

ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

БАТУЕВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ

доктор биологических наук, Академик Российской академии образования, профессор Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы

BATUEV A.

doctor of biological sciences, academition Russian Academy of Education, Professor of Saint-Petersburg state institute of psychology and social work

СОЗНАНИЕ И ПОДСОЗНАНИЕ

THE CONSCIOUSNESS AND SUBCONSCIOUSNESS

АННОТАЦИЯ. Психика человека построена на трех взаимосвязанных компонентах: сознании, подсознании и сверхсознании. Сознание кратковременно базируется на элементах, извлеченных из подсознания для удовлетворения доминирующей потребности. Подсознание строится на основе висцеральной информации, сведений из прошлого жизненного опыта и автоматизированных поведенческих актах. Сверхсознание – это начальные этапы любого творческого процесса, именуемые как психические мутации.

ABSTRACT. Psychics of each person is based on three interconnected components: consciousness, subconsciousness and overconsciouness. Cousiousness based short-term on extracted from subconsciousiouness components, which need for dominant requirement. Subconsciouness is built on the ground on the visceral signalization, data from the past life experiments and automatic behavioral acts. Overconsciouness - it is the first step of any creative process named as psychical mutation.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: сознание, подсознание, сверхсознание.

KEYWORDS: consciousness, subconsciousness and overconsciouness.

Вряд ли кто сегодня будет спорить, что одна из главных особенностей человека, отличающая его от всех других представителей животного мира - наличие у него сознания. Однако природа сознания до сих пор остается предметом непрекращающихся дискуссий, в которых принимают участие специалисты самых различных областей знания: физиологи, философы, психологи, историки и другие. Поэтому, приступая к написанию этой статьи, автору пришлось столкнуться с довольно трудной задачей: какое определение термину «сознание» выбрать? Дело в том, что существуют различные толкования этого явления, и каждый специалист вкладывает в него свой смысл. Да и в повседневной жизни мы зачастую используем это слово и его производные в совершенно разных значениях. Так, мы говорим: «потерял сознание», «передовое сознание», «общественное сознание», «у тебя нет сознания» и т.д.

Вот почему, так и не найдя определения, которое можно было бы считать универсальным, и не решившись изобретать собственное, я приведу то определение слову «сознание», которое предложил известный физиолог П.В.Симонов. Он исходил из самого словообразования. Сознание («со-знание»), т.е. знание, которое мы можем передать или получить, сообщить кому-то с помощью слов, предме-

тов науки, искусства, культуры, техники, архитектуры и пр. Иными словами сознание – это знания, накопленные в результате собственного жизненного опыта и опыта предшествующих поколений, которые мы можем передать в закодированной форме (словесной, образной, музыкальной) другим людям. Отсюда следует, что изучать содержание сознания человека мы можем по этим явным признакам его проявления и, прежде всего, по смысловому значению слов.

Огромное воздействие на человека имеет слово, это «сигнал сигналов», как назвал его русский физиолог И.П.Павлов. Недаром один из поэтов написал:

Словом можно убить,
Словом можно спасти,
Словом можно полки за собой повести.
(В.Шефнер)

Слово постоянно сопровождает жизнь человека. Даже войдя в кабинет врача (казалось бы, довольно прозаическое место), мы попадаем под властное влияние слова.

Около тысячи лет назад знаменитый Авиценна, учение которого оказало огромное влияние на развитие медицины во всех странах мира, писал: «Врач для лечения больного человека имеет три

могучих средства - слово, траву и нож». Уже тогда мудрый врач древности ставил на первое место по своей значимости человеческое слово. Метод словесного воздействия на психику больного используется в психотерапии и в настоящее время.

