

- Содержание сферы интимных переживаний личности
- Символическая функция сознания как основа развития субъектности
- О возможности понимания эмоционального мира человека

УДК 159. 923

## Содержание сферы интимных переживаний личности

Г. В. Лагонда, кандидат психологических наук, доцент

Е. Н. Голубева, психолог

*В данной статье сфера интимных переживаний человека рассматривается в качестве функционального органа. Авторы описывают структуру, функции, а также последовательность онтогенетического развития изучаемого феномена. Разработанная теоретическая модель подтверждается результатами эмпирического исследования.*

## The Content of the Sphere of Human Intimate Experience

G. Lagonda, PhD in Psychology, Associate Professor

H. Golubieva, Psychologist

*The sphere of human intimate experience is examined in the article as a functional organ. The authors describe the structure, the functions and the succession of ontogenetic development of the phenomenon. The elaborated theoretical model is supported by the results of empirical research.*

Термин «интимность» в настоящее время находит своё применение, главным образом, в популярной (либо научно-популярной) литературе. При этом интимность рассматривается исключительно в контексте интимных отношений, а последние отождествляются с отношениями сексуальными. Такую трактовку понятия, на наш взгляд, нельзя назвать иначе, как узкой.

В современной научной психологической литературе можно отследить возникновение определенного интереса к данному феномену. Некоторые авторы (С. Пэйдж, Дж. Баттон, М. Т. Кузнецов, Л. Б. Шнейдер и др.) предпринимают попытки ввести понятие «интимность» в структуру своих теоретических построений, наполняя его более широким содержанием. Исследователи справедливо отмечают, что интимная сфера человеческого Я занимает важнейшее место в структуре личности индивида. Однако подобные высказывания носят скорее предположительный характер, поскольку не подкрепляются серьезными научными изысканиями.

В данной статье представлены результаты проведенного нами исследования, направленного на выявление содержания и функций интимной сферы личности человека.

### Теоретические основы исследования

Работа со словарями позволила нам сконструировать следующее определение. *Интимная сфера личности* – это тайное, неповторимое, своеобразное содержание психической реальности человека, которое значимо для поддержания жизни и принадлежит только его «Я», скрыто от

посторонних людей, являясь для них невидимым и недоступным.

Опираясь на данное определение, мы пришли к выводу, что в качестве компонентов, оставляющих интимный аспект личности человека, можно и должно рассматривать тайну; феномен лжи; воображение и фантазию; феномен понимания; религиозное чувство; дружеские отношения; любовь и сексуальные отношения. Теоретический анализ этого феноменологического ряда был направлен на описание психологического содержания каждого компонента, фиксацию хронологического возраста, в котором он формируется, а также на определение тех функций, которые сопряжены с процессами, происходящими в интимной сфере личности.

*Фантазии и мечты.* Они действительно представляют собой очень личные, индивидуальные и глубоко сокровенные переживания. Вряд ли найдется много людей, которые согласились бы рассказать о своей заветной мечте или просто поделиться теми мимолетными фантазиями, которые возникают иногда в минуты спокойствия, погружения в себя, отвлечения от действительности. Фантазии – это целый мир, который человек создает для себя одного, куда другие не входят. В этом мире все настолько лично, что его порой не открывают даже очень близким людям. Только иногда, в задушевном разговоре, в атмосфере глубокого доверия к другому, человек может приоткрыть ему тайны своих фантазий.

Среди перечисленных выше феноменов и явлений воображение и фантазия формируются в наиболее раннем возрасте. Первые проявления

воображения можно отметить у детей уже в 2–2,5 года, и связаны они с игровой деятельностью. В дальнейшем способность фантазировать совершенствуется. Особенно бурное ее развитие приходится на школьные годы.

В мире фантазии нет ограничений и рамок. Он полностью скрыт от других, а значит, недоступен внешнему воздействию. Появление у ребенка такой психической способности – представлять воображаемые образы на «внутреннем психическом экране» – «дает ребенку совершенно новые степени свободы. Оно позволяет ему быть чрезвычайно активным и самовластным в удивительном внутреннем мире психики, который начинает у ребенка формироваться» [1, с. 28].

