



Максименко Л. М.

L. M. Maksymenko

## ФІЗИЧНЕ І ПСИХІЧНЕ В КАТЕГОРІЯХ ВНУТРІШНЬОГО І ЗОВНІШНЬОГО

*У статті розглянуто окремі домінанти тілесних проявів через міміку і жести (фізіогноміка), зв'язок їх із фізичним на основі тіла, яке є «функціональним органом» внутрішнього і зовнішнього; зроблено спробу осмислення їхнього складного взаємозв'язку.*

**Ключові слова:** фізичне, психічне, фізіогноміка, внутрішнє, зовнішнє.

## PHYSICAL AND MENTAL IN CATEGORIES OF INTERNAL AND EXTERNAL

*In the article the separate dominants of corporal displays are considered through mimic and gestures (physiognomy), connection them with internal on the basis of body which is a "functional organ" internal and external; the attempt of understanding of their complex intercommunication is done.*

**Key words:** physical, mental, physiognomy, internal, external.

Фізичне і психічне – фундаментальні категорії філософської антропології, які відтворюють структуру феноменального світу людини, її внутрішнє (дух, душа, свідомість) і зовнішнє (тілесна оболонка). Перші спроби осмислення цих категорій були відомі ще із часів Античності та являються предметом дослідження гуманітарних наук, зокрема психології, соціології, філософії, лінгвістики тощо.

**Мета** – довести, що фізичне існує не об'єктивно, окремо від психічного, а суб'єктивно – тісно взаємопов'язане з внутрішнім, прояви якого відбиваються фізично і психічно.

**Об'єкт дослідження** – зв'язок фізичного і психічного в категоріях внутрішнього і зовнішнього.

**Предмет дослідження** – вплив внутрішнього і зовнішнього на фізичне і психічне людського організму.

**Методи дослідження.** Аналіз науково-методичної літератури проводився з метою теоретичного обґрунтування об'єкту дослідження, а також узагальнення наукових підходів щодо визначення фізичного і психічного в категоріях внутрішнього і зовнішнього.

Як зазначає Ц. Ламонт, розуміння сутнісних сфер буття людини тіло – свідомість – соціальність – культура відкриває доступ до розуміння багатьох явищ людського життя, зокрема, комунікативних, які реалізуються за допомогою певних засобів – знакових систем [5]. Їх поділяють на вербальні та невербальні. Невербальна комунікація відбувається, як правило, неусвідомлено, мимовільно. Здебільшого люди контролюють своє мовлення, але на підставі аналізу їх міміки, жестів, інтонації можна оцінити правильність, щирість мовної інформації.

Н. П. Волкова називає засобами невербальної комунікації: 1) мову тіла: статична експресія – фізіогноміка (експресія обличчя й фігури, зумовлена будовою тіла), артефакти (прикраси, манера одягатися, зачіска, косметика), система запахів (природні, штучні); динамічна експресія – текесика (система дотиків, потиску руки, поплескування), просодика (характеристика голосу, темп, тамбр, висота, гнучкість, наголошування, акцент); екстралінгвістика (використання пауз, сміху тощо), кінесика (комунікативно значущі рухи): виражальні рухи (міміка, жести, пантоміміка, постава,



поза, хода); контакт очей (спрямованість руху, частота контакту, тривалість); авербальні дії (дії з предметами, тілесні рухи – потирання рук т. д.); 2) міжособистісний простір: дистанція; взаємне розміщення під час спілкування; 3) часові характеристики: час спілкування; запізнення; затримка дій [2].

Можна вважати, що невербальні знаки впливають на людей не менше, а інколи й більше, ніж слова. Підвищуючи емоційну значущість інформації, вони сприяють кращому її засвоєнню. Міміка може відповідати характерові мовлення, взаємин: виражати впевненість, радість, захоплення, гнів і т. д. Широкий діапазон почуттів виражають усмішка (посмішка), порухи брів, вираз очей.