Но не всякое произнесенное врачом слово ценительно. Как и любое другое лечебное средство, слово врача может иметь не только полезное, но и вредное для здоровья больного действие. Известный петербургский психотерапевт П.И.Буль приводит такой пример из своей богатейшей врачебной практики. «Больной М., 46 лет, инженер, мнительный, впечатлительный человек. Узнав о внезапной смерти своего друга от инфаркта миокарда, он забеспокоился о себе самом, стал прислушиваться к работе своего сердца и, наконец, вызвал врача из поликлиники. Осмотрев больного, врач заявил: «Да, батенька, мотор того, требует капитального ремонта! Придется лежать месяц, не меньше! Я предполагаю грудную жабу». А в коридоре, за неплотно закрытой дверью, он давал «последние указания» жене больного, сказав ей, что он предполагает острый инфаркт. После его ухода состояние больного стало резко ухудшаться, возникли тревоги и страх, потеря сна и аппетита. В тяжелом состоянии больному были рекомендованы сеансы гипнотического внушения, и через 30 сеансов мнимый инфаркт был снят, состояние больного улучшилось, он начал заниматься спортом, окреп, стал хорошо спать, боли в сердце исчезли».

Выдающийся русский невролог В.М.Бехтерев говорил: «Если после разговора с врачом больному не становится лучше, то это плохой врач». Значит, прием у врача должен непременно сопровождаться у больного положительными эмоциями. Меньше всего, уповая на лекарственные препараты (которые чаще всего избавляют от следствий заболевания, а не от его причины), больные, уходя от врача, серьезно относятся к его рекомендациям по организации общего режима поведения, питания, отдыха, сна и т.д.

Но известно, что существует целая категория явлений, которые не могут быть переведены в форму слов, фраз и сообщены кому-то. За порогом сознания скрыт глубинный пласт неосознаваемых личностью стремлений, влечений, желаний, оказывающих, однако, сильнейшее влияние на жизнь человека. Они могут играть не только положительную роль, будучи, например, скрытыми мотивациями, двигающими творчество художника, ученого или поэта, но и наоборот, могут становиться причиной тяжелых нервно-психических заболеваний. Одним из первых ученых, открывших роль глубинных, неосознаваемых мотивов в регуляции человеческого поведения, был знаменитый австрийский врач и психиатр Зигмунд Фрейд.

Психология подсознательного – одно из величайших интеллектуальных достижений человека - прочно вошла в медицину и биологию. Прозрения Фрейда глубочайшим образом осветили такие области гуманитарного знания, как антропология, литература, религия, философия и эстетика. Западные ученые, рассматривая Фрейда как новатора и открывателя, сравнивали его с Аристотелем, Копер-

ником, Ньютоном, Дарвином. Среди друзей Фрейда были такие выдающиеся люди, как Томас Манн, Теодор Драйзер, Ромен Роллан, Стефан Цвейг, Герберт Уэллс, Альберт Эйнштейн и др. З.Фрейд был первым, кто обратил внимание на существование скрытого от нашего сознания внутреннего мира человека. Он считал, что этот мир оказывает существенное влияние на психику и поведение людей и пытался понять этот мир.

Учение З.Фрейда стало стимулом в развитии разных сфер человеческого знания, неистощимым источником научного и культурного новаторства. Оно стимулировало новый подход ко многим конкретным проблемам науки (поведенческая медицина, нейробиология, психиатрическая эндокринология, этнография, индивид и общество и др.) Но этим его значение не ограничивается. Труды Фрейда дали ключ к пониманию причин живучести многих стереотипов мышления. Фрейд исследовал процессы социализации личности и такие фундаментальные явления, как гуманизм и свобода. Фрейдизм при всех его противоречиях и ошибках дал импульс новым областям знания.

Важно подчеркнуть, что негативное отношение к Фрейду в России до середины 50-х годов, некоторое оживление исследований и вновь двадцатилетний застой серьезно затормозили работы наших ученых в этой области. Фрейда обвиняли в идеалистических трактовках подсознательного, пытались доказывать вред применения психоанализа на практике.

Сила фрейдизма в «будоражении» мысли, в поиске истины, которая не является чем-то застывшим, догматическим. Выздороветь всегда труднее, чем заболеть. Однако для выздоровления, как отдельного человека, так и общества в целом, надо преодолеть внутреннее сопротивление, превозмочь страх, признаться в своих ошибках, понять, откуда они происходят, «вытащить» их на уровень сознания. И не только вытащить, но и понять их природу.

