

ИНТРОСПЕКЦИЯ: ДИСКУССИИ, РАЗМЫШЛЕНИЯ

М. И. Яновский

САМОНАБЛЮДЕНИЕ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИИ

В статье выдвигается идея о том, что причиной отсутствия единства психологической науки является отказ от естественного метода психологии — самонаблюдения. Утверждается, что самоочевидность внутреннего опыта у Р. Декарта есть следствие совпадения в самонаблюдении гносеологии и онтологии, акта знания и акта бытия. Выявлен органичный, неискажающий характер интроспекции при понимании психики как управляемой механизмом апперцепции (что реализует понимание психики как определенным образом организованной внутренней работы, т.е. психический детерминизм). Механизм апперцепции означает наличие в психике исходной неоднородности, множественности, квазиполисубъектности. В связи с этим проблема эффективного самонаблюдения рассматривается как проблема эффективной коммуникации разномерных, разнокоординатных сфер психического аппарата человека, адекватных внутренних трансляций опыта и адекватных внутренних переводов.

Ключевые слова: самонаблюдение, интроспекция, апперцепция, субъектность, полисубъектность.

Самонаблюдение — наблюдение психического как реальности

Перманентный кризис в психологии (Выготский, 1982; Мазиллов, 2006; Розин, 1994; Bühler, 1927) вызывает необходимость обратиться к истокам психологической науки и еще раз попытаться идентифицировать «камень», упомянутый Л.С. Выготским в эпиграфе к своей известной работе: «Камень, который презрели строители, стал во главу угла...» (Выготский, 1982, с. 291).

Исторически самонаблюдение (интроспекция) — первый метод научной психологии. Трудно себе представить, что могло бы быть иначе, учитывая, что именно в самонаблюдении психическое предстает *эмпирикой в прямом смысле*, а не конструктом, как это характерно для философских воззрений, житейской психологии или тех представлений о психике, которых, как правило, придерживаются

Яновский Михаил Иванович — канд. психол. наук, доцент кафедры психологии Донецкого национального университета (ДонНУ). *E-mail:* yanovs@rambler.ru

представители естественных наук. Отказавшись от самонаблюдения — своего «предельно специфического метода» (Никандров, 2003, с. 182), — психология потеряла свой естественный критерий достоверности, что стало приводить к неожиданным флуктуациям и превращениям ее предмета (при, казалось бы, очевидной истине, что предмет психологии — психика), а также к размыванию границы между научным и ненаучным знанием в ней. Здесь, на наш взгляд, и следует искать причину того многообразия теорий, которым славится психология, и той трудности в интегрировании психологических знаний, которую, собственно, и называют «кризисом психологии».

Профессионального психолога отличает не только знание закономерностей и механизмов психики и технологий воздействия на нее, но и умение работать с психической реальностью как с непосредственной данностью, «чувствовать» ее (Шиленкова, 2003). А это значит, что профессионализм в психологии не обходится без опытности в самонаблюдении. Более того, все методы психологии имеют отношение к психологии постольку, поскольку опираются на интроспекцию или ее элементы в той или иной форме (Карицкий, 2005).

В вопросе о самонаблюдении накопились определенные стереотипы, которые подвергаются критике (Левченко, 2007; Розен, 1977; Яновский, 2001; Locke, 2009). Однако в значительной мере на оценку интроспекции как метода влияют две идеи: а) субъект не может раздвоиться: одновременно осуществлять какую-либо психическую функцию и наблюдать за ней; б) факт наблюдения принципиально искажает наблюдаемое психическое явление. Наша статья посвящена обсуждению этих двух идей.

Зафиксируем также, что в данной работе понятия «самонаблюдение» и «интроспекция» не разводятся. На наш взгляд, это тот случай, когда есть два термина, «исходно являющиеся синонимами, но при долгом использовании формирующие иллюзию, что за ними стоят разные понятия»; при этом «всегда находятся специалисты, старающиеся их различить» (Карицкий, 2010, с. 88).

Самонаблюдение как самоочевидное знание

Вероятно, историю метода самонаблюдения в европейской психологии следует начинать с Р. Декарта — «самого таинственного философа Нового времени» (Мамардашвили, 1993, с. 4). Именно он пришел к идеям, которые определили возможность для самонаблюдения быть принятым в качестве центрального метода в исследовании души. Согласно Декарту, существование души подтверждается для нас в акте самонаблюдения без всяких логических

умозаключений — как очевидность. Если в реальности различных предметов можно усомниться, то осознание акта мысли — единственное, что не может быть подвергнуто сомнению. Декарт при этом опирается на *самоочевидность* как критерий истины, а не на практику или внешний опыт. Такой критерий органически соответствует цели Декарта найти идеальный критерий истины, так как при его поиске мы должны отклонить внешний опыт и практику как подверженные влиянию случайности. Самонаблюдение находится в наиболее близком отношении к самоочевидности, является его ближайшей реализацией. Это позволяет Декарту разделить в своей концепции душу и тело как две разные реальности, требующие *разных методов познания* (непосредственного и опосредованного), и противопоставить их как две разные «субстанции» (что в свою очередь превратило слово «картезианство» в одно из любимых ругательств психологов XX и XXI веков).

