
ЕРОХОВ Р.А.,

кандидат биологических наук,
докторант, кафедра медицинской
психологии,
Межрегиональная академия
управления персоналом,
г. Киев

КОВАЛЬЧУК Д.В.,

Национальный
педагогический университет
имени М. П. Драгоманова,
г. Киев

ТЕЛЕСНОСТЬ И РЕЧЬ: ЗНАЧЕНИЕ РЕЧИ В РАЗВИТИИ ТЕЛЕСНОГО СОЗНАНИЯ

В статье представлены теоретические обоснования понятий «телесность», «телесная осознанность», «Образ тела». Также рассматривается процесс развития телесного сознания в онтогенезе в парадигме культурно-исторической теории Л.С. Выготского. В статье раскрывается роль и значение речи как знаковой системы в процессе становления телесного сознания.

У статті представлені теоретичні обґрунтування понять «тілесність», «тілесна усвідомленість», «Образ тіла». Також розглядається процес розвитку тілесного свідомості в онтогенезі в парадигмі культурно-історичної теорії Л.С. Виготського. У статті розкривається роль і значення мови як знакової системи в процесі становлення тілесного свідомості.

This article presents the theoretical justification of concepts "corporeal", "bodily awareness", "Body Image." Also seen the development of the body consciousness in ontogeny in the paradigm of cultural-historical theory of LS Vygotsky. The article explains the role and importance of speech as a sign system in the making of the body consciousness.

Телесность является интегральной характеристикой бытия человека, комплексом природных, социальных и культурных качеств, а также определенным способом взаимодействия внутреннего и внешнего жизненных пространств человека, овладевающего в ходе социализации различными языками тела.

Философское осмысление телесности в настоящее время все больше склоняется к тому, чтобы рассматривать ее не как объект, не как сумму органов, а как особый тип целостности человека, имеющий собственную бытийственность и пространственные измерения.

Процессы получения и переработки нервной системой сигналов о состоянии внутренних органов, положении тела и т.д. происходят без участия сознания. Но некоторая часть этой информации может быть легко осознана одной только фокусировкой внимания на физических ощущениях, и именно эту часть информации Л. Моузли включает в понятие телесной осознанности (body awareness) [6]

Переживание себя в теле может быть описано как постоянно существующий, но не всегда осознаваемый горизонт человеческого опыта. Клиницист Л. Моузли, ссылаясь на исследование телесной осознанности В. Мелинга и С. Прайса, рассматривает телесную осознанность как поле, пересекающееся одновременно и с образом тела, и со схемой тела, возникающей за счет интероцепции и проприоцепции. [6]

Основой телесности как психического феномена есть биологическое тело, но сама телесность не может быть отождествлена с ним. Если тело выступает как материальная субстанция, которую возможно объективно измерять, то телесность дана человеку как уникальное явление, которое свидетельствует о его связи с миром и самим собой. Оформленное представление о своем биологическом теле представлено как компонент Образа тела человека. Понятия, категории и ощущения по поводу своего тела формируют определенное соматическое мировоззрение. Такое соматическое мировоззрение в первую очередь характерно для врачей, физиологов, остеопатов, тренеров и др.. Однако, понимание анатомически правильно расположения тех или иных телесных структур и возможность самостоятельно, направляя свое сознание в область дискомфорта, определить диагноз, не говорит о том, что такое отношение к своему телу способствует излечению и налаживанию жизненных ритмов. В данном случае врач или сам субъект будут пытаться вылечить болезнь не человека. Такое лечение привнесет лишь к появлению новых симптомов пока не изменится принципиально подход к пониманию сущности человека. Челок един в своем психическом и телесном бытии. Он его проживает в своем теле и посредством тела непрерывно взаимодействуя со своим внутренним миром и внешним. Формы взаимосвязи человека с миром отражены в его телесности. Представления и ощущения в связи с проживани-

ем своего тесного бытия существуют до сознания и частично отражены и представлены в сознании как часть Образа тела в виде осознаваемой телесности. Таким образом, на наш взгляд, телесное сознание есть оформленное представление субъекта о своей телесности в виде означенных ощущений и представлений. То есть, способность субъекта к отражению в сознании телесных структур возможна в том случае если ощущения и представления находят свой символический окрас. Символизация может происходить как на прямую по средством речи, если субъект способен словесно выразить то что с ним происходит, так и косвенно в виде символа который не имеет прямого отношения к телесному опыту.

