

УДК 159.9.0119.2:1

Ніна ЗОРІЙ

Вищий державний навчальний заклад України
«Буковинський державний
медичний університет»
Чернівці (Україна)
zoryj@bsmu.edu.ua

Nina ZORIY

Higher State Educational Establishment of Ukraine
“Bukovinian State Medical University”
Chernivtsi (Ukraine)

СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКІ
АСПЕКТИ ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ

SOCIAL-PHILOSOPHICAL
ASPECTS OF GESHTALT-PSYCHOLOGY

Ключевые слова: гештальт-психология,
гештальт-терапии, экзистенциальная
философия, экзистенциальная психология,
феноменология.

Зорій Ніна Соціально-філософські аспекти гештальт-психології.

В статті проведено аналіз наукової концепції Ф. Перлза в гештальт-психології та гештальт-терапії. Виділено соціально-філософський аспект фрейдизма в контексті розвитку гештальт-психології. Визначено особливості впливу екзистенціальної філософії на формування наукової школи гештальт-психології.

Класичний психоаналіз створювався на початку століття і ґрунтувався на класичній філософії, психології та методології. Асоціативна психологія XIX століття стала поштовхом для виникнення радикально нової гештальт-психології та теорії поля. Релятивізм витіснив детермінізм, а діалектична логіка запанувала натомість детерміністської. На психологію великий вплив здійснила екзистенційна філософія.

У філософській та психологічній літературі багато уваги приділяється гештальтпсихології, її екзистенційній методології. Своєю чергою у гештальтпсихології важливо звернути увагу також на теорію ментального метаболізму як ідею обміну речовини – принципу функціонування живої відкритої системи, перенесену в сферу психічного життя. Насамперед тому, що психіка є функцією живого організму і виникає в процесі його розвитку в реалізації природних потреб. І тільки деякі з них сприяють розвитку внутрішнього світу людини. Відомий гештальт-терапевт Ф. Перлз підкреслює цікаву особливість, що у людини серед основних потреб є і потреба в їжі, відповідно, у людини виникає необхідність в певних компонентах зовнішнього середовища, які не можуть бути засвоєні прямо, оскільки вони включені в склад певних об'єктів зовнішнього світу. Для того, щоб засвоїти дані «компоненти», треба побудувати складний поведінковий ланцюг: по-перше необхідно знайти в оточуючому середовищі об'єкт, в якому містяться необхідні «компоненти», по-друге, подрібнити цей об'єкт, переробити отримане і включити необхідний «компонент» у внутрішнє середовище організму, і по-третє, викинути з організму

непотрібні залишки. Основна ідея його полягає в тому, що даний механізм можна застосувати по відношенню до психіки, коли людина отримує необхідні «компоненти» для її підтримання і розвитку. Такий підхід дозволяє по-новому подивитися на розвиток нормальних та патологічних механізмів в психічному житті людини¹. Автор ідеї намагався продемонструвати своє бачення З. Фрейда, але він повторив долю багатьох послідовників та учнів Фрейда – вчитель проігнорував дану точку зору.

Формулювання цілей та виклад основного матеріалу. На перший погляд концепція Ф. Перлза є парадоксальною, тобто видається незрозумілою або навпаки – очевидною. Насамперед автор за аналогією З. Фрейда виділяє чотири фази розвитку інстинкту голоду: *пренатальну* – від народження дитина є своєрідним різновидом материнських тканин і отримує все необхідне шляхом плаценти та пуповини; *предентальну* – від народження до появи перших зубів. Впродовж цього періоду дитина може тільки смоктати і ковтати; *різцеву* – на цій стадії з'являються передні зуби і дитина отримує здатність кусати; *молярну* – стадію розвитку корінних зубів. На цій стадії дитина отримує здатність подрібнювати їжу до стану, що полегшує її засвоєння. На відміну від психоаналітичної стадії, підкреслює автор, метафоричної за своєю основою, дана періодизація опирається на природні стадії розвитку дитини, що є об'єктивним фактором індивідуальності кожного².

Ф. Перлз легко розвиває ідею безпосереднього зв'язку інстинкту голоду та інстинкту агресії. В багатьох випадках, на думку автора, не-

доризвинутість інстинкту їжі проявляється в тому, що люди залишаються «смоктунчиками» впродовж всього життя в психологічному сенсі. Ми легко можемо побачити людей, які недостатньо прожовують їжу, адже тільки навчившись застосуванню своїх агресивних інструментів – зубів – людина може досягти повноцінного розвитку інстинкту голоду. Її агресія тоді займе правильне біологічне місце, тобто її не треба буде сублимувати, подавляти, витіснити і таким чином особистість буде гармонійною. Не має сумніву, що людство страждає від витісненої агресії і починає реалізовувати її в ролі жертви або «переследувача», в колективній агресії. Люди, які засуджують агресію і навіть знають, що витіснення раниць, радять сублимувати агресію, як психоаналіз описує це по відношенню до лібідо. Але шляхом сублимованого лібідо не народжуються діти, сублимованої агресії не засвоюється їжа. Відтворення біологічної функції агресії є способом розв'язання агресивних проблем³. Згодом гештальтисти визначають певний постулат, який особливим чином визначає агресію: безсилля і всесилля пов'язані з насильством, а сила з агресивністю⁴.

