

1.1.1. Интроспекция

В психологии, пожалуй, нет другого столь же известного и столь же дискредитированного в XX в. метода исследования, как интроспекция¹. Интроспективная психология XIX в., созданная В. Вундтом и его последователями, подверглась впоследствии уничтожающей критике. Разработанные школой В. Вундта модификации интроспективного метода были признаны несостоятельными. Но почему-то из этого был сделан вывод, что интроспекция как форма познания² вообще неадекватна и неэффективна. Сам этот вывод еще более неадекватен. Объективная психология XX в. и ее вариант — бихевиоризм тоже оказались недостаточно эффективными, тем не менее это не стало поводом для отказа от объективного метода исследования как такового. *Почему же большинство исследователей продолжают полагать, что следует отказаться от интроспекции? На основании чего следует забыть о том, что интроспекция эффективно использовалась лучшими умами человечества, по крайней мере на протяжении последних двух с половиной тысяч лет, что вся психическая феноменология была создана на основе интроспекции еще до появления экспериментальной психологии и сама психология как наука возникла в результате интроспекции?*

У интроспекции ничуть не меньше заслуг и достижений в психологии, чем даже у экспериментальной объективной психологии, тем более что последняя базируется на интроспекции и была бы немыслима без интроспекции как исследуемых, так и самих исследователей, что я постараюсь показать ниже.

¹ Интроспекция — особый способ познания человеком своего сознания, который заключается в якобы «непосредственном» восприятии его феноменов и законов [Большой психологический словарь, 2004, с. 208].

Интроспекция... Метод исследования психологических процессов, основанный на наблюдении собственно психологических процессов, без использования каких-либо инструментов или эталонов. ...В соответствии с правилами, которые были выработаны в Лейпцигской лаборатории В. Вундта, интроспекция должна отвечать основным требованиям научного эксперимента, к которым относится его воспроизводимость и четкая фиксация характеристик раздражителя, кроме того, наблюдатели должны уметь осознавать свои ощущения, вызываемые раздражителем, точно определять начало эксперимента и никогда не снижать уровень своего внимания. Виды: аналитическая интроспекция; систематическая интроспекция; феноменологическое самонаблюдение [Ж.-П. Сартр, 2002, с. 228].

² Я считаю, что от интроспекции как формы или варианта наблюдения не следует ожидать ничего, кроме отчета наблюдателя о появлении, изменении или исчезновении того или иного психического феномена в его сознании в процессе его самонаблюдения. Следовательно, она может и должна давать нам не более того, что дает нам отчет наблюдателя, описывающего внешний мир, воспринимаемый им в данный момент. Такая интроспекция не должна содержать выводов, оценок и даже мнений наблюдателя. Тем более последние, если они есть, не следует рассматривать как истину в последней инстанции, как нечто «непосредственно воспринятое из первоисточника», «непосредственное восприятие психических законов», а потому — «бесспорно верное». К мнению компетентного наблюдателя в процессе его интроспекции можно прислушиваться, но не более чем к мнению любого другого исследователя.

Ситуация с интроспекцией парадоксальна. С одной стороны, вроде бы очевидно, что сознание человека не может быть исследовано как физический объект. Г. И. Челпанов [1918, с. 145–152] отмечает, например, что физические явления одновременно могут быть доступны непосредственному наблюдению большого числа лиц, а психические явления доступны непосредственному наблюдению только того лица, которое их переживает. И о психических состояниях другого лица мы можем умозаключать только на основании того, что сами переживали. Э. Кассирер [1988, с. 7–8] указывает, что физические вещи можно описать в терминах их объективных свойств, но человека — только в терминах его сознания, что требует иных методов исследования. А. А. Гостев [2007, с. 170] подчеркивает, что без самонаблюдения невозможно исследование внутреннего мира человека. Д. Майерс (2001) пишет:

«Есть одна вещь по всей Вселенной, о которой мы знаем больше, чем могли бы узнать в результате наблюдения извне, — заметил К. С. Льюис [C. S. Lewis, 1969, p. 18 и 19]. — Эта вещь — мы сами. У нас есть, так сказать, внутренняя информация; мы в курсе дела» [с. 76].

Можно продолжать цитировать еще долго.

С другой стороны, вызывает удивление слишком уж яростная и эмоциональная критика, которой подвергается интроспекция, что заставляет думать о пристрастности критиков. Может быть, действительно дело не в недостатках интроспекции, а в научной позиции самих критиков, слабость которой лежит в основе их излишней эмоциональности. Как пишет С. Московичи (1998):

Предрассудки и бойкоты — не опираются ли они в основном на возвышенный и научный принцип? [С. 31.]