Таким образом, самонаблюдение стало у Декарта специфическим методом познания души (в отличие от внешнего наблюдения, предназначенного для изучения тел). Отметим один момент, проявившийся уже у Декарта, но имеющий значение вообще для адекватного понимания природы интроспекции. Его «*cogito ergo sum*» лишь по недоразумению понимают как умозаключение (Мамардашвили, 1993). В действительности здесь зафиксирована точка пересечения гносеологии и онтологии и именно в этом сила достоверности данного выражения. У Декарта самонаблюдение имеет повышенную достоверность потому, что в нем субъект зависит от своей свободы воли: он может подумать «так» или «так», захотеть «того» или «того», и тем самым он становится как бы понятным, «прозрачным» для себя. В таком акте самопроявления субъект становится доступным познанию, которое он же и осуществляет. Знание и бытие совпадают. Но это значит, что Декарт считал силой самонаблюдения то, что в будущем стали считать его слабостью. А именно: в акте самонаблюдения субъект, являясь одновременно и объектом, не фиксируется и не может фиксироваться в виде точного слепка, «фотографии». Акт самонаблюдения — это акт жизни, бытия. В самонаблюдении всегда есть самоизменение (через которое происходит самопроявление души), поэтому никогда и невозможно достичь полной точности в описании и фиксации состояния внутреннего мира и какого-либо его явления в какой-либо момент. В XIX и XX вв. эта невозможность послужила одним из главных направлений критики интроспективной психологии Вундта и его последователей. То, что для Декарта было основанием максимально возможной достоверности знания, во времена Вундта и позже стало рассматриваться как источник недоверности самонаблюдения.

Если усилия Декарта были направлены на выявление и рассмотрение необходимой специфичности методов познания души, то В. Вундт стремился распространить на эти методы общенаучные нормы (Мазиллов, 2008), а также (вслед за Э. Махом) завоевать для них право на научный статус. В системе В. Вундта познавательная надежность самонаблюдения в значительной мере держится на понятии апперцепции. Апперцепция выступает той методологической посылкой, которая позволяет использовать данные самонаблюдения как центральный (а не второстепенный, дополнительный) материал исследования. Попытаемся разобраться в сущности этого понятия.

Самонаблюдение и апперцепция

В учебниках по психологии понятие апперцепции характеризуется узко: как одно из свойств восприятия, отличающих последнее от ощущения (даже С.Л. Рубинштейн с его субъектно-деятельностной трактовкой психических функций в общем не выходит за рамки этого понимания (Рубинштейн, 1998)). В то же время в концепциях многих классиков психологии XX в. аналоги апперцепции как некоего механизма осуществления *собственно психической детерминированности* отдельных психических явлений или психики в целом занимают немаловажное место (например: «гештальт» в гештальт-психологии, «жизненный стиль» и «жизненная программа» у А. Адлера, «компенсаторная функция» у К.Г. Юнга, «аккомодация» и «ассимиляция» у Ж. Пиаже, «установка» у Д.Н. Узнадзе).

Центральное положение понятия апперцепции в интроспективной психологии В. Вундта нельзя считать случайным, поскольку связка «интроспекция—апперцепция» заложена уже в исходном понимании апперцепции автором этого понятия — Г.В. Лейбницем. Лейбниц называет апперцепцией восприятие, сопровождаемое осознанием его, или само это осознание восприятия: «...следует делать различие между *восприятием-перцепцией*, которое есть внутреннее состояние монады, воспроизводящее внешние вещи, и *апперцепцией-сознанием*, или рефлексивным познанием этого внутреннего состояния...» (Лейбниц, 1983а, с. 406). Апперцепция, будучи «рефлексивным познанием», «осознанием нами прошлых восприятий» (Лейбниц, 1983б, с. 240), — это процесс, в котором отдельное восприятие пластически сопрягается с целостностью «души»-монады, не разрушая, а интегрируясь в ее единство. В отличие от популярных представлений о рефлексии как об инородном теле в перевозданном, естественном «теле» психики (в XX в. такое представление подкреплено авторитетом психоанализа) у Лейбни-

ца, как автора идеи интегрального исчисления, рефлексия — это форма органичного процесса интегрирования психики.

Так, в своей концепции Лейбниц исходит из того, что любой познающий субъект несет в себе скрытое знание обо всем, что есть и происходит в мире: «всякая монада есть живое зеркало, наделенное внутренним действием, воспроизводящим универсум со своей точки зрения» (Лейбниц, 1983а, с. 405); «всякое тело чувствует все, что совершается в универсуме» (там же, с. 424). Такое скрытое знание Лейбниц называет «малыми восприятиями». Но «малые восприятия» — это знание, получаемое пассивно, механически, без всяких усилий со стороны субъекта. Оно доступно субъекту, но не принадлежит ему полностью. В некотором смысле это еще не знание. Полноценное знание возникает лишь тогда, когда «малые восприятия» дополняются рефлексией, т.е. включением их в систему уже понятого и осмысленного субъектом прошлого опыта. Таким образом, «малые восприятия» — это смутное знание; восприятие, прошедшее через рефлексю (т.е. через апперцепцию), — знание отчетливое. Оно является дифференцированным и осознанным. Но отчетливость знания предполагает как раскрытость, ясность содержания знания, так и очерченность границ этого содержания, т.е. соотнесенность с каким-либо определенным объектом, фрагментом реального мира. Конкретизированность, определенность объекта знания в свою очередь предполагает конкретизированность, определенность субъекта знания (хотя бы в том смысле, что субъект должен различать *свои* субъективные преходящие состояния и объективные характеристики объекта). Поэтому мы имеем право утверждать, что знание, прошедшее через апперцепцию (апперцепированное знание), — это знание, обязательно содержащее в себе явно или имплицитно как знание об объекте, так и знание о субъекте. Поэтому Лейбниц характеризует апперцепцию как рефлексивное познание.