Телесная осознанность формируется, развивается и изменяется в процессе жизнедеятельности человека. Структура телесной осознанности по мере развития личности субъекта претерпевает качественные изменения. Постепенное включение всех сторон личности в социально-культурное пространство влияет и на структуру телесной осознанности в том смысле, что те или иные телесные структуры наделяются не просто знаком, а социально и культурно обусловленной функцией – значением. Таким образом, развитие телесной осознанности социально и культурно детерминированный процесс, в котором знаковая система по средством речи и символов определяет значение и функции тех или иных телесных структур. Существуют всеобщие признанные слова и символы которые наделяют тесные структуры определенным значением и функцией, при чем в первом случае значение слова отвечает по содержанию обозначающему, а во втором могут быть значительные расхождения. На пример, существуют выражения «рукой подать (недалеко), не видеть дальше своего носа (не обладать прозорливостью)». В процессе развития телесного сознания символ выступает как один из способов коммуницирова-

ния со внешним по отношению к себе миром. В том случае когда мы имеем дело с одной сферой своей жизни в терминах другой, осуществляя таким образом классификацию реальности. Поскольку первой сферой человеческого опыта является собственное тело, в психике присутствуют образно-схематические понятия, которые осознаются как некоторые понятные и хорошо знакомые структуры, выражаются словами в прямом значении исходя из телесного опыта. Затем они применяются к абстрактным понятиям. Называние таких абстрактных сфер и происходит при помощи телесной символики, которая играет роль отсылки к знакомому, всем известному. Однако, такие телесные символы могут формироваться как индивидуальные личностные образования на уровне телесного сознания. Значение индивидуальных телесных символов опосредовано той функцией которой человек наделяет телесную структуру. Наделение функцией происходит за рамками общего процесса социально-культурного развития, однако, подчиняется его законам. Так как, функция держит структуру, то приобретая в своем индивидуальном опыте телесные символы, тело человека способно к изменению своей структуры, на пример: искажение осанки. В этом случае, позвоночник перебирает на себя психическую функцию опоры в контексте определенных жизненных обстоятельств. Таким образом, психическая функция опоры смещается на телесную структуру с дальнейшим ее изменением.

В основе телесной осознанности лежит непрерывный процесс познания субъектом своего психофизического тела. Этот процесс имеет свое выражение на уровне чувств, мыслей, ощущений, образов и знаков речи относящихся к проживанию субъектом своего телесного бытия. [5]

Телесная осознанность формируется в процессе онтогенеза и детерминирована социальными, природ-

ними факторами, которые оказывают влияние на субъекта. Никитин в своей книге «Онтология телесности» указывает на то что, человек не в состоянии воспринимать образ себя и образ своего тела как целостные образования. Субъект способен выделять и определять отдельные фрагменты структуры телесного сознания. [4]

Обращая свое внимание на определенные компоненты, субъект теряет из поля своего восприятия другие, тем самым общий образ себя становится размытым и неопределенным. На пример, смещая фокус своего внимания на внешние детали социального опыта, упускается возможность осознано наблюдать процессы разворачивающиеся в собственном теле. В условиях постоянной необходимости ориентироваться на внешний мир, выполнять социальные роли, поведение человека становится механистичным, стереотипным, самоограничивающим. [5]

Из этого можно сделать вывод о том, что мера включенности и погруженности человека в социум определяет меру отчужденности от своей истинной сущности, своего Я. Само тело встраивается в социальные нормы и с трудом расстается с ними даже в ситуации угрозы саморазрушения. Поскольку субъект не в состоянии удерживать во внимании и адекватно реагировать на разворачивающиеся в его психическом пространстве процессы, символизация на телесном уровне происходит постоянно как часть процесса саморегуляции.

Напомним, что интероцепция, экстероцепция и проприоцепция являются основными механизмами формирования у человека схемы тела как внутренней модели организации тела, куда входят представления о границах, протяженности в пространстве и т.д. Важнейшее отличие схемы тела от образа тела заключается в том, что первая является неосознанным представлением, а второй — осознаваемым конструктом. Телесная осознанность

подпитывается от той же информации, что и схема тела, но, в свою очередь, позволяет образу тела обогатиться за счет феноменологического переживания себя изнутри. [2]

Осознание тела как своего является основой формирования самосознания. Отсутствие понимания принадлежности частей тела к себе – это один из первых симптомов проявления таких психоневрологических нарушений, как аутизм. Ученые из Лондонского университета под руководством Марии Лауры Филипетти считают, что уже с рождения дети могут идентифицировать собственное тело, способны осознавать его. Иными словами, ребенок способен понять, что вот это отражение – он и есть, если отражение или изображение доступно к восприятию. Таким образом, мы приходим к выводу о том, что телесное сознание начинает формироваться с самого рождения, когда еще даже отдельные слова не отражаются в сознании ребенка, то есть в до вербальный период. Телесное сознание есть основа полноценного психического и физического развития ребенка. Процесс развития телесного сознания готовит почву для формирования сознания по средством речи, на основе второй сигнальной системе. С началом речевого развития, когда определенные слова отражаются в сознании ребенка и несут в себе смысловую нагрузку позволяя отражать и воспринимать внешний мир, себя и свое тело, телесное сознание начинает качественно меняться, переходить на новый уровень.

