

УДК 159.922

О. Д. Литвиненко

старший викладач кафедри диференціальної і експериментальної психології
Одеський національний університет імені І. І Мечникова

РИТМ ЯК ДИНАМІЧНА СКЛАДОВА ІНТЕГРАЛЬНОЇ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ

У статті був зроблений аналіз літератури щодо вивчення ритмізації психіки як складової інтегральної індивідуальності. Зроблено висновок, що структура інтегральної індивідуальності має високий ступінь динамічності саме завдяки підсистемі ритму психічної діяльності. Основними видами та формами існування одиниць часового порядку психіки є художні, рухові, просторові, космічні, біологічні та психічні ритми.

Ключові слова: інтегральна індивідуальність; художні, рухові, просторові, космічні, біологічні, психічні ритми.

Сучасна психологічна наука має досить розвинене підґрунтя для семантичного наповнення поняття “інтегральна індивідуальність”, яке сходить до наукових розробок Б. Г. Ананьєва [1], С. Л. Рубінштейна [7], В. С. Мерліна [5] та ін.

С. Л. Рубінштейн розглядав сукупність внутрішніх умов як синтез нижчих та вищих специфічних властивостей, які виконують специфічну прстосувальну функцію [7]. Б. Г. Ананьєв як прихильник комплексного підходу до вивчення психіки відмічав, що повністю індивідуальність людини можна зрозуміти тільки у випадку повної представленості всіх характеристик як особистості, і суб'єкта діяльності, і індивіда з повним функціонуванням природних властивостей [1]. Тобто класичний підхід Б. Г. Ананьєва і С. Л. Рубінштейна до розуміння структури і функціонування інтегральної індивідуальності умовно можна назвати “адитивним”, або таким, що базується на характеристиці сукупності, набору або симптомокомплексу властивостей.

В. С. Мерлін, спираючись на основні методологічні положення теорії систем, одним з перших розпочав використовувати в наукових розробках саме термін “інтегральна індивідуальність” [5]. Для нас є дуже важливою дефініція інтегральної індивідуальності, запропонована В. С. Мерліним науковій спільноті. Він визначає її як велику систему, яка саморегулюється, самоорганізовується, та складається з різнопорядкових підсистем дійсності. Ці підсистеми мають три рівні: рівень індивідних властивостей організму (біохімічні, загальносоматичні, нейродинамічні властивості); рівень індивідуальних психічних властивостей (психодинамічні і психічні властивості); рівень соціально-психологічних властивостей (соціальні ролі в групі і колективі, соціальні ролі в соціально-історичних спільнотах).

В цій різнопідпорядкованій системі провідну системоутворюючу функцію, яка узгоджує властивості інтегральної індивідуальності, відіграє індивідуальний стиль діяльності, до якого логічно відноситься динамічна характеристика психіки, зокрема, її темп і ритм.

Пізніше більш сучасна модель інтегральної індивідуальності була запроваджена В. М. Русаловим, який визначав її як систему багатовимірних і багаторівневих зв'язків, що охоплюють всі сукупності умов і стійких чинників індивідуального розвитку людини [8]. Він виділяє в структурі інтегральної індивідуальності два рівні: диференціально-психофізіологічний (нижчий рівень, представлений властивостями організму) та диференціально-психологічний (вищий рівень, який складається з особистісних, індивідних та інших утворень).

Індивідуальна психіка включає традиційні психологічні утворення, які є інтегральними системними якостями: темперамент, інтелект, характер; причому в двох останніх утвореннях виділяється формальний аспект, пов'язаний з біологічними компонентами, і змістовний аспект, який виступає через наочно-сміслові психологічні структури. Формальні властивості розбиваються на два класи: формально-динамічні (силові і енергетичні) і формально-програмні (стратегія поведінки). Як найважливіший момент В. М. Русалов виділяє наявність зв'язків між індивідуальними особливостями. Ритм як складова частина структурно-функціональної характеристики інтегральної індивідуальності виступає не тільки провідною енергетичною підсистемою, але й забезпечує подальшу побудову стратегічних компонентів на більш високому рівні.

