

**Цурковський Ярослав.
Інтегральна методика психологічного
дослідження та її теоретичне
обґрунтування: контрольні психічні
процеси та методика їх вивчення
у спортсменів***

Ця праця присвячена проблемам констатуючого психологічного експерименту. Такий експеримент має відношення до діагностичних потреб спортивної практики, оскільки він проводиться для того, щоб встановити психологічні особливості спортсмена в даний час. Поряд з цим ми не відділяли методичних прийомів запропонованого психологічного дослідження від теоретичних постулатів, ...оскільки відставання теоретичної роботи, без сумніву, справляє наслідки на загальний рівень конкретних психологічних досліджень. Через те пропонується методика психологічного вивчення спортсменів впливає зі створеної нами *теорії контрольних психічних процесів*.

У діагностичному вивченні особистості спортсмена психологи переважно використовують методи спостереження та педагогічного експерименту. Лабораторний експеримент для потреб спортивної практики майже не застосовується. Відмова від психологічної апаратури, відхід від будь-яких вимірювань в психології вільного оцінювання досліджуваних осіб, до порівняння спостережуваних явищ виключно з власними переживаннями небезпечні тим, що провадять до суб'єктивізму в психології (психології спорту зокрема). Сама ж відмова від можливості сприяти спортивній практиці шляхом використання лабораторного психологічного експерименту викликана, на наш погляд, хибним духом агностицизму, що відмежовується від... засад пізнаваності психіки, вимі-

* Подаються уривки з видання: Ученые записки Львовского института физической культуры. Выпуск II, 1959. Работа представлена автором на Першій Всесоюзній нараді з психології спорту в Ленінграді 18 січня 1956 р. (Альбертская Р.С., Гавриленко В.Н. Всесоюзное совещание по психологии спорта. «Теория и практика физической культуры». – № 7. 1956. – С.556).

рюваності психічних актів...

Широке застосування в психологічній практиці лабораторного експерименту, як найбільш об'єктивного методу вивчення, може в значній мірі ставати альтернативою проникненню метафізичних умоглядних прийомів.

На жаль, теоретичні установки наукової психології, які орієнтують вітчизняних психологів на особистість і на цілісний підхід до її вивчення, ще не отримали достатнього втілення в експериментальній практиці. Більше того, в констатуючому експерименті здебільшого використовуються суто аналітичні прийоми ізольованого дослідження окремих психічних процесів. В таких обставинах деяким психологам-аналітикам доводиться поділяти віддзеркалюючу діяльність на декілька ізольованих один від одного відображень, підпорядковуючи особистість окремим процесам та властивостям цієї діяльності.

У психологічному експерименті психологи деколи використовують «проби праці», в яких вдаються до імітації конкретної вузькопрофільної діяльності, або наслідування необхідних фізичних рухів. Застосування подібних «проб праці», які розраховані на переваги синтетичного методу аналізу, також сприяє поширенню суб'єктивізму. Такі психологічні методи дослідження – данина абстрактному функціоналізму. Часто забувають те, що будь-який *рефлекторний акт* людського організму на зовнішні впливи є *реакцією усієї його нервової системи*. Для прикладу, якщо на боксера наступає його спортивний супротивник, то перший боксер відповідає на атаку не як відособлена кмітливість, не як відособлена вольова дія, а як *цілісна особистість усією сукупністю психічної діяльності*.

Професор Занков Л.В. (1949 р.) на сторінках журналу «Советская педагогіка» наголошує на вирішальному значенні цілісного дослідження психологічного розвитку свідомості. На його думку, зміна кожного психічного процесу буде вірно інтерпретована, якщо адекватно виявлений загальний контекст розвитку свідомості...

Павлов І. П., досліджуючи умовні рефлекси у тварин, а також спостерігаючи за людьми в лабораторії, або у психіатричних лікарнях, завжди вивчав їх цілісну поведінку.

Цілісний підхід був звичним для Павлова ще й тому, що він розглядав організм та його життєдіяльність в єдності з умовами існування.

Проголосивши принцип єдності аналізу та синтезу другим принципом рефлекторної теорії Павлов І. П. вказував, що усяке протиставлення *аналітичної і синтетичної* діяльності, надавання переваги вивченню одної з них не дає успіху й повної картини про роботу великих півкуль мозку.