Психоаналіз підкреслює значення несвідомого та сексуального інстинкту, минулого та причинності, асоціацій, переносів та витіснення, але психоаналіз знецінює або навіть заперечує функціонування Его, інстинкт голоду, реальність, ціленаправленість, зосередженість, спонтанні реакції та ретрофлексію⁵.

Ф. Перлза дратував догматизм фрейдівського психоаналізу, адже саме в той час почалася ревізія н'ютонівського позитивізму і відбувалося становлення екзистенційної філософії та психології. В якості феноменологічно-екзистенційних ідей, впроваджених в гештальт-психологію та гештальт-терапію було визнання відповідальності та наявності вибору людиною свого існування і екзистенційний діалог⁶.

Гештальт-підхід можна визначити як мистецтво контакту, який можна налагоджувати у трьох напрямках: із собою; власними потребами, бажаннями, страхами, травмами, почуттями, професійною діяльністю; з оточуючим середовищем, суспільством, категорію духовності у власну теорію з метою тлумачення певних сторін любові та сексуальності. В гештальт-підході утримуються говорити на тему «нормальності», уникаючи узагальнень і втрати індивідуальності. Екзистенціалізм фундаментальна основа гештальт-терапії – розміщає тривогу в центр буття людини: кожна людина щодня творить власне буття і щоразу наштовхується на ситуацію вибору, відповідальність за прийняття рішення є джерелом тривоги. Кожна людина намагається відшукати відповіді на джерело виникнення тривоги або хоча б мати засоби для її стримання. «Ненормальність» визначає відчуття недосконалості – екзистенційні данності, описані Ноелем Салате: *відповідальність*

(висловлювання «я не можу» як намагання зняти із себе відповідальність і, навпаки, взяти на себе повну відповідальність за власний вибір); *кінецьність* – все, що ми не робимо, всьому наступає кінець, життя веде до смерті; *самотність*, інтерперсональна (зовнішня), ітраперсональна (внутрішня) – екзистенціальний рівень (відчуття відповідальності у світі, де ти зовсім один); *недосконалість* – відчуття власної обмеженості (підсилення тривоги ЗМІ, телебачення, розмови тощо); *пошуки сенсу життя* – людина не може допускати абсурду і відчуває потребу пошуку сенсу життя. Кожна людина вибудовує у своїй послідовності ієрархію потреб, розміщуючи на перше місце ту, яка найбільше викликає тривогу і намагаємося зняти її⁷.

Ф. Перлз, як і багато авторів до нього, наполягає на тому, що кожна ідея, концепція теорії несуть ідею творця, в даному випадку психоаналіз З. Фрейда. Відповідно він визначає, на його думку, основні недоліки психоаналізу: а) в підходах до психологічних фактів, які начебто існують ізольовано від організму; б) у використанні асоціативної психології як основи для чотирьох-вимірної системи; в) у нехтуванні феномену диференціації. У своїй ревізії психоаналізу я маю намір: а) замінити психологічну концепцію на організаційну; б) замінити психологію асоціацій гештальт-психологією; в) застосувати диференційне мислення, що ґрунтується на філософії «Творчої байдужості» З. Фрідландера. Дана теорія визначає те, що кожна подія починається з нульового відліку, з якого згодом починається диференціація на протилежності, які в їх специфічному контексті виявляють велику схожість між собою. Залишаючись в центрі, ми спроможні набути здатності побачити обидві сторони події і доповнити іншою стороною, таким чином досягаючи більш глибокого проникнення в структуру і функції організму. В психології найбільше аніж в інших науках спостерігач і факти, що спостерігаються – неподільні. Найбільш істинне наукове спостереження буде тоді, коли вдається знайти орієнтир, з якого науковець може здійснити всеохоплююче і неспотворене дослідження⁸.