У напрямку подальшої модифікації визначення інтегральної індивідуальності та визначення ролі динамічних властивостей психіки в її подальшому становленні можна відмітити дослідження Ш. М. Гойя [цит. за 3], А. О. Осипової [цит. за 3], Ф. М. Шидакової [цит. за 3] та ін.

Структура інтегральної індивідуальності має високий ступінь динамічності саме завдяки другій підсистемі, в яку як динамічна складова входить ритм психічної діяльності

Аналіз наукових першоджерел дозволив нам узагальнити та виділити наступні види і форми існування ритму [4]:

а) **Художні ритми.** Очевидно, що художні ритми в плані їхньої темпоральності є ритмами сприйнятими. Ритми, створювані в поезії і музиці, мають періоди тривалості, які повністю укладаються у певні межі: середня тривалість ритмічних метрів складає 3,2 с, для поетичних рядків середня тривалість складає 2,7 с [4]. Що стосується числа елементів підструктур у музиці, композитор рідко переходить межі 6 тактів, і слухач зазвичай чує одиниці з двох або трьох тактів. У поезії число складів рідко перевищує 12, а кожен рядок розділяється при сприйнятті на дві, три або чотири частини за допомогою наголосів або пауз.

б) **Рухові ритми.** Ритм неможливий без руху, він має рухову природу [4]. Для вивчення законів ритму, за П. Фрессом, використовуються не тільки образи сприйняття, але і аспекти руху [9]. Спочатку потрібно відзначити, що ритми, які сприймаються особливо у мистецтві, створені руховою або

вербальною активністю особистості. Фактично, існує гармонія між ритмами, які створюються, і ритмами, які сприймаються. Ця гармонія виявляє себе особливо в тому факті, що ритми викликають цілком реальну моторну індукцію, яка характеризується періодичністю рухів. Цей феномен спостерігається з найранішого віку [4; 9]. Відчуття ритму, який формується, перш за все виявляє себе в руховій активності дитини. Дитина у віці одного року може обережно погойдуватися, слухаючи ритмічні музичні твори, і навіть дорослим доводиться стримувати спонтанні рухи при слуханні музики. Ця спонтанність виявляється також у труднощах виділення такту, який, наприклад, знаходиться між двома звичайними наголосами, або того, що називають синкопуванням.

Як рух “веде за собою” в ході онтогенезу розвиток будь-якого виду діячої діяльності, так і рухова ритмічність, що виражається в просторово-часовій впорядкованості рухів дитини, обумовлює надалі просторово-часову організацію будь-якого виду її діяльності. Ритм при цьому розглядається інваріантом формоутворювальних процесів, що розвиваються в просторі-часі, тому суть просторового і тимчасового ритмів універсальна, єдина [4]. Ця універсальність і єдність закладені в самих ознаках ритмічних структур — повторі, чергуванні і симетрії, їх формоутворювальній і змістоутворювальній ролі, а також в їхніх проявах у русі, грі, музичній, мовній; образотворчій, конструктивній діяльності. Ритм, як відзначає Л. С. Меднікова, це особлива форма організації руху або діяльності в часі і просторі [4]. Тобто просторово-часова організація рухів і діяльності багато в чому визначається рівнем сформованості ритмічної здатності (відчуття ритму). В той же час, ритмічна здатність виступає засобом просторово-часової організації рухів, діяльності і поведінки дитини. Відчуття ритму може розглядатися як орієнтовна основа побудови рухів, різних видів діяльності дитини.

Крім того, в експериментальній психології відмічено, що індивідові зазвичай потрібна велика практика для відбивання двох різних ритмів різними руками, щоб створити поліритм. Моторна індукція і синхронізація додають ритмам якості, яка відрізняє їх від тих, що просто сприймаються. М'язово-звукова гармонія викликає емоційні реакції, характерні для сприйняття ритму. Крім того, спонтанна синхронізація робить поправку на соціалізацію ритмічної діяльності, яка має місце в танцях, оркестровій музиці і хоровому співі [3; 4].