Таким образом, апперцепция, по Лейбницу, — это отчетливое познание, предполагающее различенность объекта и субъекта познания, определенность и конкретизированность их как элементов знания. Поэтому и рефлексия, т.е. знание субъекта о себе, самосознание — необходимый элемент любого отчетливого (а значит, полноценного) знания. Следовательно, и самонаблюдение нельзя считать таким актом исследования психических явлений, который их нарушает, поскольку оно не является чем-то таким, чего исходно в психике нет, т.е. внешним и чуждым ей. Так, и признание современной исследовательницей Н.И. Чуприковой (2010) интроспекции как источника информации о психике сопряжено с пониманием ею мозга как совокупности взаимосотносящихся и интегрирующихся

исходно разнородных систем, что равносильно, на наш взгляд, пониманию того, что процесс апперцепции организует психику.

Самонаблюдение производит то, что можно было бы называть продуктивным изменением, настройкой психических явлений. Суть этого изменения в том, что к данному отдельному психическому феномену подключается сознание личности в одном из возможных режимов (как многомерная категориальная система значений сознания, или система личностных смыслов, или чувственная ткань сознания и т.д.) (Зинченко, 1991; Леонтьев, 1977). Такое подключение не обязательно искажает, но в нормальном случае проясняет феномен за счет добавления ему мерности, т.е. его углубления, раскрытия таких качеств, которые сокрыты в нем как в вещи-в-себе.

Используя язык И. Канта, мы бы сказали, что суть работы апперцепции соответствует *аналитическим апостериорным суждениям*: получение *поясняющего опыта* (*пояснение* в противовес *расширению* — функция *аналитических суждений*; а опыт выражается *апостериорными суждениями*) (Кант, 1994, с. 37)¹.

Помогая различать субъективное и объективное, апперцепция делает для субъекта объективной реальностью (причисляет к онтологии) не только содержание объектов, но и их отношения (*взаимную соотношенность*, *представленность друг другу*), т.е. их форму. Объективное знание в данном случае — это знание не только всех элементов познаваемого объекта, но и способа их упорядоченности, их соотношенности между собой и с внешними объектами. На эту особенность апперцепции указывал В. Вундт: «Самая элементарная функция апперцепции есть отнесение двух психических содержаний друг к другу. <...> выполнение такого отношения состоит всегда в особой деятельности апперцепции, благодаря которой отношение само по себе становится особым содержанием сознания, существующим на ряду с относимыми друг к другу содержаниями, хотя, конечно, и тесно связанным с ними» (Вундт, 1912, с. 219).

Таким образом, апперцепированное знание — это знание содержания какого-либо объекта и соотношенности частей содержания между собой, но также это знание содержания и субъекта знания. Следовательно, апперцепция содержит в качестве «оси» соизмерение масштаба, сопряжение, **связку** между реальным и определенным объектом знания и реальным и определенным

¹ Данный вид суждений (*аналитические апостериорные*) — единственный, который был проигнорирован Кантом, и потому понимание им апперцепции оказалось искажено и смещено в сторону того, что Ф. Brentano позже стал называть интенциями. Интенциональная природа кантовских априорных форм видна, например, в очевидном подпадении «категорического императива» под понятие «интенция». Неслучайно поэтому И. Кант отрицал и интроспекцию.

субъектом знания. Если представить процесс познания абстрактно — как передачу информации из одной части мира в другую, то можно сказать, что понятие апперцепции конкретизирует и отправителя информации, и ее получателя наряду с ее *содержанием* и способом передачи. То есть апперцепция — это такое понятие, которое фиксирует имплицитное наличие в познавательном процессе в более или менее проявленной форме трех компонентов: субъекта знания («кто знает»), объекта знания («что знает») и их связки, соотнесенности («как знает»). При этом соотнесение в апперцепции — *prima inter pares* трех компонентов. Апперцепция — онтологическая ориентировка субъекта, совершающего процесс познания чего-либо, по отношению к познаваемому объекту. При этом мы должны учитывать, что сопоставлять можно лишь то, что реально уже до акта сопоставления, т.е. имеет опору в себе, а значит, свою внутреннюю с собой соотнесенность. Поэтому наряду с соизмерением субъекта и объекта познания есть также внутреннее соизмерение (масштабирование) субъекта с самим собой, которое реализуется через рефлексю, самосознание или (если это происходит в развернутой систематизированной форме) через самонаблюдение, интроспекцию. Следовательно, можно говорить, что апперцепция органически связана с самонаблюдением. Эти два понятия взаимно необходимы.

В этом смысле принятие нами понятия апперцепции влечет за собой и необходимость признания самонаблюдения не чуждым науке методом познания, а, напротив, одним из важных научных познавательных средств.

Апперцепция и субъектность

Взаимосвязь самонаблюдения и апперцепции можно показать и с другой, более простой стороны. Апперцепция выводит психическую активность из погруженности в предметность, в само содержание отдельного восприятия, представления или иного психического явления и за счет установления его отношений с другими восприятиями и т.п. заставляет ее (психическую активность) охватывать это психическое явление сознанием как единое целое, как единицу внутреннего мира, что и становится началом самонаблюдения. То есть апперцепция — это рефлексия того, *что* означает воспринятая информация, но не во внешнем плане (например, для деятельности), а во внутреннем, в мире субъекта, в психике *как целом*. Ученик Вундта Н.Н. Ланге подчеркивал, что «апперцептивный процесс обусловлен всей индивидуальностью, в нем выражается вся психическая личность»; «здесь участвует и