*Тайна (секрет).* Это хранящееся в душе, невидимое и недоступное другому человеку содержание, оберегаемое хозяином. Тайны есть у всех взрослых людей. Вообще, быть взрослым – это значит быть в числе прочего непрозрачным для других людей, иметь право быть закрытым и сохранять внутри себя тайны своей жизни, доверяя их только некоторым. Ребенок в этом плане является противоположностью взрослому. Он очень открыт. У него многое можно выпросить. Тем не менее, первые тайны, или секреты, появляются именно в детском возрасте – приблизительно в 5–8 лет [2]. Первоначально для ребенка свойствами тайны обладает какая-либо вещь: тетрадь, игрушка, коллекция марок и т. п. Ребенок украшает эту вещь, отводит ей особое место в своей комнате. Подобное воздействие на определенную вещь, преобразование ее позволяют ребенку воспринимать ее как свою собственную, лично ему принадлежащую, в некоторой степени как часть его «Я» – тайную часть. Ребенок проецирует на нее частичку своей души. В этой вещи материализованы его сокровенные переживания, сугубо личные душевные ценности. Поэтому-то и открываются эти детские тайны (как, впрочем, и тайны взрослые) только избранным, самым близким – доверенным лицам.

Появление личной тайны становится для ребенка важным моментом, «который позволяет ему прочувствовать свое «Я» как ограниченное, выделенное из окружающего мира вместилище своей внутренней жизни, напрямую недоступное для других людей» [1, с. 85]. В более старшем возрасте тайна составляет основной компонент интимной сферы личности.

*Феномен лжи.* Анализируя его, попробуем избежать оценочных суждений и сосредоточиться на содержательной стороне явления. Солгать – значит сказать что-то, что не соответствует правде, действительности, выдумать; солгать – значит проявить, выразить не те чувства и состояния,

которые испытываешь на самом деле, притвориться. Такое поведение еще называют неискренним.

Феномен лжи можно наблюдать у детей уже в 4–5-летнем возрасте [2]. Практически все мотивы детской лжи (избегание наказания, неловкой ситуации, самозащита и др.) связаны с предотвращением возможного воздействия на разные стороны «Я» (мысли, чувства, возможности), которые представляют интимную сферу личности. Воздействие на них может ущемить свободу, причинить боль и даже разрушить это «Я».

В указанном возрасте поведение ребенка становится многоплановым. Разделяются план реальный и план вымышленный, план предметный и отношенческий. Ребенок уже знает о разных реальностях существования одного и того же предмета (в том числе и собственного «Я»). Это знание дает ему возможность строить свою позицию в отношениях с другими людьми, обозначать свое «Я» для Другого. Ребенок осваивает разные позиции – «пробует себя», пробует быть разным, в том числе и «неправдивым», показывая то, что не соответствует его настоящим чувствам [2]. Ложь помогает скрыть от других (и тем самым защитить от воздействия) переживания, предназначенные только для себя, необходимые для сохранения своей автономности, своего «Я», поддержания жизни. Таким образом, ложь можно рассматривать как способ охраны глубинных пластов своего «Я», средство защиты сферы интимных переживаний.

*Дружба.* В отличие от приятельских, дружеские отношения отличаются эмоциональной глубиной, личностной вовлеченностью и строгой избирательностью. Возникновение первой настоящей дружбы характерно для раннего подросткового возраста. Как известно, для подростка характерен кризис смещения ролей [3], преодоление которого является сложной задачей. Ее решение осложняется тем, что, эмансипируясь от взрослых, ребенок сталкивается с проблемой экзистенциального одиночества. Как правило, именно в это время в жизнь человека входит настоящий Друг.

Дружба – это отношения, в которых можно и нужно быть собой, а не казаться. За счет этого дружеское принятие подтверждает реальность существования «Я» другого человека, его значимость и ценность. Близкий, душевный друг становится главным доверенным лицом, которому открывают сокровенные переживания, отношения с которым строятся на равенстве и понимании. Таким образом, друг воплощает в себе ту силу, энергию, которая необходима для интеграции личности человека, созидания ее целостности.