Дотримуючись наведених теоретичних настанов, ми в наших пошуках адекватної методики констатуючого експерименту відштовхувались від інтегрального методу психологічного вивчення, який об'єднує як синтетичні, так і аналітичні прийоми на строго об'єктивних засадах. Такий шлях, на нашу думку, скріпить співдружність психології з фізіологією (спорту). Це, водночас, не означає, що психологи повинні буквально наслідувати фізіологічні методи.

Щоб вивчати функціонування процесів відображення вищої нервової діяльності особистості, можна застосувати метод умовних рефлексів нейрофізіології. Однак, на відміну від суто нейродинамічного методу дослідження фізіології великих півкуль головного мозку, доцільно до психології людини застосувати *суспільно-діяльнісний метод* вивчення. Ця точка зору базується на *соціальній детермінованості особистості*, на тому, що психічна діяльність людини виникла і надалі розвивається у процесі діяльності.

У зв'язку з цим при створенні психологічного дослідження спортсменів слід враховувати не лише закономірності вищої нервової діяльності людини, але й *закономірності суспільного розвитку особистості*. Ми вважаємо, що реалізація такої методики може бути з успіхом використана. Це універсальна й нова для усіх досліджуваних складна трудова діяльність узагальнюючого типу, яка вимагає мобілізації різноманітних сторін психічної діяльності й, можливо, у значному обсязі. Зрозумілим є те, що така діяльність виступає в експерименті як своєрідна модель.

Серед різноманітних форм трудової діяльності (зокрема спортивної) особливе місце в методиці експерименту

ми відвели *контрольним діям*. Останні виявились для нас базовими, оскільки *перевірка – невід’ємна завершальна ланка кожної діяльності*.

Оскільки психіка людини формується у процесі діяльності, невід’ємно з нею пов’язаного мовленнєвого спілкування людей, *контрольність, є частиною відображальної діяльності, завершальним когнітивним процесом та атрибутом свідомості особи*. Контрольність як форма психічної діяльності здійснює перевірку відображених образів завдяки практиці, відокремлюючи з її допомогою істинні відображення від хибних.

Перевірка на практиці отримує в процесі людського пізнання характер нової сходинки. Дискусія навколо етапів, моментів процесу пізнання істини, як відомо, завершилась перемогою прихильників триступеневої теорії пізнання... Перевірка практикою є етапом і чуттєвого, і етапом абстрактного пізнання і створює достовірні знання. Отже, перевірка витворених відображень включена в усі форми психічної діяльності людини у формі його контрольних психічних процесів.

Теорія відображення відкриває важливий постулат, згідно якого перевірка людиною на практиці власних відображень забезпечує її владарювання над явищами та законами природи, суспільства та психічної діяльності. *Адекватність схоплення свідомістю істини стає первинною життєвою та суспільною потребою особистості*.

Науковці доводять, що з логічної точки зору доказ не є сам по собі процесом доведення. Для прикладу проф. Асмус В. Ф. зауважує, що доведення є особливою логічною формою, яке виражає логічний результат вже здійсненого процесу доказу. Одночасно він стверджує, що різниця між положенням, яке доводиться, і тезою чітко виявляються саме в доказах, завданням яких є доведення хибності, неправдивості тези. Якщо навіть самі логіки вбачають у доказі якусь особливу логічну форму, то психологія, на нашу думку, тим сміливіше повинна стверджувати, що *логіка доведення викликана саме логічним видом контрольного процесу особистості, а не самим процесом мислення*.

Згідно фізіологічного вчення Павлова нервова система

людини, окрім інших своїх властивостей, є сама себе корегуючою і навіть вдосконалюючою і з причини здатності найтоншого пристосування досягає навіть перетворення подразників постійних збудників гальмівного стану в зонах великих півкуль. Згідно цієї теорії, фізіологічний субстрат контрольних психічних процесів особистості виокремлюється в особливий щабель нервової діяльності, що має спеціалізовані механізми корегування рефлексів, які не відповідають реальності. *Умовний рефлекс втрачає адекватність, якщо він повторюється без підкріплення, тобто якщо після умовного подразника не надходить безумовний подразник.*