Контакт очей (візуальний контакт) виражає ступінь зацікавленості партнером, зосередженості на тому, про що він говорить. З'ясовано, що, розмовляючи, люди дивляться один на одного в середньому 35–50% часу, протягом якого відбувається розмова. Погляд затримується на очах співрозмовника 5–7 с. На нього частіше поглядають, слухаючи, а не тоді, коли говорять самі [1]. Під час контакту погляди спрямовані один на одного переважно для того, щоб побачити реакцію на свої слова. Тривалий погляд мовця, спрямований на співрозмовника, підтверджує сказане. У стосунках із дітьми візуальний контакт виконує функцію емоційного живлення. Відкритий, доброзичливий погляд прямо в очі дитини важливий не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб, емоційного підкріплення. Візуальний контакт є технікою, яку потрібно свідомо розвивати.

Фізіогноміка все більше знаходить собі застосування в сучасному світі, бо допомагає краще сприймати і зрозуміти людину. Проте цілісне й глибоке її сприйняття можливе в діалектиці зовнішнього і внутрішнього, об'єктивного й суб'єктивного. Цю думку можна підсилити, посилаючись на Гегеля, який поділяє свою логіку на об'єктивну, в яку включає вчення про буття і сутність, та на суб'єктивну логіку – вчення про поняття (зовні схожу на традиційну формальну логіку, хоч цей поділ і носить умовний характер). Уся логіка, на його думку, має об'єктивне значення. Кожний об'єкт складається із двох головних властивостей: бути внутрішньо диференційованим, складовим із різних частин, властивостей і бути цілим, єдиним, неподільним під час взаємодії з іншим об'єктом. Усвідомлення факту, що об'єкти внутрішньо диференційовані, а разом з цим – єдині, дає змогу використовувати їх, враховуючи чуттєво не дані властивості для чуттєво даних змін і, навпаки, істина полягає у тому, щоб розуміти їх як єдине ціле [3].

Відштовхуючись від праць Г. Гегеля, В.П. Зінченка та інших науковців, можна казати, що різні реакції тіла – засоби зовнішньої несловесної передачі емоційних станів людини (наприклад, почервоніння, збліднення, зміна ритму дихання та ін.), – слугують засобами обміну інформації між людьми. І власне невербальну комунікацію можна вважати найбільш суб'єктивно-об'єктивно чесною, оскільки відповідь на сприйняту інформацію – мимохідь відображається мімікою. Спроби зробити латентним справжнє ставлення до сприйнятої інформації за «натягнутою» усмішкою можливі, але тіло рефлексивно встигає першим «висловити свою думку» відображаючи, хоча й на мить, справжній вираз. Із усіх «хитрощів» міміки найважче приховати реакцію очей (частота кліпання, рух зіниць, тощо), власне тому професійних гравців у покер, за столом, найчастіше можна бачити у затемнених окулярах.

Тривалі й часто повторювані стани, що йдуть від розуму й емоцій, особливо відображаються на обличчі людини. Обличчя – це слово, говорив А. Піз. Так стверджує і фізіогноміка – та система знань, яка дозволяє визначити тип, особистості людини і її душевні якості (як природжені, так і набуті) виходячи із аналізу характерних особливостей обличчя та його виразів. Фізіогноміка – це своєрідна



експресія обличчя й фігури людини, взята без відношення до виразних рухів та обумовлена самою будовою обличчя, черепа, тулуба, кінцівок, входить у структуру невербальних комунікацій. Із віком людина змінюється, але найголовніші риси залишаються незмінними, а часом ще більше проявляються. Одне тільки перше знайомство може багато що розповісти і, можливо, застерегти від помилок, проте жіночу стать прочитати складніше, оскільки косметика багато що приховує. Але й тут складно «змінити» форму обличчя, очей [4; 7].

«Очі – дзеркало душі» – свідчить мудра стара істина. Виявляється, що по напрямку погляду можна скласти досить точне уявлення про вашого співбесідника. Залежно від того, куди дивиться людина під час розмови, легко можна визначити ступінь її щирості або зацікавленості розмовою, а іноді й прочитати таємниці її думок.

Якщо погляд спрямований прямо в очі, швидше за все людина вкрай зацікавлена обговорюваною темою. Твердий фіксований погляд трактують як однозначну спрямованість до мети («дивиться фактам в очі»), упевненість у собі та своїх діях, високу самосвідомість, усвідомлення своїх сил та можливостей. Якщо співбесідник на мить зустрічається з вами поглядом і тут же переводить його на неістотні об'єкти, це може означати, що він хоче закінчити розмову, яка йому набридла. Якщо погляд прямує вгору, це означає, що розмова викликає стійке роздратування. Погляд, скерований у верхній правий кут свідчить про те, що співбесідник намагається провести якісь асоціації. Якщо ж він намагається уявити те, про що не чув до цього, погляд неодмінно попрямує вліво. Погляд управо і вниз означає, що людина веде активний внутрішній діалог або роздумує про те, як продовжити розмову. Погляд, направлений вліво і вниз припускає спогади, пов'язані з обговорюваною вами темою. Якщо партнер по розмові опускає очі, це явна ознака дискомфорту або збентеження.