Нельзя не обратить внимание на то, что интроспекционизм был категорически отвергнут бихевиоризмом, причем вместе с сознанием, ментальными образами и прочими «психическими эпифеноменами». Правда, с тех пор бихевиоризм и сам себя дискредитировал, но его последователи по-прежнему весьма сильны и не спешат реанимировать то, с чем он весьма успешно боролся. Тем не менее Э. Кассирер (1988) пишет:

Можно критиковать чисто интроспективную позицию, считая ее недостаточной, но нельзя запретить или просто игнорировать ее. Без интроспекции, без непосредственного значения чувств, эмоций, восприятий, мыслей, ощущений мы вообще не могли бы определить сферу человеческой психологии. Приходится признать, однако, что, следуя этим путем, мы никогда не придем к познанию человеческой природы во всей ее широте. Интроспекция открывает нам лишь малую часть человеческой жизни, которая доступна индивидуальному опыту: она не в состоянии охватить все поле человеческих феноменов [с. 4].

Но у каждого метода своя сфера применения. У интроспекции она тоже есть, и весьма немалая. Недостатки классических вариантов интроспекции действительно серьезны. Г. Райл [1999, с. 167] относит к ним, например, невоспроизводимость результатов, зависимость их от взглядов исследователей, неконтролируемость условий эксперимента, невозможность использования «наивных испытуемых» и др. Главным недостатком вундтовско-титченеровской интроспекции является ошибочное убеждение исследователей в том, что она позволяет получать «истинное

знание» о психике «непосредственно из первоисточника». Однако все эти недостатки стали приписывать впоследствии уже не конкретной методике конкретных авторов, а интроспекции в целом.

Вообще под интроспекцией в психологии до сих пор понимают почему-то лишь метод, разработанный В. Вундтом, применявшийся им и его последователями, тогда как понятие *интроспекция* имеет гораздо более широкое содержание. Интроспекция существовала задолго до В. Вундта. Еще Р. Декарт обосновал ее как особую форму познания. Ф. Brentano использовал метод «внутреннего наблюдения». После В. Вундта «метод систематического экспериментального наблюдения» активно использовала Вюрцбургская школа психологии. Метод «феноменологического самонаблюдения» применяла гештальтпсихология. Современная психология, в частности гуманистическая и трансперсональная, тоже активно использует интроспекцию. Даже когнитивная психология не обходится, как мы увидим ниже, без интроспекции. Можно было бы добавить, что без интроспекции и психологии как таковой не было бы вовсе. Как отмечает Г. И. Челпанов [1918, с. 8–10], объективное наблюдение психических процессов может осуществляться только благодаря самонаблюдению¹ и его результаты становятся для нас понятными только в том случае, если мы переведем их в понятия, известные нам из нашего самонаблюдения.

Тем не менее противниками интроспекции вместо отказа от интроспективных методик В. Вундта и Э. Титченера была дискредитирована интроспекция в целом. Следует все-таки понимать, что есть Интроспекция и есть интроспекция. Первая — единственный метод непосредственного изучения сознания. Вторая — лишь конкретная методика психологического исследования, отвергнутая в процессе развития психологии. И интроспекция Вундта — Титченера — это отнюдь не Интроспекция вообще. Первая относится ко второй, как наблюдение вообще относится к конкретной методике наблюдения, разработанной конкретными исследователями.

Невозможно, да и бессмысленно противопоставлять интроспективный и объективный психологические методы исследования, они просто должны дополнять друг друга. Складывается впечатление, что интроспекция почти 100 лет назад была просто дискредитирована доминировавшим в психологии бихевиоризмом за конкретную ошибку конкретных исследователей, и до сих пор никто из психологов не пытается даже разобраться в обоснованности ее дискредитации. Можно согласиться с тем, что интроспекция дает меньше, чем хотелось бы исследователям, но это не столько проблема интроспекции, сколько проблема отсутствия адекватных методик ее применения.

¹ Самонаблюдение — экспериментальная стратегия, представляющая собой получение эмпирических психологических данных при наблюдении за самим собой. За счет сопоставления результатов самонаблюдения, представленных в более или менее вербализованном протоколе о текущей индивидуальной жизни, с аналогичным отображением самонаблюдения других людей происходит постулирование их принципиального родства и согласование с внешними проявлениями. Элементы этого метода лежат в основе любого научного исследования [Психологический иллюстрированный словарь, 2007, с. 511].

В советской психологии принято было проводить различие между методом интроспекции и методом самонаблюдения, хотя часто слова «интроспекция» и «самонаблюдение» используются как синонимы [Большой психологический словарь, 2004, с. 209].

Оказалось, что разработанных В. Вундтом правил явно недостаточно. А. Боно (2006) пишет:

Вундтовская версия этого метода (интроспекции. — *Авт.*) хотя и выглядела вполне научной в том смысле, что имела форму контролируемого лабораторного эксперимента, была лишена того, что в наше время считается существенным признаком науки, а именно — объективности. В науке у ученых должна быть возможность достичь согласия по поводу их основных наблюдений. А в интроспективном методе Вундта объектом наблюдения или интерпретации было содержание индивидуального сознательного опыта наблюдателей, обученных давать аналитические интерпретации своему опыту; то есть этот метод был, безусловно, субъективной процедурой. По-видимому, программа Вундта разбилась именно об эту субъективность... [с. 673].