К явлениям подсознания относится и та информация, которая возникает в мозгу в результате непрерывных потоков сигнализации, которые направляются от всей мускулатуры нашего тела и внутренних органов. Это справедливо только в том случае, если все наше «внутреннее хозяйство» функционирует нормально. Но стоит произойти отклонению и возникнуть патологическому процессу эта информация фиксируется сознанием, которое мобилизует все поведение человека на ликвидацию возникшего патологического процесса.

Совершенно самостоятельную категорию явлений подсознания представляет информация, которую мы получаем из книг, лекций, бесед с коллегами и пр.

Представьте, что студент, прослушав курс лекций по какому-либо предмету, готовится сдавать экзамен. Если он внимательно прослушал весь курс, эта большая по объему информация не станет предметом сознания. И у студента возникает некоторая неуверенность в успехе. Однако стоит ему взять экзаменационный билет сознание начинает активно работать с подсознанием и извлекает из него (из

долговременной памяти) те сведения, которые являются адекватными вопросам экзаменационного билета.

Сегодня учение Зигмунда Фрейда требует новых подходов с точки зрения последних достижений биофизического и гуманитарного знания. О некоторых из таких подходов и пойдет речь дальше.

Группа ученых, объединенная чисто научным интересом к психодиагностике и психокоррекции, состоящая из физиков, программистов, врачей, именуется лабораторией психокоррекции Московской медицинской академии (заведующий Игорь Смирнов).

Пациента усаживают перед компьютером, на экране мелькает графика, в наушниках - приятный шумок. Шумок непростой: в нем содержатся вопросы в самую «душу», о главном – семья, работа, деньги, профессия, учеба, наука, секс, политика, алкоголь, криминал и прочее. Датчики вводят в компьютер реакции пациента на эти бесшумные вопросы. Причем ответы идут из подсознания, т.е. пациент сам не подозревает о своих пристрастиях. И когда он уйдет, ученые расшифруют картину его «души», рейтинг его ценностей: что думает о мире и своем месте среди людей, чего хочет, чего боится. Это половина работы - диагноз.

Вторая половина – коррекция: негативные, асоциальные устремления угасить, даже снять, позитивные – усилить. Дали человеку послушать любимого Вивальди, а в музыку заложили не вопросы, а, скажем так, «советы». Пациент их не слышит, но усваивает. И почему-то после сеанса... поступил в вуз, бросил пить, вернулся в семью, перестал воровать (а это было в действительности). Если он душевно болен и агрессивен, то утихает. Если в корне его недуга были семейные конфликты, потрясения в раннем детстве, то они выйдут на экран из глубины подсознания и будут забыты.

Здесь составляют каждому пациенту индивидуальную программу. Игорь Смирнов говорит, что мы занимаемся обычным психоанализом, правда ускоренным с помощью компьютера, субстанция нашей профессии – этика.

В психике человека две области – сознательное и подсознательное - не существуют отдельно и изолированно друг от друга, они теснейшим образом взаимосвязаны и определяют всю неповторимость внутреннего мира человека, его побуждений и переживаний.

Изучение сознательной деятельности человека не представляет особых методических трудностей для исследователя, в то время как при изучении подсознательной области психики он сталкивается с целым рядом трудноразрешимых проблем. Одна из них состоит в том, что поведение человека находится под надежным контролем сознания. Причем во многих случаях сознание выступает не как простой и безучастный «контролер» в этом процессе, а представляет собой активное, «действующее» начало, которое вынуждено выбирать и накладывать вето – запрет на те события и переживания из нашей прошлой сознательной жизни, воспоминания о которых носят для человека травматический характер и могли бы нанести непоправимый вред его

психике, сделать жизнь человека несносной. Таким образом, сознание бдительно стоит на страже нашего здоровья. Под действием особого защитного механизма психики некоторые осознанные нами ранее события и впечатления оказываются «вытесненными», по словам З.Фрейда, в область подсознания и крепко заперты там «под замок».

Многие неосознаваемые человеком переживания и мотивы могут стать причиной нервно-психических расстройств. Поэтому одна из главных задач врача-психиатра – выяснение причин заболевания, т.е. выяснение этих тайно отягощающих больного мыслей, в результате чего и может быть достигнут положительный лечебный эффект. Чаще всего при лечении используется метод гипноза, который ослабляет, а порой и вовсе снимает контроль сознания. С его помощью удается найти следы некогда травмировавших личность событий.