Термін «холізм» був введений Ф.М. Смутсом з метою вираження позиції визначення складових структур світу. Гештальт-теорія розглядає не скільки універсальну холістичну концепцію, скільки специфічно організаційну на відміну від Смутса. Замість його аспектів матерії життя та свідомості – аспекти тіла, душі та свідомості. Зрозуміти ідентичність душі та тіла, теоретично, на думку Ф. Перлза, не так важко. Питання є складним по відношенню до свідомості, оскільки тут має місце поділ на протилежності. У зв'язку з цим наведемо приклад автора – «якщо ви тремтите, виникають певні зміни на шкірі, м'язах тощо, одночасно з відчуттями свідомість реагує «я тремчу», або думає про протилежне: «Я хочу зігрітися». Якщо сві-

домість завжди тільки приймає ситуацію, то немає необхідності в її існуванні взагалі. До тих пір, поки ми усвідомлюємо, що термін «інстинкт» є тільки словесний символ для певних комплексних дій в організмі є можливість користуватися цим терміном. Але якщо ми сприймаємо інстинкт як реальність, то можемо впасти в ту спокусу, в яку впав Фрейд, оскільки будь-яка класифікація, що не включає баланс організму, довільна і є специфічним продуктом наукової діяльності вченого.

Інстинкти можна розділити на дві групи в залежності від головних функцій: самозбереження або видозбереження, що забезпечується задоволенням потребою в їжі та самозахистом, а сексуальні «інстинкти» забезпечують видозбереження. Фрейдівська класифікація інстинктів вимагає переорієнтації організмичної точки зору. Очевидно, що поділ на его-інстинкти та сексуальні інстинкти є дуалістичною концепцією, що забезпечує теоретичний фон для спостереження невротичного конфлікту, але стосунки між его-інстинктами та сексуальними інстинктами не істотно відрізняються від стосунків між его-інстинктами та інстинктами голоду. Его не є інстинктом і не має власних інстинктів; воно є функцією організму.

Гештальтисти допускають існування об'єктивного світу, який слугує основою для створення індивідом свого власного суб'єктивного світу. Причому об'єктивна реальність може бути неадекватною суб'єктивній реальності. Реальність інтересів суб'єкта – внутрішня, а не зовнішня реальність. Стосунки між потребами організму та реальністю відповідають відносинам між тілом, душею та свідомістю. Образ щезає зі свідомості, як тільки задовольняється потреба організму, відповідно суб'єктивна реальність зникає, як тільки потреба в них відпадає⁹.

Ф. Перлз наполягає на тому, що Фрейд наблизився до проблеми «фігури і фону» гештальт-психології. Він намагався розв'язати цю проблему, допускаючи, що об'єкти (реальні та уявні) можуть бути заряджені психічними енергіями і що кожний психічний процес супроводжується змінами «катексису» (додаткова енергія, яка певним містичним способом проектується або впроваджується в реальний або уявний об'єкт). Для Фрейда катексис насамперед лібідоносний катексис¹⁰.

Принцип, що визначає наші стосунки із зовнішнім світом такий ідентичний принципу устремління до рівноваги в організмі. Ми називаємо досягнення гармонії здатністю до пристосування. На відміну від Фрейда гештальт-психологія заперечує боротьбу інстинктів з реальністю.

Цікавою є точка зору гештальтпсихології на щодо соціального аспекту принципу болю/задоволення, зокрема може виявитися, що представники привілейованих класів менше відчувають біль, аніж представники робочого класу,

оскільки вони не відчувають напруги або невизначеності (усунення якої приносить щастя), замінюючи їх сурогатами, що штучно викликаються при допомозі таких засобів як азартні ігри або вживання наркотиків. Виграш або програш, фрустрація і винагорода пов'язані з вживанням наркотиків, провокують відчуття болю та псевдощастя. Таким чином, справжня винагорода вимагає певної напруги, коли вона надто підвищується, тоді відповідно за законом діалектики кількість переходить в якість, задоволення стає болем, поцілунок – укусом, ласка – ударом. Під час зворотного процесу напруга знижується, почуття незадоволення змінюється задоволенням. Це є стан який ми називаємо щастям.

Висновки. Кожен науковий закон, кожна філософська система, кожне узагальнення ґрунтується на пошуку спільного знаменника, певного факту, спільного для певного ряду явищ, в певній мірі гештальту.¹¹

Найбільш важливий конфлікт, який може привести, з однієї сторони до інтегрованої особистості, а з іншої – до особистості невротичної, це конфлікт між соціальними та біологічними потребами людини. Наша психіка визначається інстинктами та емоціями більше, ніж розумом. З іншого боку, Фрейд переоцінював випадкове, минуле та сексуальні інстинкти та заперечував важливість ціленаправленого, реально існуючого інстинкту голоду. Метод Фрейда насамперед був зосереджений на паталогічних симптомах. Концентрація на паталогічній сфері спотворила сам процес мислення у «вільних асоціаціях», зробивши його змаганням між аналітиком та пацієнтом.

