

## ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.91

**О.В. Кочерга,**

доцент кафедри методики та психології дошкільної і початкової освіти  
Інституту післядипломної педагогічної освіти  
Київського університету імені Бориса Грінченка,  
кандидат психологічних наук

### СЕНЗИТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ

Стаття присвячена питанню трактування поняття «сензитивність» у психологічній літературі. Розглянуто визначення понять «чутливість» та «сензитивність». Представлено сензитивність як особливий психофізіологічний стан людини.

**Ключові слова:** синергетика, стан, чутливість, органи, сензитивність, сила, рухливість, урівноваженість.

Сучасний світ зі своїм шаленим прискоренням (інформаційна революція), суттєва зміна екологічних умов існування людини суттєво впливають на стабільність її психічного та фізичного станів. Все частіше стан людини знаходиться на межі її можливостей, тому важливо, щоб внутрішньо і зовнішньо людина відчувала себе стабільно. Але для цього потрібна активна регуляторна функція адаптації до навколишнього середовища та ситуації.

Стан, що внутрішньо спостерігається, — це зафіксоване свідомістю у певний момент часу інтегральне відчуття благополуччя (неблагополуччя), комфорту (дискомфорту) у якихось підсистемах організму або всього організму в цілому. Стан, що зовнішньо спостерігається, — це ступінь благополуччя (неблагополуччя), комфорту (дискомфорту), зумовлений ознаками, що читаються ззовні. Стан людини залежить від рівня чутливості систем організму, а отже, від рівня сензитивності (сенситивності).

Питання сензитивності (сенситивності) в сучасній психологічній науці залишається не до кінця вивченим і має багато різнопланових трактувань. Тому виникає потреба в уточненні певних сторін щодо розуміння цього важливого для психолого-педагогічної науки терміна. Цей термін використовують філософи і педагоги, також його вивченням займалися такі відомі психологи: Б. Ананьев, А. Валлон [2], Л. Виготський, О. Запорожець, Н. Лейтес, О. Леонтьев [6].

Найчастіше сенситивність розглядають як підвищену чутливість до чогось, тоді як чутливість досить часто прирівнюють до сенситивності. У літературі по-різному описують поняття сенситивності (сензитивності), тому зупинимось більш детально на визначенні цих понять.

Сенситивний — у вищому ступені сприятливий, чуттєвий [7]. Сенситивність (від *латин.* sensitivus — чутливий, від *sensus* — відчуття) — психодинамічна властивість особистості, що характеризує її чутливість.

Сензитивність (сензитивність) — характерологічна особливість людини, яка проявляється у підвищеній чутливості до подій, що відбуваються з нею; звичайно супроводжується підвищеною тривожністю, побоюванням нових ситуацій, людей, усякого роду іспитів та ін. Сенситивним людям властиві боязкість, сором'язливість, вразливість, схильність до тривалого переживання минулих або майбутніх подій, почуття власної недостатності (тому може розвинути комплекс неповноцінності), тенденція як до розвитку підвищеної моральної вимогливості до себе, так і до заниженого рівня домагань (може викликати у характері різні акцентуації).

З віком сенситивність може згладжуватися, зокрема завдяки формуванню у процесі виховання і самовиховання уміння долати тривожні ситуації. Сенситивність може бути зумовлена й органічними причинами — спадковістю, ураженнями мозку, а також особливостями виховання, наприклад емоційним відкиданням дитини в родині. Гранично виражена сенситивність — одна з форм психопатії.

У сучасних виданнях подають відомості такого плану: «сензитивний період — період онтогенетичного розвитку, протягом якого організм має підвищену чутливість до певного роду впливів зовнішнього середовища і виявляється, як фізіологічно, так і психологічно, готовим до засвоєння нових форм поведінки і знань».

Сензитивність — міра чутливості до явищ дійсності, що стосуються особистості. Незадоволення потреб, конфлікти, соціальні події в одних людей викликають яскраві реакції, страждання, а інші ставляться до них спокійно, байдуже. Б. Ананьєв вважав, що сензитивність пов'язана з орієнтувальною рефлекторною діяльністю і входить до структури темпераменту [1]. Вважається, що існують не лише окремі різновиди чутливості як потенційні властивості окремих аналізаторів, але й загальний для певної людини спосіб чутливості, що є властивістю сенсорної організації людини загалом. Сензитивність, на думку Б. Ананьєва, — порівняно стійка особливість особистості, в якій виражається тип нервової системи людини і яка відіграє свою роль у здібностях людини до різних видів діяльності.