Спираючись на особистісні спостереження, можна сказати, що «наповзання» верхньої повіки на середину ока говорить про проникливість та спритність людини. Якщо злегка спадає все віко цілком – велика сексуальна привабливість, але одночасно холодне серце. Верхня повіка, що спадає від середини до кута ока, – песимізм. Загальне провисання нижньої віки у жінок – теплота і жіночність. Набрякла посередині нижня повіка – егоцентричність. Набряклі повіки, як верхні, так і нижні, говорять про втому від життя. При першому погляді на обличчя людини наша увага концентрується на найяскравіші точки – губи або очі. Кажучи «очі» ми узагальнюємо цілу смугу у яку входять і брови, що найяскравіше виражають міміку. У чоловіків брови читаються легко, у жінок – важко, оскільки майже у всіх жінок брови піддавалися косметичній обробці.

Під час зчитування інформації із брів діє одне правило: чим брови товщі й жорсткіші, тим непоступливіший і впертіший характер людини. Тонкий зовнішній кінець говорить про благородство; широкий кінець, що піднімається вгору, – мужність і заповзятливість, але в той же час схильність до жорсткості. Довгі, витончені брови говорять про спокій, консерватизм. Елегантна лінія брів довша за око – про інтелект. Коротенька і тонка брова – людина веде самотню боротьбу за життя і своє місце в ньому. Короткі й грубі брови – влюблива натура, схильність до частоті зміни кар'єри. Якщо ж брови майже невидимі – хитрість. Короткі й густі брови – незалежність, але й агресивність, запальність. Короткі, грубі та густі брови – злість. «Мова тіла», стверджував А. Піз, більш множинна, ніж мова слів. Лише деякі слова мають більше трьох-чотирьох значень, тіло ж «множинне», так як має набагато більше видимих і прихованих властивостей, якими пов'язане із зовнішнім оточенням [4].



Мова зовнішня – сукупність звукових сигналів, письмових знаків та символів (слів), за допомогою яких людина отримує, перероблює, зберігає та передає інформацію. Вона виявляє себе в конкретних актах мовлення, тобто у процесах висловлення власних думок, почуттів, настрої.

Любляча мати дарує своєму немовляті любов, турботу, душу і Слово. Вона безперервно коментує як всі його життєві та поведінкові акти, так і свої власні дії, пов'язані з турботою про нього. Її слова, разом із їх смислами і значеннями, проникають у рухи, жести, пізніше в образи і дії і, навіть, у душу немовляти. Слово поступово і непомітно для оточуючих становиться їх внутрішньою формою. Раптово виявляється, що дитина задовго до того, як починає говорити, багато чого розуміє. Гуління і лепет становляться все більше диференційованими й осмисленими, у них починають чути фонему рідної мови, які відіграють надзвичайно важливу роль для подальшого формування комунікаційних здібностей мовлення [4].

Якість мовлення залежить від сили, витривалості, гнучкості голосу. Силу голосу визначає не крик, не гучне виголошування фрази, а внутрішнє емоційне наповнення. Можна голосно, на високій ноті висловлювати думку, але вона залишається слабкою, «порожньою», бо не підкріплена силою емоцій. Витривалість голосу – це такий його стан, коли тривала мовленнєва діяльність людини не призводить до його ослаблення чи захворювання. Гнучкість голосу передбачає охоплення максимального діапазону звучання – від низьких до високих звуків і тонів. Ці характеристики визначаються в залежності від конкретної ситуації.