Саморегульований характер коригування полягає у тому, що асоціативні пари не підкріплюються дійсністю, якщо вони пов'язались невірною, а якщо їхні зв'язки адекватні то асоціативні пари підкріплюються і закріплюються. Якщо ж умовний подразник не підкріплюється, іншими словами в цих умовах не супроводжується своїм безумовним подразником, то при повторенні він швидко втрачає свій вплив, але тимчасово, поновлюючись самовільно після деякої перерви. Отже, сутність мозкового коригування полягає у відміні такої рефлекторної діяльності, у бездіяльному стані нервових клітин великих півкуль, у відповіді на подразники в цю мить гальмуванням. І завдяки саме тому, що умовний рефлекс постійно корегується, він, поперше, є тимчасовим, по-друге, економиться рефлекторна енергія і, по-третє, здійснюється диференціація, аналіз навколишнього середовища з усіма її елементами та моментами часу...

Враховуючи те, що нейрофізіологічна роль кори великих півкуль за своїм механізмом закриваюча, а за призначенням сигнальна, необхідно розглядати мозкове корегування в цих двох аспектах. Отже, корегування має фізіологічну основу в механізмах довільного роз'єднання нервового імпульсу, закривання нервового шляху неадекватним умовним рефлексам. У вищій центральній станції функція закриваючого механізму полягає не лише у закривання нервових процесів, але й до їх роз'єднання. Це означає, що закриваючий механізм як центральний агент

вищого відділу центральної нервової системи не лише здійснює з'єднання нових і тимчасових зв'язків між зовнішніми явищами та роботою різноманітних органів, але також здійснює їх роз'єднання... Поряд із творенням тимчасового відношення до предмету (явища), організм у вищю мірою потребує також засобів розриву цього відношення, оскільки воно (відношення) більше не є адекватним.

Умови, що впливають на закриття тимчасового шляху, складають внутрішній механізм не дії сигнальних прикмет явищ. Витончене пристосування організму до життя дає про себе знати і у зниканні стереотипності реагування (умовного подразника), коли воно перестає бути вірним сигналом. *Отже, спочатку нервова процедура тимчасово сприяє створенню стереотипу (умовного рефлексу), а згодом його знищує.*

Як стверджував Павлов І. П., безперервне та швидке корегування тимчасових зв'язків для отримання вірного відношення організму до зовнішнього світу необхідне так, як і створення цих зв'язків. Коригуючу роль у життєдіяльності організму виконують за своїм механізмом стримуючі, гальмівні, а за призначенням – негативні умовні рефлекси, що виникають, здебільшого, лише на базі сформованих позитивних умовних рефлексів. Це означає, що *відміна тимчасових зв'язків здійснюється за допомогою гальмування...*

Гальмування кори головного мозку існує поряд із подразненням і постійно його коригує, тобто корегує умовний зв'язок, коли умовний подразник як сигнальний не супроводжується сигнальним подразником. Зрозуміло, що цим гальмуванням безперервно корегується та вдосконалюється сигнальна діяльність великих півкуль. Важливим є те, що корегуюче гальмування зростає, зміцнюється і може тренуватись, вдосконалюватись... Активне гальмування кори головного мозку безперервно підтримує рівновагу організму з навколишнім середовищем за посередності відокремлення нервової діяльності, яка відповідає заданим умовам і моментам від невідповідної нервової діяльності. У цьому і слід вбачати значну біологі-

чну цінність гальмування.

Відповідна взаємодія корегуючої функції усіх трьох інстанцій вищої нервової діяльності (найближчої до кори підкірки з її основним фондом безумовних рефлексів, першої сигнальної системи з конкретними образами та другої сигнальної системи з словесними абстрактними поняттями), що в нормальній людини перебувають в рівновазі, забезпечують високу якість контрольності. В нервовій діяльності людини здійснюється коригування як безумовних, постійних, так і умовних, тимчасових (першосигнальних і другосигнальних) зв'язків.

На першій інстанції автоматичне коригування виконують гальмівні безумовні рефлекси (затримуючі інстинкти), що виявляють себе миттєво, будучи готовими, стереотипами, і зупиняють певну діяльність в процесі врівноваження організму з навколишніми умовами. Сфера гальмівних, зупиняючих безумовних рефлексів (інстинктів) при сильних, а також при нетипових, хоча й слабких стимулах, на думку Павлова І. П., ще недостатньо вивчена та оцінена...