В настоящее время психотерапия добилась значительных результатов в этой области.

Но существуют другие, объективные методы выявления содержания подсознания. Связаны они, прежде всего, с исследованием электрической активности мозга человека. Мозг функционирует благодаря электрической активности нервных элементов, которые могут разряжаться импульсными разрядами в ответ на раздражение рецепторов. Поскольку импульсная активность таких нервных клеток была вызвана каким-то раздражителем, их ответная реакция получила название вызванных потенциалов. Вместе с тем экспериментально установлено, что наряду с вызванной импульсной активностью в различных отделах нервной системы имеется значительное количество нейронов, которые генерируют электрические потенциалы вне явной связи с сигналами об изменении внешней или внутренней среды организма. Это явление в деятельности нейронов получило название «фоно-вая, или спонтанная импульсная активность». Она является отражением непрекращающейся работы мозга. Благодаря наличию различных типов фоновой импульсной активности создаются наиболее оптимальные условия для нормального функционирования нервной системы.

Как же на фоне этой постоянно звучащей мозговой «симфонии» можно различить ту ответную реакцию мозга человека, которую экспериментатор попытался вызвать с помощью искусственно предъявленных раздражителей? Начнем с того, что электрические процессы мозга имеют крайне малую величину. Для того чтобы их зарегистрировать, применяют специальную электронную аппаратуру – усилители. Но эти приборы усиливают всё: и случайные колебания электрических процессов и экспериментально вызванные ответные реакции нейронов. Чтобы отличить одни от других, экспериментатору необходимо несколько десятков раз повторить процедуру опыта, каждый раз предъявляя строго одинаковый набор сигналов. С помощью специальной программы компьютер ослабит случайные, беспорядочные процессы и усилит возникающие в строго определенное время ритмически повторяющиеся вызванные потенциалы. Затем компьютер «накопит» их, усреднит и, наконец, выдаст

графическое изображение результатов на бумаге самописца. Конечно, этот «умный» прибор сообщит нам и все необходимые характеристики вызванных потенциалов: их амплитуду, длительность, скорость нарастания, снижения и т.д. Таким образом, расположив на голове испытуемого несколько мягких электродов, можно зарегистрировать, независимо от его воли и желания, ответные реакции мозга на избранные воздействия. Полученные в результате этого вызванные потенциалы будут разными в зависимости от того, над какими областями мозга располагались электроды.

Ученые задались вопросом: нельзя ли применить этот объективный метод исследования деятельности нашего мозга для изучения тайн бессознательного? Можно ли с его помощью миновать «цензуру» сознания и проникнуть в содержание подсознания? Этой научной проблемой и занимается известный московский психофизиолог Э.А. Костандов в Институте общей и судебной психиатрии им.В.П. Сербского. Уже само название института свидетельствует о том, что среди больных есть люди, совершившие противозаконные действия.

Врачу необходимо оценить, в каком психическом состоянии был больной в момент совершения им противоправного акта, например, убийства. Сами же больные попадают в институт в подавленном психическом состоянии: они молчаливы, избегают контактов с соседями и врачом. В психиатрии такое состояние называется глубокой депрессией.

После выведения такого больного из состояния депрессии посредством специальных фармакологических и психотерапевтических методов исследователь-врач проводит тщательную регистрацию биоэлектрической активности его мозга. Э.А. Костандов применяет для записи вызванных потенциалов мозга самую совершенную компьютерную технику. Процедура эксперимента такова: перед больным размещается световое табло, на котором с помощью ЭВМ могут набираться любые слова. В лаборатории Э.А. Костандова используются комбинации либо кратких односложных слов (например, сад, лук, пень, нож, ров, стол), либо двусложных слов (вода, трава, жена, сено, зола). В любую из этих композиций может быть включено одно (иногда два) слово - табу, по смыслу имеющее отношение к составу преступления.