в) **Просторові ритми.** Про просторові ритми в науці відомо значно менше, ніж про слухові (частіше за все форма або пропорція існують традиційно у тривимірному контексті). Коли розглядаються тільки лінійні послідовності, помітно, що вони часто уподібнюються ритмічним структурам з регулярними повтореннями ідентичних елементів, як засаджена деревами алея, або утворені повторенням вторинних або навіть третинних структур з регулярними проміжками між угрупованнями [4].

г) **Космічні ритми** відомі нам за подіями, що відбуваються з часом незалежно від наших дій, такі як сезонний ритм (зміна пір року), місячний ритм, такий, що впливає на приливи і відливи, і особливо добовий ритм

(зміна дня і ночі), який в значній мірі відбивається на нашому повсякденному житті. Зі всіх ритмічних дій, які поступають з Космосу на Землю, найбільш сильною є дія випромінювання Сонця, що ритмічно змінюється. В результаті спалахів, які виникають на Сонці, змінюється загальна сонячна активність, що має періоди максимуму і мінімуму.

Численні дослідження, проведені вітчизняними і зарубіжними вченими, показали, що під час найбільшої активності Сонця виникає різке погіршення стану хворих, які страждають на гіпертонію, атеросклероз і інфаркт міокарду. За даними Н. О. Агаджанян [2], В. В. Макарова [цит. за 3], Г. П. Малахова [цит. за 3], Н. І. Моїсєєва [6] та ін. в цей період часу відбуваються порушення функціонального стану ЦНС, виникають спазми кровоносних судин.

д) **Біологічні ритми.** Процеси зростання, розвитку організму мають ритмічний характер. Більшість процесів, що відбуваються в організмі, синхронізовані з періодичними сонячно-місячно-земними, а також космічними впливами. Ритмічним змінам можуть бути схильні різні показники структур біологічних об'єктів: орієнтація молекул, третинна молекулярна структура, тип кристалізації, форма зростання, концентрація іонів тощо. Біологічні ритми визнані найважливішим механізмом регуляції функцій організму, що забезпечує гомеостаз, динамічну рівновагу і процеси адаптації в біологічних системах. Встановлено, що біологічні ритми, з одного боку, мають ендогенну природу і генетичну регуляцію, а з іншого, їхнє здійснення тісно пов'язане з модифікуючим чинником зовнішнього середовища, так званих датчиків часу [4]. Екзогенні ритми регулюються зовнішніми чинниками, а ендогенні часто уподібнюють коливанням (автоколиванням) в активних системах, тобто в системах, коливання в яких при постійному надходженні енергії продовжуються не затухаючи. Ці ритми задаються "внутрішніми годинами" або водіями ритму [10]. Відрізнити ендогенні ритми від екзогенних можна експериментальним шляхом. Для цього проводять досліди за постійних умов зовнішнього середовища: температури, освітлення, вологості, атмосферному тиску тощо. Важливо відмітити, що основна ознака ендогенних ритмів полягає в тому, що їх періодичність близька до добової, але трохи від неї відрізняється [10].

Якщо розглядати тільки людський організм, то майже всі наші тілесні ритми узгоджуються з функціонуванням різних систем, періодичність яких є ендогенною, але вони можуть грати роль синхронізатора, коли один з них виявляється пов'язаним з іншим. Безумовно, нічний ритм є базовим. Проте, люди можуть тимчасово порушувати межі нічного ритму, якщо вони живуть в штучно створених умовах. У цих випадках циркадний (добовий) ритм відрізняється від своєї природної тривалості, будучи трохи довшим за 24 години. Порівняльний аналіз результатів багатьох досліджень, проведений Б. Й. Цукановим [10], показав, що природа деяких тимчасових помилок біологічних ритмів у тварин і людини обумовлена особливостями ходу їхнього власного (біологічного) годинника. П. Фресс вважав, що механізм біологічного годинника людини знаходиться в головному мозку,

але “заводиться” цей годинник завдяки соціальному досвіду людини [9]. Д. Г. Елькін [11] висунув припущення про те, що різні біологічні ритми (серцевий ритм, ритм дихання, ритм неспання і сну) моделюють сприйняття часу, тобто включаються в побудову моделі тривалості, послідовності, ритму подразників, що діють.