влияет *вся совокупность* того, что было вообще пережито данным индивидуумом» (Ланге, 1996, с. 82). Образно говоря, апперцепция — это оценка психикой как единым целым одного частного психического элемента. Возможно, для обозначения этого процесса оценки было бы уместнее называть психику душой, поскольку понятие души содержит субъектность как свой аспект (душа — это и субъект определенного рода активности), а понятие психики само по себе бессубъектно. Но здесь мы ограничимся лишь фиксацией того, что понятие апперцепции актуализирует для нас субъектные свойства психических процессов: в апперцепции психика «срабатывает» как единый субъект, рефлексирующий свое отношение к новому восприятию. Происходит это посредством разотождествления субъекта с процессом восприятия, выхода из погруженности в него и перехода в рефлексивную, внешнюю по отношению к нему позицию. Но рефлексия совершается не из «ничего», а из психики как единства и целостности. Происходит процесс смены самоидентифицированности субъекта. Или, иначе говоря, субъектность переадресовывается от одной точки психического мира к другой, более синтетичной и более высокой в иерархическом устройстве психики. Из этого можно вывести ряд важных следствий. Начнем с того, что такая смена точек позволяет субъекту менять перспективу созерцания внутреннего мира, возникающую при самонаблюдении. Это позволяет совершать познавательный процесс без непосредственных событий-толчков. И настолько, насколько психика признается реальностью, а не фантомом («кажимостью», по выражению Л.С. Выготского (1982, с. 420)), этот познавательный процесс является эмпирическим, опытным познанием, т.е. *наблюдением* (точнее говоря, самонаблюдением). Это означает, что в апперцепции самонаблюдение становится объективным методом фиксации определенной реальности, в том числе реальных явлений. Эти явления становятся доступны наблюдению лишь при смене точек наблюдения во внутреннем мире. И, значит, зависимость встречи субъекта с фактом своего внутреннего мира от его активности во внутреннем плане — не доказательство фиктивности этого факта, а лишь особое условие, сравнимое с необходимостью активного перемещения ученого в пространстве для получения доступа к изучению какого-либо редкого природного явления. Специфика такого познавательного процесса в том, что он совершается при условии выключения субъекта из других форм активности (апперцепция — это внутриспсихическая работа). То есть апперцепция — это активность, возникающая, когда взаимодействие с внешним миром (в том числе перцепция) временно сведено к минимуму. Значит, апперцепция — это деятельность, дополняющая перцепцию

(или какой-либо другой психический процесс). И поскольку апперцепция есть лишь наименование реального психического процесса, являющегося особой фазой функционирования психического аппарата, снимается возможный аргумент против интроспекции как метода исследования, изолирующего психику от реальной жизнедеятельности в замкнутом внутреннем пространстве.

Трансформируясь в собственно самонаблюдение, апперцепция не теряет своих принципиальных особенностей и остается также фиксацией связей, соотношений между какими-либо психическими явлениями, что в развитой форме означает фиксацию особенностей существования и течения данного психического феномена в контексте психики как целого, в соотношении с психикой как целым (в противоположность соотношению с внешними объектами). При этом в чистом самонаблюдении фиксируется уже не столько то, как частное психическое явление ведет себя в целом психики, а то, как целое психики (=душа) ведет себя относительно частного явления (иначе говоря, меняются, инвертируются фигуристо-фонные отношения психики в целом и частного психического явления: в апперцепции поведение психики становится фигурой, а частные феномены — фоном; это может означать, что апперцепция переводит психику в волевую модальность функционирования (именно для воли характерна целостность проявления психики (Василюк, 1984, с. 138)).

Таким образом, постановка задачи на самоисследование требует смещения направления внимания и интереса в процессе рефлексии. Но это не есть источник принципиальных искажений. Почему?

Потому что для определения статуса отдельного психического явления невозможна абсолютная система отсчета. Независимо от того, на идеалистических или материалистических позициях мы находимся, мы должны признать, что феномены внутреннего мира *по определению* недоступны *непосредственному внешнему* наблюдению. Это значит, что в явлениях внутреннего мира возможен лишь один наблюдатель в прямом смысле — сам субъект, обладатель *этого* внутреннего мира. И если он изменил масштаб самосозерцания, точку обзора, перспективу видения внутреннего мира, то *принципиально* невозможно говорить, правильно ли или неправильно он сделал, более или менее объективное знание он тем самым стал получать (т.е. в силу встроенности субъекта в свой психический мир в познании последнего не может не действовать принцип относительности). Невозможно также раз и навсегда установить, что лишь частное психическое явление может быть объектом в самонаблюдении и психика как целое — субъектом. Внутренний наблюдатель может разотождествиться не только с

частным восприятием, но и с психикой как целым и, таким образом, саму ее сделать объектом наблюдения. Вопрос только в том, где, в какой точке субъективного пространства должно оказаться наше сознание, наше «Я», чтобы мы могли охватить всю психику как единый объект наблюдения?