*Любовь и сексуальные отношения.* Несмотря на многочисленные попытки учёных исследовать

феномен любви, наука по-прежнему находится на допонятийной стадии этого процесса. Однако это не мешает нам осмысливать как отдельные стороны данного феномена, так и его парадоксы.

Рассматривая любовь в контексте гендерных отношений, основным ее парадоксом следует признать примирение двух противоположных по своей сути базовых потребностей человека: стремления быть независимым и уникальным с интенцией к присоединению. Как отмечал Э. Фромм, в любви два существа становятся одним и остаются при этом двумя [4]. Благодаря плодотворному характеру любовных взаимоотношений [4], оба любящих человека получают подтверждение собственной уникальности, ценности и значимости своего Я, пространство и дополнительные степени свободы для личностного роста.

В этом плане есть резон сказать несколько слов и о сексуальной близости. Она, конечно, возможна и без любви. Тем не менее, в обществе с моногамными традициями именно сексуальная близость несёт основную смысловую нагрузку, связанную с подтверждением уникальности любимого человека. Не стоит забывать и о том, что «язык тела» в данном случае обладает несоизмеримо более весомыми экспрессивными возможностями по сравнению с «языком слов».

Если дистанцироваться от положений классического психоанализа, то следует констатировать факт, что первые эротические переживания в жизни человека обычно возникают в возрасте 13–14 лет. Инициация же, согласно исследованиям сексологов, имеет место в 16–17 лет [5].

*Феномен понимания.* Автономность, независимость, а также связанные с ними переживания значимости и уникальности собственной личности являются необходимыми условиями жизни человеческого существа. Однако чтобы воспользоваться всеми этими «сокровищами», человек должен быть в состоянии осмысленно созидать свой жизненный путь. Порождение (постижение) же смыслов является результатом акта понимания. В философской и психологической литературе мы находим многочисленные подтверждения тому, что понимание является глубоко личным, интимным действием. Оно не сводимо к простому запоминанию транслируемой извне информации. Обращаясь к студентам, М. К. Мамардашвили утверждал: «Мир устроен так, что между последним звеном детерминированной цепи обучения и твоей головой – зазор. Нет непрерывного перехода. Знание в твоей голове может вспыхнуть только как личный акт понимания. Только ты можешь понять» [6, с. 59]. Примерно это же имел в виду В. Франкл, когда писал: «Смысл уникален и специфичен потому,

что он должен и может быть реализован именно этим человеком и никем другим. Только тогда он приобретает значимость, удовлетворяющую его собственное стремление к смыслу» [7, с. 244].

Мы затрудняемся ответить на вопрос о том, в каком возрасте манифестирует способность к порождению смысла. В равной мере эти затруднения касаются и следующего феномена.

*Религиозное чувство.* Это личное, живое отношение человека к целеполагающему началу в универсуме, к явлениям, имеющим внепространственную и вневременную природу [8]. Как субъективно-психологическое явление религиозное чувство несет существенную функциональную нагрузку. Благодаря удовлетворению потребностей в безопасности, поддержке, любви и заботе, а также благодаря молитве, выполняющей психотерапевтическую функцию, религиозность способствует сохранению самопринятия, стабильности и целостности личности [9]. Кроме того, религия, будучи нравственной основой, философией жизни человека, становится важнейшим условием его душевного здоровья и духовной зрелости.

Подводя итог теоретическим изысканиям, следует сказать, что все выделенные нами компоненты интимной сферы личности объединены общей функцией. Они способствуют поддержанию интегрированности и чувства идентичности личности, укреплению ее психологической автономности, то есть сохранению Я человека.

#### **Организация эмпирического исследования и обсуждение его результатов**

Поскольку созданная нами теоретическая модель требовала эмпирической проверки, мы решили провести соответствующее исследование. В основу сконструированной нами исследовательской методики легли представления С. Джуарда о самораскрытии. Самораскрытие – это обнаружение перед другим человеком своих сокровенных мыслей и переживаний [10]. Принято выделять три уровня самораскрытия.