Процедура предъявления больному слов имеет очень важную особенность: каждое слово на табло появляется только на очень короткое время (не больше 10-15 миллисекунд), значительно меньше по сравнению с тем, которое требуется для обычного осознанного прочтения слова. В данном же случае человек видит на экране табло лишь вспышку света. Смысл этого состоит в том, что если человеку предъявлять слова с такой краткой экспозицией, при которой он не успевает даже осознать их и воспринимает как простые световые вспышки, то такие световые сигналы благополучно минуют «цензуру» сознания и адресуются к подсознанию, или, как называет доктор Э.А. Костандов, к неосознаваемым явлениям психики.

По окончании исследования больного спрашивают, что он успел заметить на табло? Не было ли

чего-либо особенного, что вызвало у него те или иные неприятные психологические переживания? Субъективная оценка больного всегда однозначна: ничего кроме световых вспышек он не видел и никаких неприятных воспоминаний в это время у него не возникало.

А что же показывает объективная регистрация вызванных потенциалов, например, в лобных отделах мозга? На безразличные (индифферентные) слова у больного в лобных долях возникают вызванные потенциалы невысокой амплитуды. По сравнению с ними на слова-табу в тех же отделах мозга появляются вызванные потенциалы с несравненно более высокой амплитудой. Напомним, что больной эти слова воспринимает одинаково – как простые световые вспышки. Значит, сознание не извлекает никакого смысла из этих слов, а неосознаваемая психика оценивает их как эмоционально важные для человека, соответствующие совершенному им криминальному акту.

Итак, минуя «цензуру» сознания, врач-психиатр Э.А. Костандов проникает в сферу неосознаваемых психических явлений человека. Новый метод позволяет изучать подсознание человека, проникать в самые глубокие тайники его психической деятельности.

Совершенно самостоятельную часть подсознания представляет то, что в определенные периоды жизни создавалось через сферу сознания, а затем приобрело автоматический характер и перешло в сферу подсознательного. Сюда относится умение человека ходить, чему в детстве ребенка учили. Сюда же к подсознанию относятся и такие формы человеческой деятельности как моторная речь, письмо, чтение вслух, игра на музыкальных инструментах и другие автоматизированные акты, которые не контролируются сознанием, ибо последнее «занято» содержательной стороной речи, письма, чтения и т.д.

Больше того, надо иметь в виду, что та информация, которая составляет содержание долговременной памяти, тоже относится к сфере подсознательного и используется сознанием только в определенные моменты с целью построения программы целенаправленного двигательного акта.

П.В. Симонов в отдельную группу явлений выделяет сверхсознание, куда он относит интуицию и творчество.

Деятельность сверхсознания (творческой интуиции) обнаруживается в виде первоначальных этапов творчества, которые не контролируются сознанием ни при каких условиях. Неосознаваемость этих этапов представляет защиту рождающихся гипотез («психических мутаций») от консерватизма сознания, от давления ранее накопленного опыта. Сверхсознание всегда ориентировано на удовлетворение доминирующей потребности (по А.А. Ухтомскому), конкретное содержание которой определяет направление «психического мутагенеза». Таким образом, «психические мутации» изначально носят непредсказуемый, но не случайный характер. Следует признать, что в настоящее время эта область психики человека наименее исследована.

Итак, по современным представлениям, психика человека рассматривается как состоящая из трех взаимосвязанных компонентов. Степень их изученности различна, что связано, прежде всего, с недостаточностью методов их исследования. Существенно и то, что долгое время в России психоло-

гия вообще не признавалась как наука. В последние годы интерес к психологии резко возрос, и есть надежда, что в ближайшее время нас ожидает прорыв в этой важной области знания и новые интересные открытия.

-
1. *Батуев А.С.* Высшая нервная деятельность - Высшая школа,1991.
 2. *Батуев А.С.* Загадки и тайны психики. - Дрофа, 2003.
 3. Бессознательное (сборник). - Агентство САГУНА,1994.
 4. *Симонов П.В.* Мотивированный мозг. - Наука,1987.
 5. *Черенкова Л.В., Краснощекова Е.И., Соколова Л.В.* Психофизиология в схемах и комментариях. - Питер,2006.
 6. *Фрейд З.* Психология бессознательного. - Просвещение,1990.