е) **Психічні ритми.** Науковій розробці проблеми психічних ритмів та сприйняття часу багато уваги приділяли І. М. Сеченов [цит. за 3], І. П. Павлов [цит. за 3], М. Є. Введенський [цит. за 3]. Вже І. М. Сеченов розумів, що будь-який психічний акт вимагає для свого походження певного часу, тим більшого, чим складнішим є цей психічний акт [цит. за 3]. Особливу роль І. М. Сеченов відводив м'язовому скороченню як важливому джерелу сприйняття часу. Він вказував, що скорочення м'язів “відлічує” ритмічні періоди активної роботи. На думку І. П. Павлова, найважливішим зі всіх внутрішніх аналізаторів є саме руховий аналізатор, який у фізіології добового ритму займає особливе місце, забезпечуючи відлік часу і завоювання простору. Відлік часу у людини і вищих тварин, як показав у своїх класичних дослідженнях І. П. Павлов [цит. за 3], здійснюється вищими відділами головного мозку. Д. Г. Елькін [11] вважав час об'єктивним подразником і не сумнівався в тому, що людина його сприймає так само як простір, форму, розмір об'єктів. Слід зазначити, що в цьому своєму припущенні він був не самотній. Такої ж точки зору дотримувалися І. П. Павлов [цит. за 3], П. Фресс [9], П. К. Анохін [цит. за 6] та ін., вважаючи час об'єктивним подразником.

Узагальнюючи існуючі погляди на природу психічних ритмів, Б. Й. Цуканов відмічає, що час як такий, хоча і є властивістю матерії, не має наочної дійсності. Отже, він не може мати й відповідного рецептору. З тієї ж причини, на думку автора, шукати механізм сприйняття часу у фізіологічних процесах неправомірно [10].

Досліджуючи проблему психічних ритмів, П. Фресс поставив на порядок денний експериментальної психології питання погодження часу, в якому існує психіка з часом-об'єктом [9]. Він вважав цей напрямок досліджень найважливішим у вивченні пристосування людини до часу. У рішенні цього питання П. Фресс спирався на тезу А. П'єрона, про те, що до проблем психології часу треба підходити, знаходячись “на об'єктивному ґрунті аналізу поведінки людини по відношенню до часу” [9]. Важливішим завданням проблеми психічних ритмів є знаходження стимулів, що визначають нашу поведінку у відношенні до часу [178]. Такими стимулами П. Фресс вважав схильність людини до численних змін, виділяючи при цьому зовнішні зміни (об'єктивний час) і внутрішні зміни (суб'єктивний час), які людина сприймає по-різному [9]. Таке розділення часу на два ряди змін надалі зіграло певну роль в дослідженнях П. Фресса. Він так і не зміг знайти механізм узгодження між ними і, з неминучістю, прийшов, з одного боку, до того, “що поняття часу є побудова людського розуму” [9]. З іншого боку, П. Фресс вважав, що в основі оцінок часу лежать внутрішні зміни, пов'язані з механізмом біологічного годинника, єдиного для тварин і людини [9].

Висновки

Аналіз наукових першоджерел дозволяє нам припустити, що в сучасній психологічній науці пошук структурних одиниць та поєднання поглядів щодо цілісної природи психічного, незважаючи на широку представленість у теоретичних та емпіричних дослідженнях, стикається зі значними труднощами, які об'єктивно залежать від надскладної психічної реальності, яку важко охопити будь-якою однією науковою схемою (в першу чергу це стосується осередку або одиниці аналізу психіки та психічного взагалі). Такою одиницею аналізу психіки вважали вищі психічні функції, суб'єктивність, "вчинок" та "післядійові" компоненти вчинку тощо. Ми акцентуємо увагу на внутрішніх точках відліку в психіці людини, оскільки темп і ритм моторики є властивостями психіки, які відносяться до темпераменту та забезпечують стійкість проявів.