Первый из них включает изложение фактической информации о себе. Это наименее интимная информация, которой делятся легко, в том числе и с малознакомыми людьми. Второй уровень сводится к откровенному рассказу о внутренних позициях, отношениях, об эмоционально насыщенных фантазиях, снах, планах на будущее. Такая информация предоставляется достаточно близким людям и друзьям. Самораскрытие данного уровня способствует углублению самопонимания и самосознания личности. Третий (самый глубинный) уровень самораскрытия связан с обнаружением зоны внутренних проблем человека. Сюда относят

переживания, связанные с чувством вины, неуверенности, различными страхами. Такими тайнами делаются лишь с лучшим другом, любимым человеком, психологом или духовником. Подобное самораскрытие зачастую сопровождается катарсисом, а по сему выполняет терапевтическую функцию.

Таким образом, разные интимные переживания человека имеют разную «глубину». Логично предположить при этом, что уровни самораскрытия как раз и отражают уровни интимности тех или иных переживаний. Основываясь на собственных наблюдениях, мы посчитали правомерным наряду с описанными выше выделить еще один уровень интимности. Он содержит те мысли, чувства и желания, которыми человек не делится ни с кем, которые всегда остаются его личной тайной.

Основываясь на работах К. Левина, И. Альтмана, Д. Тейлора при конструировании стимульного материала методики мы прибегли к эгоцентрической модели построения психологического пространства. Перед испытуемым укладывался лист бумаги с четырьмя концентрическими кругами. Внутренний (наименьший) круг обозначал четвертый (самый глубокий) уровень интимности. Соответственно наружный (самый крупный) – первый (самый поверхностный).

Испытуемому предлагались также фишки разных цветов, каждая из которых обозначала определенную категорию интимных переживаний. Этот список был составлен таким образом, чтобы, сохраняя идею работы, быть понятным участнику исследования. Данный перечень включал в себя следующие типы переживаний: религиозные переживания (1); переживания, связанные с утаиванием значимой информации о себе (2); переживания, связанные с постижением новых

Данная методика позволяет, на наш взгляд, исследовать два параметра:

- 1) представления человека о содержании сферы своих интимных переживаний;
- 2) представления о том, какому уровню интимности соответствует каждая категория интимных переживаний.

Соответственно нас интересовали ответы на два вопроса.

1. Действительно ли теоретически выделенные нами категории переживаний являются компонентами интимной сферы личности?

2. Как эти категории переживаний распределяются у людей разных возрастных групп по глубине интимности?

В качестве испытуемых в исследовании приняли участие 95 человек. При обработке первичных результатов они были разделены на три группы: старшие подростки (15–17 лет – 30 человек); испытуемые юношеского возраста (18–22 года – 30 человек); испытуемые периода взросления (23–30 лет – 30 человек).

Количественная обработка первичных данных начиналась с присвоения числа каждой зоне на модели психологического пространства в соответствии со следующим правилом: 0 – фишка расположена за пределами внешнего круга; 1 – фишка расположена во внешнем кольце; 2 – фишка расположена в третьем от центра кольце; 3 – во втором кольце; 4 – фишка находится в центральном круге.

Средние значения уровней интимности девяти категорий переживаний представлены в таблице. Эти категории пронумерованы в соответствии с той последовательностью, с которой они перечислялись выше.

Таблица 1

Средние значения уровней интимности разных категорий переживаний

Возрастные группы	Категории интимных переживаний								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Подростки	2,26	2,95	2,3	2,57	2,28	3,08	3,23	2,92	2,72
Юноши	2,24	2,71	2,2	2,3	2,1	3,06	3,14	2,29	2,5
Взрослые	1,77	2,77	2,19	2,78	2,31	3,13	3,23	2,38	2,67

смыслов (3); переживания саморазвития, само совершенствования (4); переживания, связанные с дружескими отношениями (5); переживания смысла жизни (6); любовные переживания (7); сексуальные переживания (8); фантазии, сны, мечты (9). Согласно инструкции испытуемому давалось задание расположить цветные фишки на модели психологического пространства, исходя из собственных представлений о степени закрытости соответствующей информации для других людей.