С точки зрения В. Столина, способность осознавать появляется у человека вследствие способности разделять: себя-наблюдателя от себя-наблюдаемого, себя-отдельного от окружающей среды, наблюдаемого фигуры от общего фона. И свое развитие эта способность получает в тот момент, когда младенец начинает осознавать отдельность своего Я от окружающего мира с помощью ощущения своих телесных границ. А. Шмарян утверждал, что

сознание собственного тела является синтезом самовосприятий и служит в качестве механизма отделения «Я» от внешнего мира.

Вначале ребенок не чувствует границ своего тела, и естественно воспринимает окружающее пространство как продолжение себя. Можно сказать, что младенец скорее является одним целым с окружающим миром, а не находится в нем. Ребенок еще не дифференцирует чувства удовольствия и боли. В этот период дискомфорт от тугих пеленок и дискомфорт от колик не различается, как имеющие внешнее или внутреннее происхождение чувства. Но постепенно у младенца появляется схема тела, субъективный образ взаимного расположения частей тела в пространстве, и она становится первым компонентом в структуре самосознания. [5].

В. Жмуров указывает на то, что включение различных частей тела в структуру «Я», который завершается в детстве, идет постепенно и процесс этот движется от центра к периферии. Одни из первых движений, начинается делать младенец - это медленные махи руками и ногами, в положении лежа на спине. Таким образом ребенок становится способен осознать конечность своего тела и свое положение в пространстве. Дифференциация собственного тела от окружающего мира связана с развитием границ и чувство телесного пространства. С началом этого процесса ребенок начинает отделять себя и от других людей. Разного рода движения дают возможность почувствовать отдельные части тела, изучить их возможности, научиться управлять своим телом и подчинять движения произвольному контролю.

Следующим этапом самосознания, о котором говорит В. Столин, является начало ходьбы. В процессе овладения своим телом ребенок осознает, что разные части тела работают вместе и действуют определенным образом. Появляется понимание взаимодействия между различными частями

тела, возможности контроля своих движений и границ тела. Когда ребенок учится ходить, то получает кардинально новый опыт вертикального положения и необходимости удерживать равновесие. [5]

Третий ключевой этап телесного самосознания — формирование Я ребенка, когда он начинает осознавать себя как отдельную личность. Речь, которая до ныне была эгоцентричной, переходит во внутренний план и тогда ребенок способен познавать внешний и внутренний мир через отражение посредством слова тех или иных явлений в своем сознании. Ребенок узнает свое отражение в зеркале, она становится для него интересным и доступным для познания. Он теперь исследуя свое тело, свое отражение в зеркале начинает называть все то, что он видит, чувствует или то на что его внимание обращает взрослый. Таким образом, постепенно накопленный довербальный чувственно-двигательный опыт закрепленный в схеме тела подлежит изучению и проверке через осознанные манипуляции. Теперь слово рука имеет свой образ в сознании и некий чувственный опыт, прописанный в схеме тела. [5]

Феноменология телесности описывается уже не формулой «Я есть тело», а иначе: «У меня есть тело». В образе тела смысловая трансформация выдвигает на первый план функциональную ценность определенных частей тела и сопряженных с ними телесных актов. Это отражено и в характере детского рисунка человека, типичный «головоног» демонстрирует, по выражению Э. Неизвестного, «функциональную деформацию» образа тела. Данному этапу соответствует новый класс телесных действий — подражательные и имитирующие. Значение телесных функций постепенно начинает социализироваться и значение слова определяет функцию. Обозначая отдельные части тела словами параллельно происходит два процесса, с одной стороны ребенка

учат как правильно держать ложку используя руку, а с другой стороны формируется образ основанный на приобретаемом опыте (образ телесного движения). Смысловая нагрузка слова опосредована культурно-историческим становлением общества и определяет функцию структуры к которой применяется слово.

С помощью слова осуществляется переход от чувственного образа первой сигнальной системы к понятию, представлению второй сигнальной системы. То есть когда есть ощущение боли, мы способны осознать это чувство называя его словом и тем самым отражая в своем сознании. Также у нас есть закрепленная реакция на то как нужно реагировать если больно. Все это интегрируется в нейронную связь в которой прописаны определенные двигательные паттерны, которые сформировались в процессе приобретения личного опыта и влияния внешних факторов.

Система символов, используемая человеком, отражает наиболее важные перцептивные и символические структуры в системе коммуникации. Следует при этом заметить, что овладение языком существенно дополняет способность его к восприятию окружающего мира на базе первой сигнальной системы, составляя тем самым ту «чрезвычайную прибавку», о которой говорил И. Павлов.