До контрольних процесів має пряме відношення тенденція... до постійної переробки наявних динамічних стереотипів, до подолання системності, стереотипії в роботі кори відповідно до мінливих умов існування. Завдяки такій перетворюючій тенденції у роботі кори півкулою головного мозку організм приводиться у відповідність з дійсним станом справ. Призупинення дії цієї корегуючої функції вищої нервово-психічної діяльності тягне за собою безповоротне розбалансування процесів відображення (вносить аберації в адекватність відображення реальності).

З огляду на це, можемо зробити наступний висновок. Якщо ми бажаємо узгодити психологічні поняття з рефлексорною теорією Павлова, то контрольні процеси слід розглядати як своєрідні психічні процеси, що мають в психології таке ж обґрунтування, як і інтелектуальні, волевові та емоційні процеси. Поряд з цим їх не можна розглядати як надпсихологічні явища, оскільки їх нейрофізіологічні механізми – коригуючі функції, як невід'ємні явища психіки, є в межах вищої нервової діяльно-

сті. Ми вбачаємо в контрольних психічних процесах найбільш досконалу функцію врівноваження соціальної та біологічної життєдіяльності особистості з чинниками навколишнього світу. Саме індивідуальна та суспільно-історична практика, за допомогою контрольних процесів, перманентно корегує усю психічну діяльність, робить її адекватною до обставин.

В інтелектуальній сфері контрольність проявляється у виявленні з допомогою досвіду хибних понять, суджень, умовиводів, знань, поглядів, переконань, тобто таких, які не співпадають з істиною. Контрольні психічні процеси гарантують особистості найвищу активізацію свідомості, осмислення усіх ланок її діяльності.

У вольовій сфері контрольність завершує вольовий акт. Вона дозволяє з високим рівнем усвідомлення дати оцінку невірних або ж недостатньо активно виконаних діянь, що суперечать цілеспрямованості особистості в дану мить. Така цілеспрямованість, разом з тим, у певній мірі визначається ідеологічними скеруваннями суспільства. Вольовий контроль особистості усуває недоліки та пробіли у тренуванні та публічній діяльності. Завдяки добре розвинутих якостям контролю та самоконтролю особа здобуває здатність доволіно керувати своїми діями максимально влучно.

В емоційній сфері контрольність є оціночною характеристикою чуттів особистості, що визначається нормами людського співіснування. До емоційної контрольності слід віднести почуття непорозуміння, сумніву, неспокою, тривоги, докорів сумління, антиестетичні почуття та ін.

Щоб вірно визначити контрольні психічні процеси, слід виходити з того, що психічна діяльність відображає загальні контури реальності, а окремі психічні процеси – лише певні аспекти цієї реальності. Для прикладу, навик (як складна динамічна система доволіних дій, яка завдяки вправам доведена до стереотипу) – відображає міру засвоєння та спосіб виконання людиною завдання, що повторюється. Контрольні процеси, як заперечуючі процеси в психічній діяльності людини, не лише володіють психологічною природою психічних процесів, але й безперервно

скеровується на неадекватність людських відображень та перетворення реальності. Ця негативна роль контрольних процесів визначається характером їх нейрофізіологічних (коригуючих) функцій, які, будучи гальмівними, завжди скеровуються на призупинення певних рефлекторних дії особистості. Отже, *контрольні психічні процеси є відображенням неадекватності відображень і перетворень особистістю дійсності*. Це контрольне відображення здійснюється на ґрунті індивідуальної та суспільно-історичної практики.

Маючи на увазі типовість рефлекторної природи контрольних психічних процесів, ми вважаємо за можливе розрізнити за інстанціями вищої нервової діяльності наступні основні види контрольності особистості:

- *Неусвідомлена контрольність* (на фізіологічній основі підкіркової системи);
- *Чуттєва контрольність* (на основі першої сигнальної системи);
- *Логічна контрольність* (на основі другої сигнальної системи).

Неусвідомлена контрольність здійснюється за посередності власне неусвідомлюваних психічних процесів, що виникають на базі безумовно-рефлекторного, інстинктивного споглядання; чуттєва контрольність – сукупність психічних процесів, що здійснюються на ґрунті умовно-рефлекторного, асоціативного споглядання; логічна контрольність – з допомогою психічних процесів, що виникають на основі тимчасових зв'язків, асоціацій узагальненого та відстороненого плану. У рамках взаємодії сигнальних систем у людини не лише логічна, але й чуттєва контрольність соціально детерміновані.

