა საქმიანობის ეფექტურობაზე	369
სოციალური სიზახმაცე	371
§2. პირ(ო)ვნებათშორისი ურთიერთობით	
ბამოწვეული გავლენა	373
კონფლიქტულობა	373
დამთმობლობა	376
მოხიჩილება	378
§3. აბრასიშლობა	381
თანდაყოლილი აბიხისა	382
შეძენილი აბიხისა	383
აბიხისა და აბიხისიური ჯგუფი	385
§4. პროსოციალური ძმემა	387
თავი მეოთხედი. კლინიკური ფსიქოლოგია	394
§1. ფსიქიკური აშლილობები	394
ფსიქიკური აშლილობების ცნება	394
მიზოფიხენია	396
აფექტური აშლილობები	399
შეოთვიოთი აშლილობები	402
დისოციაციური აშლილობები	406
სომატომოხიფიური აშლილობები	407
პიხონენილი აშლილობები	409
§2. ფსიქოთერაპია	411
ზოგადი ნანილი	411
ფსიქოთერაპიის მეცნიერებამედი და მეცნიერული პახიდგმები	412
ფსიქოთერაპიის სეხუქება	418
ფსიქოთერაპიის ეფექტურობა	421