Чтобы решить этот вопрос, нужно учесть, что целостность психики никогда не становится завершенной, поскольку исследующий и сознающий ее субъект живет и действует, а потому непрерывно меняет ее. Психика должна была бы стать полной и завершенной целостностью лишь при утрате этого субъектного центра, т.е. после смерти. Но тогда одновременно потерялась бы возможность прямого исследования психики изнутри, т.е. самонаблюдения. Кроме того, «выход» субъекта из психики означает выход из ее состава важнейшего элемента, без которого разговор о целостности психики теряет смысл. Поэтому целостность психики в принципе возможна лишь при участии в ней меняющего ее субъекта. Но, как мы выяснили, при его же участии целостность (в полном смысле) невозможна. Как разрешить это противоречие? Разрешить его можно, лишь предположив способность субъекта одновременно находиться и внутри, и вне психики. Термин «одновременно» здесь неточен, поскольку для фиксации одновременности нужен посторонний внешний наблюдатель (вспомним рассуждения А. Эйнштейна об условиях фиксации одновременности двух событий), а такового в данном случае в принципе быть не может. Поэтому одновременность в данном случае будет означать такое положение субъекта, при котором он может себя зафиксировать как находящегося внутри психики и как находящегося вне ее. Но находиться вне своей психики можно лишь там, где ее *еще* нет. Ибо там, где она *уже* есть, она «вырастает» из моего самоотождествления с каким-либо опытом, и поэтому в любой момент настоящего я нахожусь внутри психики, т.е. отождествляю себя с каким-либо психическим явлением или содержанием. Моей психики *еще* нет лишь в будущем. Поэтому и обзрывать свою психику извне можно лишь из будущего. Или, иначе говоря, целостность психики всегда как бы предстоит. И чтобы в самонаблюдении охватить психику как целостное единство, нужен такой акт сознания, такое действие субъекта, которое было бы в одном аспекте в настоящем, а в другом аспекте в будущем. Такое действие — деятельное соучастие, достройка объекта в согласии с его внутренней природной необходимостью.

Особенность такой достройки объекта — обратимость субъект-объектных позиций. Невозможно раз и навсегда однозначно установить: достраиваемый объект — это объект помогающего

ему субъекта или он — субъект, наращивающий свою субъектность, восстанавливающий ее посредством внешнего помощника.

Апперцепция — это и есть деятельное соучастие всей психики в жизни одного частного психического явления. Поэтому обратимость субъект-объектных отношений наблюдается именно в апперцепции — между психикой в целом и частным психическим явлением. И эта обратимость есть результат того, что субъект-объектные отношения не только принимаются, но творятся, являются частным (а потому зависимым от более существенных факторов) аспектом творчества-«деятельного соучастия», размыкающего психику в будущее.

Одно из следствий этого — потенциальная субъектность любого психического явления или процесса. Любая эмоция или мысль может с определенной точки зрения считаться субъектом (точнее, квазисубъектом). При всей фантастичности этого утверждения отметим, что оно имеет определенное признание в современной психологии. Так, у канадского психолога Э. Берна имеется близкое в целом понятие «состояния Я» («эго-состояния») — одновременно сосуществующие, квазисамостоятельные феноменологические образования (Берн, 1992). В гештальттерапии применяется понятие «субличность» (Папуш, 1994; Польстер, 1999). У Лейбница, введшего понятие «апперцепция», использовалось также понятие «монада», обозначавшее не только все сознание человека в целом, но и множество отдельных активных «субъектов», составляющих человеческое тело и проявляющих себя в сознании человека как части этого сознания (Лейбниц, 1983а, с. 413—429). В XX в. идеи многомонадной структуры устройства человека, в том числе его психики, развивал русский философ Н.О. Лосский (1999). Близкую по сути идею понимания психики как пространства взаимных соотношений-координаций физиологических рецептивных систем выдвинул И.Н. Карицкий (2006): психика как своего рода стереоэффект, возникающий от наложения разных параллельно действующих систем.

При таком понимании психических явлений вся психика в целом предстает как сообщество субъектов-элементов психики, сама субъектность которых зачастую носит потенциальный характер. Тогда апперцепция — это акт сотрудничества этих субъектов-элементов, соучастия в своем сообществе; в частном случае — соучастное включение ими в свое сообщество какого-либо нового восприятия-элемента. Соучастие в данном случае совпадает с взаимоориентировкой («взаимо-» — потому что здесь все элементы выступают в большей или меньшей степени субъектами и поэтому они *взаимоотносятся* друг к другу). В таком сообществе

отсутствует абсолютный центр и соответственно — абсолютная система координат. Каждый элемент при определенных условиях может выступить в качестве такого временного центра со своей системой координат.

Отметим еще одну важную сторону апперцепции. Поскольку в каждый акт апперцепции оказывается включенным не только новый психический элемент (восприятие, мысль и т.п.), но и опыт, ранее полученный человеком, то акт апперцепции есть также по своей сути и акт припоминания, или, если использовать старый термин Платона (1993), — анамнезис, который есть не что иное, как интеллектуальная рефлексия (Мамардашвили, 1999). Поэтому, по нашему мнению, понятие апперцепции — это в некотором смысле развитие старого философско-гносеологического понятия анамнезиса.

Таким образом, понятие апперцепции имплицитно содержит достаточно сложную систему представлений об устройстве психики. Эта система несет в себе богатый объяснительный потенциал, много возможностей для более глубокого понимания разнообразных явлений психики. Нам кажется, что эти возможности по большей части остались в психологии нераскрытыми, а их богатство было оценено как синоним вообще любого достаточно сложно устроенного психического процесса: «Слово “апперцепция” может служить названием для совокупности всех психических факторов, названных нами ассоциациями» (Джемс, 1995, с. 225). Тем не менее апперцепция продолжает и поныне оставаться рабочим понятием в психологии, но только в видоизмененных формах: «В последующем развитии психологии понятие апперцепции модифицировалось в ряд новых понятий — например гештальта, установки и др.» (Митюшин, 1983, с. 32). Апперцепция — это естественная, исходная встроенность самонаблюдения в психику.