Сензитивність (*латин.* *sensibilis* — чутливий) визначається найменшою силою зовнішніх впливів, необхідною для виникнення психічної реакції людини, тобто визначає мінімальну силу подразника, що викликає у людини ледве помітне відчуття. Характеризується підвищеною чутливістю людини до подій, які відбуваються з нею і навколо неї. Суб'єктивно виявляється у підвищеній тривожності, страху перед нововведеннями, зустріччю з новими людьми, оволодінням новою діяльністю тощо. Високосензитивні люди є дуже вразливими, сором'язливими, замкнутими, тривожними, їм властива висока вимогливість до себе і занижений рівень домагань, внаслідок чого у них виникає і розвивається комплекс неповноцінності. Під впливом виховання і самовиховання можна успішно долати ситуації, які викликають тривогу. Низькосензитивним особам властиві протилежні риси.

Хоча до питань сензитивності звертались чимало психологів, але у вітчизняній науці існує поки що єдина концепція сензитивних періодів, яка була запропонована Л. Виготським. У подальшому її продовжили розробляти його послідовники. Феномен сензитивності Л. Виготський описував у термінах «чутливість» та «оптимальний термін навчання» і пояснював його певним часовим підвищенням чутливості психіки до зовнішніх впливів внаслідок незавершеності процесів біологічного дозрівання організму дитини. Він наголошував на тому, що після завершення біологічного циклу відповідні функції втрачають високу чутливість до соціальних впливів. Л. Виготський сам вводить розуміння сензитивності як часової категорії, що має «нижні» і «верхні» межі, наголошуючи: «...лише між ними знаходиться оптимальний період навчання» [3, 251].

Доповнюючи думки Л. Виготського з приводу сензитивних періодів розвитку, Б. Ананьєв влучно зазначає: «Подібні оптимуми розвитку дитини неможливо безпосередньо вивести з процесу дозрівання (натуральний ряд) і неможливо пояснити лише майстерністю педагогічного впливу і культурними здобутками дитини (соціальний ряд)» [1]. Вони відносяться до тих переплетень органічного і соціального рядів у цілісному психічному розвитку, про які писав Л. Виготський.

Отже, Л. Виготський тлумачить сензитивність розвитку через взаємодію біологічного і соціального: при незавершеності дозрівання біологічне виявляється найбільш вразливим щодо соціальних впливів, і здійснення останніх достатньо легко «запускає» механізм створення якісно нового утворення, біосоціального за визначенням. Концепція Л. Виготського дає змогу вченим будувати власні уявлення про те, що є періодом стійкого балансу між біологічними і соціальними факторами, які впливають на онтогенез дитини і створюють найбільш сприятливі умови для розвитку певних психічних функцій [3]. Отже, соціальний вплив буде ефективним у випадку наявності біологічних передумов для нього, сумарним показником яких є «неврологічна готовність — момент в житті індивіда, коли досягнений рівень зрілості нервової системи і особливо головного мозку дає можливість ефективно сприймати соціальний вплив і формувати нові психологічні функції» [3, 250]. За даними Лейтеса (1971) і Чудновського (1976), всі етапи дитинства у широкому розумінні цього слова є сензитивними.

Відомий психолог О. Запорожець розглядає поняття сензитивних періодів у широкому сенсі: «У кожному віці дитина виявляється особливо чутливою, сензитивною до певного роду впливів, у зв'язку з чим у неї на даному генетичному ступені, при наявності відповідних соціально-педагогічних умов, найбільш інтенсивно розвиваються певні психічні процеси і якості». Вчений підкреслює, що «кожному віковому періоду притаманна своя вікова чутливість, "сензитивність", у зв'язку з чим навчання деяким знанням і умінням у молодших вікових періодах виявляється іноді більш ефективним, ніж у старших» [4, 263].