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что все выделенные нами феномены и явления можно рассматривать в качестве компонентов интимной сферы личности. При этом разные феномены имеют разную степень закрытости от окружающих (разную глубину интимности). Следует заметить, что испытуемые активно пользовались и внутренним кругом модели, чем подтвердили правомерность выделения нами уровня интимных переживаний, полностью закрытых для других людей.

Для выявления статистически значимых различий в уровнях интимных переживаний у испытуемых разных возрастных групп использовался *t*-критерий Стьюдента. При этом зафиксированы статистически достоверные различия (с уровнем значимости  $p < 0,05$ ) в глубине интимности религиозных переживаний: у подростков и юношей они глубже, чем у взрослых. Скрытость переживаний процесса саморазвития у юношей значимо ниже, нежели у взрослых. Сокровенность фантазий у подростков существенно превышает таковую как у юношей, так и у взрослых.

Тем не менее, обращает на себя внимание наличие большего сходства, нежели различий в содержании и структуре интимной сферы у представителей разных возрастных групп. Наблюдается устойчивость в поуровневом расположении отдельных категорий интимных переживаний во временном плане. Значимость и степень сокровенности выявленных компонентов со временем не претерпевает существенных изменений. Это позволяет говорить о системной организации рассматриваемых компонентов. Данная система имеет устойчивую структуру, подчиняется определенным закономерностям развития и выполняет (об этом речь шла в теоретическом разделе работы) жизненно важные функции. Иными словами сфера интимных переживаний личности обладает всеми основными свойствами функционального органа [8].

Таким образом, личность человека включает в себя в качестве составной части тайное, неповторимое, своеобразное содержание психической реальности, которое значимо для поддержания жизни и принадлежит только его «Я», скрыто от посторонних людей, являясь для них невидимым и недоступным. Эта категория переживаний может быть названа интимной сферой личности. Данная сфера переживаний характеризуется закономерной последовательностью развития. В качестве обяза-

тельных компонентов она включает в себя тайну; феномен лжи; воображение и фантазию; феномен понимания; религиозное чувство; дружеские отношения; любовь и сексуальные отношения. Перечисленные компоненты, будучи объединены системообразующими связями, представляют собой достаточно устойчивую во времени структуру. Интимная сфера личности выполняет функцию поддержания интегрированности и чувства идентичности личности, укрепления ее психологической автономности, то есть сохранения Я человека, как условия его уникальности. Все это даёт основания рассматривать сферу интимных переживаний личности в качестве функционального органа психической реальности человека.

#### Список цитированных источников

1. *Осорина, М. В.* Секретный мир детей в пространстве мира взрослых / М. В. Осорина. – СПб.: Питер, 2000.
2. *Абрамова, Г. С.* Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – М.: Академия, 1997.
3. *Эриксон, Э.* Детство и общество / Э. Эриксон. – СПб.: ЛенАТО АСТ фонд «Университетская книга», 1996.
4. *Фромм, Э.* Искусство любви: исследование природы любви / Э. Фромм. – М.: Знание, 1990.
5. Сексопатология. Справочник / Под ред. Г. С. Васильченко. – М.: «Медицина», 1990.
6. *Мамардашвили, М. К.* Психологическая топология пути / М. К. Мамардашвили. – СПб.: Издательство русского Христианского гуманитарного института, 1997.
7. *Франкл, В.* Доктор и душа / В. Франкл. – СПб.: Ювента, 1997.
8. *Зинченко, В. П.* Человек развивающийся. Очерки российской психологии / В. П. Зинченко, Е. Б. Моргунов. – М.: Тривола, 1994.
9. *Платонов, К. К.* Психология религии. Факты и мысли / К. К. Платонов. – М.: Политиздат, 1967.
10. *Амяга, Н. А.* Самораскрытие и самопредъявление личности в общении / Н. А. Амяга; под общ. ред. В. П. Демкина и Н. В. Серкова // Личность. Общество. Групповые процессы. – М.: Лабиринт, 1991.

*Дата поступления статьи в редакцию: 20.06.2007 г.*