Н. П. Волкова акцентувала, що спілкування може призвести до негативного результату, якщо в його процесі виникає почуття образи, ворожості, відчуження. Найчастіше його спричиняють: відмінності між вербальним і тілесним, зовнішнім і внутрішнім. Спеціалісти стверджують, що тільки 7% інформації містить зміст сказаного, 55% інформації передається на невербальному рівні (мімікою, жестами), 38% інформації – якісними характеристиками голосу (висота тону, тембр). У процесі спілкування невербальні засоби реалізуються поза контролем свідомості, імпульсивно. Тому під час взаємодії слід зважати на свої засоби і манеру спілкування, своєчасно виправляти помилки та розбіжності [1].

В.П. Зінченко теж зазначав, що динаміка внутрішнього не завжди співпадає з динамікою зовнішнього, так і остання часто від неї відстає. Внутрішнє і зовнішнє – це не окремі частини, із яких складається людина: вона єдина, індивід, неділима. Проте емпірично, звісно, вірно розрізняти в людині, в символі, слові – зовнішнє і внутрішнє. Антропологія постійно стикається із тим, що фізичне – зрадливе, а психічне – таємниче. Навіть коли таємниця відкривається, відразу починає турбувати питання про її розгадку. Різке протиставлення зовнішнього і внутрішнього і його абсолютизація ведуть науку в глухий кут [4].

Якщо задуматися, відкинути скептичне відношення, і терпляче проаналізувати можливу точність і практичну значимість двох категорій – внутрішнього та зовнішнього, то дуже часто науковий підхід виглядає більш суперечливим і менш переконливим, ніж живе підтвердження спостережень. У сучасному світі комунікація є одним із найважливіших аспектів людського життя. Вміння зрозуміти з якою людиною спілкуєшся і чи щирими є висловлені думки, для сучасного бізнес-світу є життєвою необхідністю. Спроби «прочитати» людину були поширені у торгівлі ще Київської Русі, і набуті знання можуть допомогти нам і сьогодні. Природне вміння «читати» людину за її мімікою і жестами можна назвати інтуїцією, а можна звернутись до древньої науки.



Фізіогноміка, як область знань людства, знаходиться скоріше посередині між строгою науковою концепцією, заснованою на вивченні поведінкових реакцій людини та емпіричним досвідом, зібраним і переданим протягом тривалого проміжку часу. Іншими словами можна сказати те, що зовнішність може розкрити внутрішній світ людини, тобто форма допомагає розкрити зміст, а «людина – це цілісна жива форма, а не множення, не сума зовнішнього (тіла) і внутрішнього (душі, тіла, психіки, свідомості тощо). Ця жива форма складна, вона представляє собою *форму форм* чи метаформу, здатну до диференціації і генерації нових форм» [4].

Отже, фізичне зароджується всередині, а психічне – зовні. Це не лише знайомі нам акти інтеріоризації та екстеріоризації, оскільки в обох випадках маємо справу з народженням, стражданнями тощо, але й удосконаленням зовнішнього і збагаченням внутрішнього [4]. Проте досконале зовнішнє і багате внутрішнє дуже часто виявляються непосильною задачею впродовж всього життя. Не випадково у період постмодерну тілесне і вербальне стали найактуальнішими категоріями антропології у західній філософській думці, на основі чого до кінця XX ст. виникла «філософія нової тілесності», яку освоювати, вивчають, досліджують наші вітчизняні філософи. До понять тілесного і вербального все частіше звертаються гуманітарні науки, які досліджують тіло людини в різних соціокультурних проявах, отримані пріоритетні здобутки використовують у своїй практичній діяльності й активно протистоять тій бінарній опозиції, яка частково ще збереглася з епохи Нового часу.

#### Література:

1. Айламазьян А.М., Князева Т.С. Связь моторики человека с его личностными характеристиками. *Вопросы философии*. 2008. №2. С. 62 – 73.
2. Волкова Н.П. Педагогіка: Посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Видавничий центр «Академія», 2001. 576 с.
3. Гегель Г. Энциклопедия философских наук. М.: Государственное издательство, 1930. Т. 1. 368 с.
4. Зинченко В.П. Тело как слово, образ и действие. *Человек*. 2010. № 2. С. 34 – 47.
7. Пиз А. Язык телодвижений: Как читать мысли других людей по их жестам. Нижний Новгород: Ай Кью, 1992. 262 с
8. Прудюс С.Д. Информационный аспект сознания. *Человек*. 2010. №4. С. 167 – 180.
9. Lamont C. The philosophy of humanism. New York: Amnest 1997. 302 p.