У свою чергу Б. Ананьєв підкреслює, що сензитивні періоди, про які говорив Л. Виготський, безсумнівно, існують, насамперед — в аналітичній діяльності мозку. Їх існування передбачав К. Ушинський, який вважав своєчасність навчання (у відповідності з можливістю дитячого розвитку, яка настає) одним з головних принципів дидактики. Сензитивні періоди привертають увагу до вікових змін

як необхідних передумов розвитку. Особливо слід відзначити, що від ступеня вираженості того чи іншого сензитивного періоду, а також від відмінностей у темпі і ритмі вікових змін багато в чому залежить становлення індивідуальних психологічних відмінностей. Головне значення сензитивних періодів полягає у тому, що вони виявляють якісну своєрідність окремих етапів вікового розвитку і свідчать про великі потенції дитинства. Про це мають знати батьки та педагоги і враховувати при навчанні та вихованні дітей.

На думку Н. Лейтеса, для розуміння психічного розвитку дитини першочергове значення мають дані, які нагромаджуються в психології, про вікову чутливість як особливий відгук на оточуюче, яка по-своєму характеризує кожний вік [5, 169]. Різна вікова чутливість у різних періодах дитинства, тимчасове підвищення її рівня і зміна її спрямованості призводять до того, що в роки дозрівання закономірно настають так звані сензитивні періоди, коли виявляються сприятливі умови для розвитку психіки в тих чи інших напрямках. Потім ці можливості поступово або різко слабшають.

Термін «сензитивний період» використовується для позначення відрізка часу, в який певний набір стимулів справляє найбільший вплив на розвиток функції, ніж до і після. Фактично сензитивний (сенситивний) період являє собою період найбільшої пластичності, під час якого структура і функція демонструють свою здібність до модифікованої мінливості у відповідності зі специфікою зовнішніх умов [9].

Про сензитивність дитячих вікових періодів можна говорити як про потенції дитинства, як про своєрідну дитячу обдарованість. Справді, роки вікового розвитку можна розглядати як періоди підвищеної сензитивності, які змінюються, виявляючи більші, а інколи і надзвичайні можливості розвитку психіки у тих чи інших напрямках. Вікові властивості у кожному періоді дитинства, на відміну від зрілості, утворюють структури, які по-своєму сприяють розумовому росту.

Маленька дитина дуже пластична, сенсильна, легко навчається. Вона багато може. Проте підвищення можливостей виховання вимагає суворого врахування вікових психофізіологічних особливостей дитини. Насамперед слід врахувати, що ми маємо справу з підростаючим дитячим мозком, дозрівання якого ще не завершилося, функціональні особливості якого ще не склалися і робота якого ще обмежена. Як не парадоксально звучить, але з огляду на передумови розвитку діти нібито більш обдаровані, ніж дорослі. Але у світлі останніх досліджень роботи мозку за допомогою МРТ (магнітно-резонансного томографа) зафіксовано реальну пластичність мозку дорослої людини. Ці відкриття, зроблені за допомогою сучасних технологій, створюють підґрунтя для переосмислення певних сталих підходів щодо явища підвищеної чутливості. Тож, можливо, сензитивність (сензитивність) не є прерогативою тільки дітей, а може з'являтися і у більш пізньому віці.

Вікові періоди, безперечно, являють собою необхідні стадії розвитку, і неможливо «перестрибнути» через яку-небудь з них. Разом з тим, як відомо, часто мають місце нерівномірності вікового психічного розвитку: його прискорення чи уповільнення, неочікувані підйоми або затримки. Існування сензитивних періодів визнається, проте вони рідко стають предметом психологічних досліджень.

У літературі ми зустрічаємо два дуже близьких за звучанням поняття «сенситивність» та «сензитивність». Близькі ці поняття чи ні? Сенситивність чи сензитивність — що проблемне: переклад чи застосування? Ймовірно, дійсно слід розрізнити поняття *сенситивність* і *сензитивність*. Виходячи з того, що у наукових джерелах досить часто зустрічаються застереження щодо неточності перекладу багатьох інших термінів, можна припустити, що наведені вище терміни і справді мають змістовні відмінності. Для встановлення сказаного та за відсутності достатньої джерельної бази скористаємося інтернет-джерелами [8].

У *першому випадку* сутність поняття визначається так: підвищена чутливість, чутливість при слабкості нервової системи; визначається тим, яка найменша сила зовнішніх впливів необхідна для виникнення якої-небудь психічної реакції людини і яка швидкість виникнення; підвищена чутливість індивіда до подій, що його стосуються, підвищена тривожність, страх перед нововведеннями, акцентуація. У *другому випадку* — гіперсоціалізація, яка виникає тоді, коли суспільство дегуманізує людей через свої форми управління та ієрархічні рівні; схильність до інновацій тощо. Тобто проявляються дві основи змісту: психофізіологічна та соціально-психологічна.