Традиционные претензии к интроспекции основаны на натурализации психических явлений, скрытом ожидании от них того же, что свойственно материальным объектам. Например, строя в своем сознании образ какой-либо эмоции в виде определенного предмета с определенными пространственными и другими характеристиками, исследователь использует условную метафору, которая лишь фиксирует факт существования эмоции и некоторые ее качества, но ею самую не является. Забывая об условности этого приема мышления или просто не имея в арсенале воображения других возможных метафор для психических явлений (Трунов, 2010), исследователь начинает ожидать от эмоции того, чего он ожидал бы и от материального предмета, — внеположенности и завершенности. Исследователю предметы даются извне, в готовом виде. Того же он ждет от психологических методов и, не находя этого качества в интроспекции, отвергает ее.

Так, утверждения Л.С. Выготского о том, что интроспекция принимает форму за содержание и сводит содержание психического процесса к форме его представленности в сознании субъекта, т.е. к «кажимости» (Выготский, 1982), исходят из предпосылки, что существует некое психическое содержание, *внеположенное* субъекту подобно какой-либо *вещи*. Но это равнозначно утверждению, что подлинные психические процессы могут быть даны субъекту в готовом виде, т.е. фактически *извне*. До их появления перед субъектом они никак с ним не связаны. Противоречие этой позиции в том, что здесь исследователь позволяет себе утверждать факт существования психики самой по себе, вне субъекта, способного ее обнаружить в роли наблюдателя. И на самом деле здесь исследователь имплицитно воображает себя абсолютным зрителем, откуда-то знающим о существовании психики самой по себе, вне ее субъекта. При этом психика и ее субъект полагаются изначально несвязанными друг с другом, как две отдельные вещи².

В действительности субъект изначально внутренне связан с психикой. Он соучаствует в своих психических процессах, ибо они являются формой его активности. Как пишет П.Я. Гальперин, «мы должны подчеркнуть теснейшую функциональную зависимость между субъектом и психическим отражением ситуации» (Гальперин, 1976, с. 63). По его мнению, психика без субъекта невозможна: «“Психика” — особая форма деятельности субъекта, его деятельность в плане образа» (там же, с. 120).

Участвуя в психике, проявляя себя через психическую деятельность, субъект одновременно творит себя: «Деятельность, определяя объект, над которым она производится, определяет тем самым и субъект, который ее производит» (Рубинштейн, 1986, с. 106). Поэтому не существует субъекта, *внеположенного* психике, и соответственно не существует психики, *внеположенной* субъекту, которую он может рассматривать как некоторую вещь — *извне*. Применение к самонаблюдению схемы внешнего наблюдения вводит в заблуждение. Но из наличия внутренней связи субъекта и психики мы должны сделать вывод, что любой психический процесс так или иначе представлен субъекту, т.е. осознается им в той или иной форме. Следовательно, не существует психических процессов вне возможного самонаблюдения, вне потенциальной или актуальной интроспекции.

² Методологически это следование ошибке И. Канта, который внес разрыв между тем, что называл «вещью-в-себе» и «вещью-для-нас». В действительности «вещь-в-себе» появляется не раньше, чем появляется «вещь-для-нас»: эти понятия коррелятивны и представляют собой два ракурса **одной вещи** (тайна появляется лишь тогда, когда появляется любопытство и знание). Первичной следовало бы называть «пра-вещь» (а не «вещь-в-себе»).

О проблеме условий эффективности самонаблюдения

Однако проблема достоверности интроспекции, по-видимому, все-таки существует, но, исходя из сказанного, мы должны понимать ее не так, как это делалось обычно. Дело не в том, что наблюдение субъекта за явлениями своего внутреннего мира меняет и искажает их. Такая критика может быть обращена вообще против *любого* научного метода (Гейзенберг, 1987). На наш взгляд, дело здесь в том, что субъект, будучи свидетелем любого психического явления, случающегося в его внутреннем мире, очень часто не в силах зафиксировать это явление в памяти и затем воспроизвести его. Явление может быть: 1) очень слабым по интенсивности; 2) очень коротким по длительности; 3) замаскированным другими явлениями, доминирующими в силу разных причин (например, за счет вписанности в чуждую данному явлению смысловую сетку, которая обезличивает его и тем самым позволяет ему затеряться среди потока других явлений). Однако такие препятствия связаны не с отсутствием доступа к осознанию, к наблюдению над явлениями, а с трудностями *трансляции* первичного содержания наблюдения в ту часть сознания и в такой момент на оси времени, где субъект *в состоянии адекватно осмыслить* данные явления. Иначе говоря, проблема не в том, что самонаблюдение воздействует на свой объект и тем искажает его, а в том, что трудно адекватно *перевести* информацию об объекте с языка его первичного осознания («первовидения», по выражению Е.Ю. Артемьевой (1980, с. 32)), на язык общего, интегрального сознания субъекта: «...мы оказываемся в часто встречающейся ситуации исследования, когда структура некоторой системы описывается на языке другой системы, имеющей, возможно, принципиально другое строение» (там же, с. 21). Поскольку сознание в одном из аспектов — это внутренний язык, сеть значений (Петренко, 2005), работа такого *перевода* в чем-то равносильна работе осознания вообще. Исследователь может отказаться от такого перевода и пытаться обнаружить в наблюдаемых фактах степень их вписанности в уже существующую систему знаний и представлений о психических процессах. Правда, иногда «уже-вписанность» вынуждена в силу неумения исследователя замечать то, что находится за пределами известного и именуемого (Мюнстерберг о проблемах, возникающих при фиксации психических феноменов; по: Мазилов, 2007, с. 64—65). Но такая позиция основывается фактически на отказе иметь дело напрямую с «сырой» реальностью, еще не рассортированной по привычным понятиям, что с легкостью приводит к подмене эмпирики спекуляциями. Неадекватна и противоположная позиция — отказ от всего, что не имеет отношения к первичному, непосредственному опыту (ее пытается реализовать феноменологический подход Э.