У напрямку подальшої модифікації визначення ритмічної структури психіки та визначення ролі її динамічних властивостей у подальшому становленні в сучасній психології використовується поняття інтегральної індивідуальності, яка визначається як велика система, яка саморегулюється, самоорганізується та складається з різнопорядкових підсистем дійсності. В цій різнопідпорядкованій системі провідну системостворюючу функцію, яка узгоджує основні властивості, відіграє індивідуальний стиль діяльності, до якого відноситься динамічна характеристика психіки, зокрема, її темп і ритм. Структура інтегральної індивідуальності має високій ступінь динамічності саме завдяки підсистемі ритму психічної діяльності. Основними видами та формами існування одиниць часового порядку психіки є художні, рухові, просторові, космічні, біологічні та психічні ритми.

Література

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. — СПб.: Питер, 2001. — 263 с. — (Першотвір).
2. Агаджанян Н. А. Биоритмы, спорт, здоровье / Н. А. Агаджанян, Н. Н. Шабатура. — М.: Мысль, 1989. — 134 с.
3. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2004. — 701 с.
4. Медникова Л. С. Развитие пространственно-временной организации деятельности дошкольников с интеллектуальной недостаточностью: Дис. ... доктора психологических наук: 19.00.10 / Людмила Сергеевна Медникова. — Санкт-Петербург, 2004. — 444 с.
5. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. — М.: Наука, 1986. — 187 с. — (Першотвір).
6. Моисеева Н. И. Временная среда и биологические ритмы / Н. И. Моисеева, В. М. Сысуева. — Л.: Наука, 1981. — 237 с.
7. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: В 2-х т./ С. Л. Рубинштейн. — Т. 1. — М.: Педагогика, 1989. — 448 с. — (Першотвір).
8. Русалов В. М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека / В. М. Русалов // Вопросы психологии. — 1985. — № 1. — С. 19–31.
9. Фресс П. Восприятие и оценка времени // П. Фресс, Ж. Пиаже. Экспериментальная психология / [пер. с англ. В. В. Петренко]. — М.: Прогресс, 1978. — Вып. 6. — С. 88–135.

10. Цуканов Б. И. Время в психике человека / Б. И. Цуканов. — Одесса: Астропринт, 2000. — 245 с.
11. Элькин Д. Г. Восприятие времени / Д. Г. Элькин. — М.: АПН РСФСР, 1962. — 234 с. — (Першотвір).

О. Д. Литвиненко

старший преподаватель
кафедры дифференциальной и экспериментальной психологии
Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова

**РИТМ КАК ДИНАМИЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ИНТЕГРАЛЬНОЙ
ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ**

Резюме

В статье сделан анализ научных исследований ритмизации психики как составляющей интегральной индивидуальности. Сделан вывод, что структура интегральной индивидуальности имеет высокий уровень динамичности именно благодаря подсистеме ритма психической деятельности. Основными видами и формами существования единиц временного порядка психики являются художественные, двигательные, пространственные, космические, биологические и психические ритмы.

Ключевые слова: интегральная индивидуальность; художественные, двигательные, пространственные, космические, биологические, психические ритмы.

O. D. Lytvynenko

senior teacher
The department of differential and experimental psychology
Odessa National University named after I. I. Mechnikov

**THE RHYTHM AS THE DINAMICAL PART OF THE INTEGRATED
INDIVIDUALITY**

Summary

In the article was made an analysis of the learning of rhythmical psyche as the part of the integrated individuality. To summarize, the structure of the integral individuality has a high level of dynamism owing to the subsystem of the rhythm of the psyche activity. The basic kinds and forms of existence of units of the time order of the psyche are the art, impellent, spatial, space, biological and psyche rhythms.

Key words: the integrated individuality; the art, impellent, spatial, space, biological and psyche rhythms.