Проаналізувавши низку визначень поняття «сензитивність (сенситивність)» у психолого-педагогічній та філософській літературі, можна констатувати, що воно не вичерпується явищем чутливості нервової системи. *Чутливість (сенситивність)* та *сензитивність* — це терміни, які позначають різні механізми. Чутливість (сенситивність) оперує *механізмом сенсорної інформації*, а сензитивність — *механізмом семантичної інформації*. І це є важливою ознакою їх відмінності.

Між тим ці терміни мають певне семантичне забарвлення, позначаючи різні предмети щодо чутливості нервової системи людини. Отже, чутливість (сенситивність) як термін позначає цю якість насамперед у різних органів до тих чи інших внутрішніх чи зовнішніх подразників, у той час як сензитивність — це чутливість людини до розуміння сфери іншої людини, власних потреб чи суспільних явищ. Таким чином, сензитивність — це темпераментна риса людини, яка вказує на рівень чутливості до оточуючого світу і є виявом її людської природи. Сензитивність притаманна саме людині і характеризує її як особливу соціальну істоту. Стан сензитивності можна охарактеризувати як особливий стан чуття себе та інших і оточуючого світу в цілому. Сензитивність може характеризуватись такими показниками, як сила, рухли-

вість, урівноваженість. Від того, яку конфігурацію вона буде мати, залежатиме якість переробки людиною семантичної інформації. Іншими словами, чи зможе людина вдало позиціонувати себе, не перешкоджаючи іншим та спираючись на власну індивідуальність.

Сензитивність, яка спирається на механізм семантичної інформації, разом з сенситивністю, яка оперує механізмом сенсорної інформації, утворюють синергетичну єдність і, по суті, відкриту систему взаємодії, здатну до самоорганізації та саморозвитку для ефективного забезпечення взаємодії фізичних та психічних систем людини з оточуючим природним та соціальним середовищем.

У подальших дослідженнях питання психологічної сензитивності варто більш детально зупинитись на з'ясуванні періодів сензитивності та сензитивності, знаходженні часових меж їх підйомів та спадів. Періоди «підйому» чутливості можуть тривати за створених умов чи виключно залежать від природного періоду дозрівання фізичної та психічної сфери людини? Чи можна впливати на тривалість підвищеного стану чутливості людини, отже, на її сензитивність та сензитивність? Всі ці питання потребують подальших ретельних розвідок та вивчення.

#### ДЖЕРЕЛА

1. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. — Л., 1969. — 336 с.
2. *Валлон А.* Психическое развитие ребенка / А. Валлон. — СПб. : Питер, 2001. — С. 101—106.
3. *Выготский Л.С.* Проблема возраста / Л.С. Выготский // Собрание соч. : в 6 т. — М., 1984 (6). — Т. 4. — С. 244—269.
4. *Запорожец А.В.* Значение ранних периодов детства для формирования детской личности / А.В. Запорожец // Принципы развития в психологии. — М., 1978. — С. 243—267.
5. *Лейтес Н.С.* К проблеме сензитивных периодов психологического развития / Н.С. Лейтес // Принципы развития в психологии. — М., 1978. — С. 196—211.
6. *Леонтьев А.Н.* Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. — М. : Изд-во МГУ, 1980. — 583 с.
7. Философский энциклопедический словарь. — М. : ИНФРА-М, 1997. — С. 410.
8. [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://meta.ua/>
9. Психология развития / под ред. Т.Д. Марцинковской. — М., 2001. — 350 с.

#### *А. Кочерга.* **Сензитивность как психологическое состояние человека**

*Статья посвящена вопросу трактовки понятия «сензитивность» в психологической литературе. Рассмотрено значение понятий «чувствительность» и «сензитивность». Сензитивность представлена как особое психофизиологическое состояние человека.*

**Ключевые слова:** синергетика, состояние, чувствительность, органы, сензитивность, сила, подвижность, уравновешенность.

#### *О. Kocherha.* **Sensitiveness as a Special Psycho-physiological Human Condition**

*The article is devoted to the issue of interpretation of the concept of sensitiveness in psychological literature. It examines the definitions of the concepts of sensitivity and sensitiveness. It presents sensitiveness as a special psycho-physiological human condition.*

**Key words:** synergetics, condition, sensitivity, organs, sensitiveness, strength, mobility, poise.