Гуссерля). На практике такая позиция может привести к соскальзыванию исследователя на житейски привычный, но часто расплывчатый и грубый, искажающий язык наименования и описания своего опыта.

Поэтому апперцепция, которая является работой субъекта по изменению ракурса видения какой-либо информации (т.е. фактически работой по изменению языка, на котором представлена какая-либо информация), позволяет сделать интроспекцию продуктивной.

Апперцепция имплицитно предполагает наличие множества возможных ракурсов рассмотрения и видения информации. Соответственно она предполагает наличие множества позиций — точек остановки когнитивной активности субъекта. Поскольку в каждой такой точке субъект проявляет себя иначе, становится другим, мы можем условно обозначить пространство возможных позиций как полисубъектное пространство. Таким образом, апперцепция содержит в себе предположение об условной полисубъектности субъекта. Но эта условность не мешает построить метод продуктивного самонаблюдения: последнее становится адекватно реализуемым, если психологу удастся построить корреспондирующую связь между своей исходной обыденной субъектной позицией и субъектной позицией, из которой может быть выловлено искомое психическое содержание. Субъект должен переадресовать себя в изучаемую зону внутреннего мира своей жизни и затем вернуться оттуда, не утратив и не исказив при возвращении аутентичную информацию³.

Искусство переадресации субъектности и удерживаемой субъектом информации, искусство перевода информации с одного субъектного языка на другой, искусство построения корреспондирующих отношений между различными субъектными позициями (суб-, или квазисубъектами; см. выше), режимами работы сознания — это и есть суть апперцепции. Идея корреспондирующих связей между суб-субъектами в рамках психики, принадлежащей какому-либо субъекту, не может считаться чем-то совершенно новым. Подобную идею можно обнаружить у Э. Берна как координацию трех субличностей — «Родителя», «Взрослого», «Ребенка» (Берн, 2002) и у Ж.

³ Такая задача возникает при работе с измененными состояниями сознания (ИСС) (Россохин, 2009). Практика интроспекции вплотную примыкает к практикам изучения и продуцирования ИСС (Гордеева, 2005; Хант, 2004). В этой связи требует прояснения вопрос о роли интроспективных техник в медитативных и молитвенных практиках в буддизме, раджа-йоге, православном «внимании к сердцу» и т.д. («Випассана» [эл. ресурс]; Журавский, 1995; Свами Вивекананда, 2004). Вероятно, вариации интроспекции так же древни, как желание человека познать самого себя. Однако это не должно становиться поводом для отказа от научной методологии в анализе проблемы интроспекции.

Пиаже как координацию различных способов видения информации, различных видов логических операций (Пиаже, 1992).

В свою очередь перемещение субъектом своего сознания от состояния погруженности в объект, поглощенности объектом, к состоянию рефлексии своих отражений объекта, своих действий с ним и порожденных им переживаний — простейшая форма апперцепции. Используя терминологию М.М. Бахтина, можно сказать, что апперцепция возникает на границе состояний *внутри-находимости* и *вне-находимости* субъекта в наблюдаемых психических феноменах и опирается на факт трансляции субъекта из одной позиции в другую (Бахтин, 1979). Это же является ключом и к эффективной интроспекции.

* * *

Итак, самонаблюдение как элемент рефлексии есть неотъемлемая характеристика любого психического процесса в силу неразрывной связи между психикой и субъектом. Поэтому самонаблюдение не привносит в течение психических процессов что-либо качественно новое, искажающее их естественный ход. Его возможная непродуктивность есть следствие наложения на весь субъективный опыт негибкого унифицированного языка — системы координат оценивания, осознания этого опыта. Понятие апперцепции снимает эту проблему, вводя представление о множественности языков субъективного опыта, координатных систем его осознания и устанавливая их *взаимные* координации, трансляции, а также возможность трансляции первичного «сырого» опыта в какую-либо из этих систем.

Автор выражает благодарность Игорю Николаевичу Карицкому за содействие в работе над статьей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Артемяева Е.Ю. Психология субъективной семантики. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.

Бахтин М.М. Автор и герой в эстетической деятельности // Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979. С. 7—180.

Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. СПб.: Братство, 1992.

Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры, или вы сказали «здравствуйте». Что дальше? Психология человеческой судьбы. Екатеринбург: ЛИТУР, 2002.

Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

«Випассана». URL: <http://www.transpersonal.com.ua/02/vipassana.html>

- Вундт В. Очерки психологии. М.: Московское книгоиздательство, 1912.
- Выготский Л.С. Исторический смысл психологического кризиса // Собр. соч.: В 6 т. Т. 1. Вопросы теории и истории психологии / Под ред. А.Р. Лурия, М.Г. Ярошевского. М.: Педагогика. 1982. С. 291—436.
- Гальперин П.Я. Введение в психологию. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976.
- Гейзенберг В. Шаги за горизонт. М.: Прогресс, 1987.
- Гордеева О.В. Аналитическая интроспекция и кратковременная сенсорная депривация как методы изменения состояния сознания // Вопросы психологии. 2005. № 6. С. 72—81.
- Джемс У. Психология. М.: Педагогика, 1995.
- Журавский И. Тайна Царствия Божия. Рига; СПб.: Сатис, 1995.
- Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания // Вопросы психологии. 1991. № 2. С. 15—36.
- Кант И. Критика чистого разума. М.: Мысль, 1994.
- Карицкий И.Н. Специфический и всеобщий метод психологии // Труды Ярославского методологического семинара. Т. 3: Метод психологии / Под ред. В.В. Новикова (гл. ред.), И.Н. Карицкого, В.В. Козлова, В.А. Мазилова. Ярославль: МАПН, 2005. С. 111—135.
- Карицкий И.Н. Экспликация предмета психологии // Методология и история психологии. 2006. Т. 1. № 1. С. 105—118.
- Карицкий И.Н. Понятие субъекта и объекта в философии и психологии // Методология и история психологии. 2010. Т. 5. № 1. С. 69—101.
- Ланге Н.Н. Психический мир. Избранные психологические труды. М.: «Институт практической психологии»; Воронеж: МОДЭК, 1996.
- Левченко Е.В. История интроспекции в России (конец XIX—начало XX в.) // Методология и история психологии. 2007. Т. 2. № 2. С. 54—67.
- Лейбниц Г.В. Сочинения в 4 т. Т. 1. М.: Мысль, 1983а.
- Лейбниц Г.В. Сочинения в 4 т. Т. 2. М.: Мысль, 1983б.
- Леонтьев А.Н. Деятельность Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1977.
- Лосский Н.О. Чувственная, интеллектуальная и мистическая интуиция / Сост. А. Поляков. М.: ТЕРРА-Книжный Клуб; Республика, 1999.
- Мазилов В.А. Методологические проблемы психологии в начале XXI века // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 1. С. 23—34.
- Мазилов В.А. Становление метода психологии: страницы истории (интроспекция) // Методология и история психологии. 2007. Т. 2. № 1. С. 61—85.
- Мазилов В.А. О становлении психологии как самостоятельной науки // Методология и история психологии. 2008. Т. 3. № 2. С. 7—24.
- Мамардашвили М.К. Картезианские размышления. М.: Прогресс, 1993.
- Мамардашвили М.К. Лекции по античной философии / Под ред. Ю.П. Сенокосова. М.: Аграф, 1999.
- Митюшин А.А. Апперцепция // Философский энциклопедический словарь. М.: Советская энциклопедия, 1983. С. 32.
- Никандров В.В. Экспериментальная психология: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2003.
- Папуш М.П. Работа с субличностями в гештальт-терапии // Консультативная психология и психотерапия. 1994. № 3. С. 165—186.

Петренко В.Ф. Основы психосемантики. 2-е изд., доп. СПб.: Питер, 2005.

Пиаже Ж. Теория Пиаже // История зарубежной психологии. 30-е — 60-е годы XX века. Тексты / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992. С. 232—292.

Платон. Федон // Платон. Собр. соч.: В 4 т. Т. 2 / Под общ. ред. А.Ф. Loseва, В.Ф. Асмуса, А.А. Тахо-Годи. М.: Мысль, 1993. С. 7—81.

Польстер И. Обитаемый человек: терапевтическое исследование личности. М.: Класс, 1999.

Розен Г.Я. Интроспекция (современное состояние проблемы) // Зарубежные исследования по психологии познания: Сб. аналитических обзоров. М.: ИНИОН АН СССР, 1977. С. 215—234.

Розин В.М. Методологические соображения о путях преодоления кризиса в современной психологии // Кентавр. Методологический и игротехнический альманах. 1994. № 1. С. 37—43.

Россохин А.В. Психология рефлексии измененных состояний сознания: Автореф. дисс. ... докт. психол. наук. М., 2009.

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1998.

Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности (к философским основам современной педагогики) // Вопросы психологии. 1986. № 4. С. 101—108.

Свами Вивекананда. Раджа-йога. М.: АСТ, 2004.

Трунов Д.Г. Дискуссия о «гносеологических ограничениях» рефлексии // Вестн. Пермского ун-та. Сер. Философия. Психология. Социология. 2010. № 4. С. 40—51.

Хант Г.Т. О природе сознания: с когнитивной, феноменологической и трансперсональной точек зрения. М.: АСТ и др., 2004.

Чуприкова Н.И. Интроспекция и явления сознания в системе естественнонаучной психологии // Вопросы психологии. 2010. № 2. С. 3—20.

Шиленкова Н.А. Метод интроспекции в познании внутреннего мира психолога: Дисс. ... канд. психол. наук. Пермь, 2003.

Яновский М.И. Место метода самонаблюдения (интроспекции) в психологии // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 91—96.

Bühler K. Die Krise der Psychologie. Jena: Fischer, 1927.

Locke E.A. It's time we brought introspection out of the closet // Perspectives on Psychological Science. 2009. Vol. 4. N 1 (Jan). P. 24—35.

Поступила в редакцию
07.02.15

SELF-OBSERVATION AS A METHOD OF PSYCHOLOGY

*M. I. Yanovsky*¹

¹ *Donetsk National University (DonNU)*

Abstract. In the article an idea is pulled out that cause of absence of unity of psychological science is abandonment from the natural method of psychology - introspection. It becomes firmly established that self-evidence of internal experience at R. Descartes is investigation of coincidence in the introspection of gnoseology and ontology, act of knowledge and act of being. Organic, undistorting character of introspection is educed at understanding of psyche, as apperception (which will realize understanding of psyche as the definitely organized internal work, i.e. psychical determinism) guided by a mechanism. The mechanism of apperception means a presence in the psyche of initial heterogeneity, multiplicity, quasi-poly-subjectness. In this connection the problem of effective introspection is examined as a problem of effective communication of the variety-dimensional, variety-coordinate spheres of psychical apparatus of man, adequate internal transmissions of experience and adequate internal translations.

Key words: self-observation, introspection, apperception, subjectness, poly-subjectness.