

УДК 159.9

Гайворонська Т. О.¹

¹ канд. філос. наук, доц. ЗНТУ

СУБ'ЄКТИВНИЙ ДОСВІД ОСОБИСТОСТІ У ВИВЧЕННІ СНОВИДІНЬ

Проблема розробки власної методології була і залишається однією з важливіших та найскладніших в сучасній психології. Ця проблема постала з відокремлення психології від філософії і становленням психології як самостійної науки. Протягом тривалого часу, майже до початку XX століття психологія користувалась філософською методологією, а згодом і суб'єктивним методом, який отримав назву «інтроспекція» (від лат. *introspectare* – дивитися всередину). Прагнення вчених будувати психологію як експериментальну науку, яка б відповідала науковому ідеалу, призвело не тільки до відмежування психологічного знання від абстрактних філософських суджень про свідоме й інші психічні явища, а й до відмови від багатьох ідей, які, на думку вчених-психологів, мали суб'єктивний характер, а тому не мали наукового значення.

Критичне ставлення до т. зв. суб'єктивних методів пов'язано з вимогою до будь-якої наукової дисципліни спиратись на методологію, яка прийнята у

науковому співтоваристві. Однак психологія відрізняється від інших наук складністю свого об'єкту, неможливістю вивчати людину, її духовне і душевне життя тільки за допомогою об'єктивних методів, тому що людина – унікальне і неповторне явище, яке не можна звести тільки до загальних характеристик.

Зрозуміти такий складний та унікальний феномен, яким є людина, неможливо без вивчення всіх складових її психіки, в тому числі і несвідомого, одним із проявів якого є сновидіння. Складність вивчення сновидінь полягає в розробці методів дослідження цього феномену. З формуванням експериментальної психології дослідження сну і сновидінь базувалось на інтроспективних звітах про них і вважалось достовірним. Однак в подальшому інтроспективний метод втрачав свою «науковість» і поступався своїм значенням методам, які підлягали перевірці і повторенню. Психологи і фізіологи намагались поставити вивчення сновидінь на експериментальну основу. У вивченні фізіології сну і сновидінь є багато досягнень, однак в розумінні змісту і функцій сновидінь, їхньої ролі в житті людини залишається багато невизначеного. Можна припустити, що це пов'язано з обмеженням саме суб'єктивного досвіду у вивченні цього аспекту несвідомого і в розумінні духовного життя людини в цілому.

На неоднакове значення суб'єктивних і експериментальних методів для науки звернув увагу американський вчений-астрофізик Денніс Шмідт, який присвятив багато років вивченню феномену сновидінь. Д. Шмідт писав, що суб'єктивні методи (за його термінологією, натуралістичні спостереження) мають менший статус, ніж експериментальні дослідження в більшості наук [2, с.43]. Причину зневажливого ставлення до суб'єктивних методів у вивченні сновидінь з боку вчених-психологів Д. Шмідт бачив в тому, що нічний світ і сновидіння здаються далекими від світу денної реальності і не вважаються такими, що мають значення для наукового дослідження.

Другорядний статус суб'єктивного досвіду обумовлений також відсутністю системи у формуванні методології такого досвіду (натуралістичного спостереження). Вивчення сновидінь, яке знаходить відображення в постійному веденні журнальних записів і має систематичний характер, є головним завданням в дослідженні цього феномену для членів Міжнародної Асоціації вивчення сновидінь (IASD), яка була заснована у 1984 році. Деякі протоколи членів Асоціації окрім записів сновидінь містять опис умов і процедур проведення натуралістичних спостережень, що має значення для вдосконалення методів дослідження феномену сновидінь.

Необхідність вдосконалення методів вивчення сновидінь, надання їм максимальної об'єктивності привели до заміни довготривалих спостережень кількісним методом, заснованим на контент-аналізі сновидінь і анкетуванні невеликої групи осіб, які приймають участь в лабораторних експериментах

по вивченню сновидінь (Domhoff, 1996)[1]. Не заперечуючи важливість кількісного методу, який дає можливість зрозуміти фізичну та психологічну природу сновидіння, слід відмітити його обмеженість в часі, а також у вивченні і розумінні унікального змісту сновидінь різних людей і їхнього зв'язку з подіями в реальному житті. Саме довготривале натуралістичне спостереження окремої особистості за умови ретельного запису змісту сновидінь (протоколу) й ведення щоденника протягом не менш як десятиліття дозволяє простежити збіг образів і подій в сновидіннях і в реальному житті.

Критичне ставлення наукового співтовариства психологів до т. зв. суб'єктивних методів вивчення психологічних явищ, в тому числі до вивчення сновидінь, не є виправданим. Особливе значення кількісного методу, який, на думку більшості науковців, має об'єктивний характер, є виправданим для такої науки, як фізіологія, однак є дуже обмеженим для психології.

Всебічне дослідження і розуміння феномену сновидіння неможливе без нового підходу до його вивчення, розробки і вдосконалення експериментальних методів такого дослідження. Однак для вивчення цього феномену недостатньо тільки об'єктивних, кількісних методів. Необхідною умовою для розв'язання цієї проблеми психології є розробка принципів і процедур методології, яка традиційно вважається суб'єктивною.

З метою надання суб'єктивному (натуралістичному) спостереженню статусу наукового методу в психології, а саме, у вивченні несвідомого в людині, слід домовитись щодо умов його застосування, а також, і це головне, щодо розуміння місця цього методу саме в психології. Надання наукового статусу натуралістичному спостереженню у вивченні сновидінь неможливе без консенсусу психологів-дослідників щодо формування системи принципів і прийомів цієї методології. Довготривале натуралістичне спостереження, яке є основою суб'єктивного досвіду особистості, має унікальну сенситивність, що робить його найбільш ефективним або єдиним можливим методом для багатьох важливих досліджень в галузі тлумачення змісту сновидінь та їхнього зв'язку з визначальними подіями в житті окремої людини.

Необхідність визнання значення і належного місця суб'єктивного методу у вивченні не тільки сновидінь, а й душевного і духовного світу людини дозволить розв'язати багато існуючих проблем в психології, а інтеграція об'єктивного і суб'єктивного досвіду може стати основою нової галузі знань про людину.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Domhoff, G. William (1996). Finding Meaning in Dreams: A Quantitative Approach. New York: Plenum Press.
2. Schmidt, D. Stretched dream science: The essential contribution of long-term naturalistic studies // Dreaming. – (1999). – № 9(1). – P.43-69. <https://doi.org/10.1023/A:1021317026733>.