Таким образом, телесное сознание формируется в парадигме культурно-исторической теории развития ВПФ Л. С. Выготского. В этом смысле, речь передает сформированный культурно-исторический опыт общества наделяя тело и его отдельные части фиксированным значением и функцией. [10]

Понятие телесная осознанность включает в себя аспект социализации телесности, как закономерное становление в онтогенезе механизмов психологической регуляции телесных функций, действий и феноменов. Содержанием этого процесса является освоение знаково-символических

форм регуляции, приобразуя естественные потребности (пить, есть и т. д.), телесные функции (дыхание, реакции боли), либо создающей новые психосоматические феномены (образ тела, образ боли, самочувствие).

В дальнейшем развитии телесного самосознания и социальной интеграции человек использует речь для того что бы свой внутренний план телесного бытия вывести во внешний, доступный для осознания и понимания. Это процесс соответствует новому этапу социализации телесности и связан с возникновением рефлексивного плана сознания, способного трансформировать устоявшиеся и порождать новые смысловые системы

Можно предполагать, что сами организменные системы откликаются на психологическое сопровождение, преобразуются в новые функциональные системы, обязательно включающие в себя психологические звенья их регуляции. Вероятно, чем больше телесная функция имеет выходов в план открытого поведения, тем больше она культурно задана, тем отчетливее ее проявления отрегулированы набором социальных норм. [10]

Все, с чем имеет дело человек, в том числе и его тело, дано ему в культурно преобразованном виде, заключено в определенную исторически и культурно детерминированную перспективу.

С нашей точки зрения, возможность понять механизм развития телесного сощнания по средством речи открывают представления Л. С. Выготского о закономерностях психологического онтогенеза. Слова и символыотражающие телесное бытие человека на уровне сознания развиваются по мере формирования психической функции речи.

Мысль о новом качестве физиологических систем человека, возникающем, так сказать, «сверху», вследствие культурно-исторического становления сознания, может быть отнесена

ко всей телесной сфере человека, обретающей новое качество в ходе его культурного развития. Как и высшие психические функции, она теряет

свой натуральный характер. Конечно, здесь не может быть полной аналогии с процессом формирования ВПФ, но основной принцип (тип развития -

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Алмазова С.Л. Теоретический анализ проблемы изучения образа тела как компонента «Я-концепции» личности //Сборник «Психология телесности: теоретические и практические исследования». – С. 39-45.
2. Варнаховская О., Ткач Т.В. Франсуаза Дольто – детский психоаналитик, шагнувший в «гуцу жизни». // М. «Материалы Международной психоаналитической конференции «Зигмунд Фрейд – основатель новой научной парадигмы: психоанализ в теории и практике», 2006 г.
3. Иванова, В.В. Общие вопросы самосознания личности / В.В. Иванова. – М.:б/и, 1999.-с.
4. Никитин В. Н. Онтология телесности. –М.:Когито-Центр, 2006. – 320с.
5. Столин В.В. Самосознание личности. -М.:Издательство Московского Университета, 1983. - 284 с.
6. Трунов Д. Г. Образ тела и чувство тела – главная оппозиция телесного бытия // Вестн. Бурят. гос. ун-та. Сер. Философия, социология, политология, культурология. - 2009. - Вып. 14. - С. 48-51.
7. Тхостов А. Ш. Психология телесности. М., 2002
8. Черкашина Анна Георгиевна. Образ физического Я в самоотношении девушек 17-18 лет : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 : Самара, 2004 197 с. РГБ ОД, 61:05-19/68
9. Язвинская Е. С. Методологическое и теоретическое обоснование культурно-исторического подхода к изучению телесности // Новости украинской психиатрии. – Киев–Харьков, 2007. – Режим доступа: <http://www.psychiatry.ua/articles/paper257.htm>
10. Fisher, S. (1990). The evolution of psychological concepts about the body. In T. F. Cash & Pruzinsky (Eds), *Body Image: Deveopment, deviance and change* (p. 3-20). New York: Guilford Press. – An excellent historical view of the body image construct from an influential scholar in the field.
11. Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (2nd ed.). East Sussex, UK: Routledge. – Offers an extensive and detailed overview of the field.
12. Moseley GL, Gallace A, & Spence C (2011). Bodily illusions in health and disease: Physiological and clinical perspectives and the concept of a cortical 'body matrix'Neuroscience and biobehavioral reviews PMID:21477616
13. Shontz, F. C. (1990). Body image and physical disability. In T. F. Cash& T. Pruzinsky (Eds), *Body images: Development, deviance, and changes* (p. 149-169). New York: Guilford Press. – Summarizes the history of body image concepts and their applications to physical disabilities.