Ф. Перлз наполягає на тому, що ті психологи, які відійшли від концепції цілісності втратили першопочаткову наукову харизму, зокрема Ранк довів до абсурду історичний підхід, Юнг – концепцію лібідо¹². Можна погодитись з автором в одному, що послідовники Фрейда впродовж багатьох десятиліть відстоювали «власний» психоаналітичний підхід в кращих традиціях сектанства. З іншої сторони, кожен з послідовників і учнів Фрейда вніс мимоволі свій вклад у формування гештальт-психології, зокрема у тлумаченні цілісності у певних методологічних схемах, категоріях та принципах. Зрештою, науковий авторитет Фрейда був таким великим, що більшість з його послідовників спочатку глибоко шанували його вчення, майже боготворили, а згодом опанувавши його досконало, намагалися звести з ним рахунки шляхом ревізії чи критики або створенням нових теорій чи концепцій похідних від психоаналізу. Оскільки теорія Фрейда спочатку була природничо-науковим знанням, а згодом, коли вчений визначив структуру особистості – Я, Воно, Над-Я, стає філософським, він описує явища культури, творчості, беручи до уваги психологічні фактори. Фрейдизм залишається впливовим вченням, потужною філософсько-психологічною основою су-

часної етнології, антропології, мистецтва тощо. Аналогічно і гештальт-психологія потребує проведення глибокого соціально-філософського аналізу, оскільки оперування категоріями екзистенційної філософії та психології, а також застосування феноменологічного методу є методологічним підґрунтям для цього.

References:

- ¹Perls F.S. Ego, hunger and aggression / Per. with English. M.: Meaning, 2000. - P. 9.
- ²Ibid. - P. 10.
- ³Ibid. - P. 12-13.
- ⁴B. Martel sexuality, love and gestalt. - SPb.: Speech, 2006. - P. 17-21.
- ⁵Perls F.S. Ego, hunger and aggression / Per. with English. M.: Meaning, 2000. - P. 18.
- ⁶Introduction to Gestalt therapy. Sopostavlenye with other systems and podhoda History - Magazine "Эрос and Space". Available at: <http://eroskosmos.org/gestalt-therapy-an-introduction-part-2/>
- ⁷B. Martel sexuality, love and gestalt. - SPb.: Speech, 2006. - P. 17-21.
- ⁸FS Perls Ego, hunger and aggression / Per. with English. M.: Meaning, 2000. - P. 21-22.
- ⁹Ibid - P. 53.
- ¹⁰Ibid. - P. 55.
- ¹¹Ibid. - P. 78.
- ¹²Ibid. - P. 96.

Nina Zoriy. Social-Philosophical Aspect of Geshtalt-Psychology. The article deals with the analysis of F.Perls' scientific conception in Geshtalt-psychology and Geshtalt-therapy. The social-philosophical aspect of Freud's theory is isolated in the context of development of Geshtalt psychology. The peculiarities of the influence of existence philosophy on the creation of Geshtalt psychology scientific school are determined.

The conception of the Geshtalt-therapist F. Perls has been analyzed, who defined analogically to psychosexual stages of Z. Freud that the man, in addition to his principal requirements there are food needs realized according to four phases of the development of hunger instinct: prenatal, predental, canine, and molar. The main Perls' idea is that this mechanism can be applied concerning psyche, when the man receives necessary "components" to maintain and develop himself.

The mechanisms of introduction of Geshtalt-psychology and Geshtalt-therapy of phenomenological-existence ideas are characterized, in particular: recognition of responsibility and choice of an individual in the process of existence, as the responsibility to make decisions is a source of anxiety as well as peculiarities of existence dialogue.

The conceptual differences of psychoanalysis and Geshtalt-psychology (on the base of F. Perls' conception) are determined and the necessity to conduct methodological analysis of Geshtalt psychology and Freudism is substantiated, which is a powerful philosophical-psychological basis of modern ethnology, anthropology, art etc.

Key words: *Geshtalt-psychology, Geshtalt-therapy, existance philosophy, existance psychology, phenomenology.*

Зорій Ніна – проректор з науково-педагогічної роботи та виховання, кандидат філософських наук, доцент кафедри психології та соціології ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет». Автор понад 80 наукових статей. Коло наукових інтересів: філософія науки, методологія психології, педагогіка і психологія вищої школи.

Zoriy Nina – pro-rector on scientific and pedagogical work and education, candidate of phylosofical sciences, associate professor of the department of Psychology and Sociology of High Educational Establishment of Ukraine "Bukovinian State Medical University". Author of over than 80 scientific articles. Research interests: philosophy of science, methodology, psychology, pedagogy and psychology of higher education.

Received: 26-10-2015

Advance Acces Publisher: December 2015

© N. Zoriy, 2015