Ми маємо наукові підстави включити в поняття контрольності як контроль так і самоконтроль. В своїх дослідженнях ми намагались довести, що в психічній діяльності контроль і самоконтроль не виступають розрізнено, а є проявами єдиного психічного процесу.

Найскладнішими, розширеними формами психічної контрольності виступають *критичність і самокритичність*. В критичності та самокритичності виявляється найактивніше, свідоме, перетворююче відношення особи-

стості до навколишнього світу.

Типи контрольності встановлюються згідно співвідношень чуттєвого та логічного контролю та самоконтролю в психічній діяльності відповідно до класифікації специфічних людських типів Павлова. Фізіологічно саме мислительний тип найбільше сприяє розвитку типу логічної контрольності; художній тип – типу чуттєвої контрольності; середній тип – пропорційного (змішаного) типу контрольності.

До перелічених типів контрольності можуть приєднатись і певні риси типу неусвідомлюваної контрольності, згідно принципу взаємодії контрольності усіх інстанцій вищої нервової діяльності...

Для процесів контрольності характерною є тенденція до вторгнення в усі сфери психічної діяльності особистості: по-суті *контрольність завершує дію кожного психічного процесу як його заперечуючий наслідок*. Це створює можливість при її вивченні отримувати загальний огляд людської психічної діяльності. Вказана обставина дозволяє осмислити, чому ж виконання контрольних дій вимагає активної участі різноманітних сторін діяльності людини.

Контрольний заперечуючий наслідок, як певна завершальна дія кожного психічного процесу, скерований на практику у широкому її розумінні. Виникаючи на основі діалогу, консультації з практикою, він, можна припустити, виступає в психічній діяльності як її внутрішнє заперечення, тобто як самозаперечення. Зумовлюючи розвиток психічної діяльності, контрольний заперечуючий наслідок, на нашу думку, проявляється завжди конкретно в даних обставинах.

Розрізняють такі основні *якості контрольності* в людини:

- адекватність;
- конкретність;
- виразність;
- широта охоплення;
- своєчасна оперативність;
- активність;
- тривалість концентрації;

○ осциляція між різними об'єктами.

Високі якості контрольних психічних процесів залежать з одного боку, від взаємозв'язку контролю та самоконтролю, з другої сторони, від взаємодії логічної, чуттєвої і неусвідомлюваної контрольності...

Як засвідчують результати проведених досліджень, суттєвими для психологічної характеристики темпераменту особливостями контрольних психічних процесів людини є саме їх: *сила, врівноваженість, рухливість*.

Сила контрольних процесів полягає в активності, тривалості концентрації та виразності контрольності. Їх *врівноваженість* виявляється в адекватній взаємодії, з одного боку, контролю і самоконтролю, а, з іншого – логічної, чуттєвої та неусвідомлюваної контрольності (тобто контрольності на всіх трьох інстанціях вищої нервової діяльності). Водночас *врівноваженість* контрольних процесів визначається мірою гальмівної здатності, що притаманна абстрактномислительній, вольовій та емоційній контрольності. *Рухливість контрольних процесів* виявляється у своєчасній оперативності та осциляції контрольності між різними об'єктами, у легкості переходу особистості від контролю до самоконтролю і навпаки, у швидкості переключення з логічної контрольності на чуттєву і навпаки.

Так коротко можемо подати теоретичні основи запропонованої нами інтегральної методики діагностичного психологічного експерименту, здійсненого шляхом дослідження контрольних процесів. Цей експеримент, що спирається, з одного боку на контрольні дії досліджуваного, з іншого – на інтегральний спосіб психологічного дослідження, дозволяє виразно виявити контрольні психічні процеси у людини на загальному тлі її психічної діяльності. Ми вважаємо, що, завдяки запропонованій науковій характеристиці основних видів контрольних процесів, як агентів вищих інстанцій нервово-психічної діяльності, можна отримати загальну картину проявлених в експерименті психічних процесів особистості. Отже, ця методика, на нашу думку, дає для психології можливість багатогранного експериментального вивчення індивідуальних психологічних особливостей особистості.