В дальнейшем методики психологических экспериментов изменились и от наблюдателя перестали ожидать интерпретаций, он должен был просто ответить на поставленный экспериментатором вопрос, а затем, например, просто нажать кнопку или дать другую реакцию, тем самым сообщая экспериментатору о появлении психического феномена или его изменении. А. Боно [2006, с. 673] сообщает, что этого простого изменения методики оказалось достаточно для того, чтобы придать объективность большому количеству исследований после В. Вундта.

Почему была отброшена интроспекция в целом? Думаю, по двум причинам. На тот момент вундтовский интроспекционизм отождествлялся с центральным направлением существующей научной психологии, которая только что выделилась в самостоятельную науку во многом благодаря именно В. Вундту и была основным конкурентом бихевиоризма. Главное же — в идеологической неприемлемости интроспекционизма для бихевиоризма, который тогда претендовал на господствующее положение в психологии. Эта идеологическая неприемлемость заключалась в интроспективном наблюдении психических сущностей, которые для бихевиоризма не существовали вовсе.

В последующие десятилетия бихевиоризм сменился «объективной» психологией и когнитивизмом, для которых интроспекция по-прежнему оставалась неприемлемой в силу своей субъективности. При этом никого из ее критиков не смущает тот факт, что сам предмет исследования «объективной» психологии по природе своей недоступен никому, кроме субъекта, обладающего сознанием, что он — субъективен. Для преодоления данного «неудобства» критиками интроспекции предлагались разные пути: от объективизации интроспективных самоотчетов испытуемых до замены объекта исследования. Так, обсуждая работу Л. С. Выготского, Е. Е. Соколова (2005), например, пишет:

Во-первых, мы можем получить более объективные сведения о себе, не «вживаясь» в свои внутренние переживания, как это рекомендовали психологи-интроспекционисты, а наблюдая за своим поведением в объективных жизненных ситуациях. Никакая интроспекция не даст субъекту сведения о том, «храбр ли он», — только реальное участие в соответствующих событиях (например, в бою) покажет человеку, может ли он считать себя храбрым. Во-вторых, мы можем использовать данные самоотчета испытуемого о своих переживаниях (что он чувствовал, например, при предъявлении ему той или иной картинки), но как сырой материал, требующий толкования и оценки [с. 121].

Очевидно, что речь здесь идет о «наблюдении за поведением», то есть о бихевиоризме¹. Что же касается интроспекции, то она и не должна давать субъекту «сведений о том, храбр ли он», так как «храбрость», как и всякая черта характера вообще, лишь с очень серьезными возражениями и весьма условно может быть отнесена к сфере психического. Это внешняя характеристика поведения, но об этом мы поговорим подробнее ниже. Интроспекция же занимается и должна заниматься исключительно психическими явлениями, к которым не относятся, например, черты личности. Автор продолжает:

Психическая деятельность не дана нам непосредственно, как объект научного изучения — ее необходимо реконструировать, изучая отдельные ее проявления (явления) в речевых и поведенческих реакциях [с. 121].

Действительно, можно сказать, что «психическая деятельность» нам не дана непосредственно, так как данное понятие репрезентирует некую сложную гипотетическую сущность. В своем сознании мы имеем лишь психические явления, которые и даны нам непосредственно. Вот их-то и должна изучать интроспекция. Автор предлагает «использовать данные самоотчета испытуемого, но лишь как сырой материал», что, впрочем, уже давно, повсеместно и активно делается всей современной «объективной» психологией. Возникает вопрос: *почему можно рассматривать данные самоотчета одного человека — испытуемого и нельзя рассматривать данные самонаблюдения другого человека — психолога, если ни в первом, ни во втором случае мы не будем принимать в расчет личное мнение испытуемых?*

Многие сторонники интроспекции действительно дали оппонентам очень серьезный повод для критики не только их личной позиции, но и интроспекции в целом тем, что утверждали, будто интроспекция способна давать нам «самые точные и бесспорные» «знания из первоисточника». Справедливо критикуя такую позицию, Ж.-Ф. Лиотар (2001) пишет:

Интроспекция как общий метод психологии, во-первых, полагала аксиому: переживание в сознании конституирует посредством себя самого знание сознания. Если я ужасаюсь, то я, следовательно, знаю то, что есть страх, поскольку я боюсь. Эта аксиома предполагала, в свою очередь, полную прозрачность событий сознания для взгляда сознания, а также то, что факты сознания суть сознательные факты. Другими словами, переживание дается непосредственным образом вместе со своим смыслом, когда сознание направлено на него. ...Феноменология находится в полном согласии с объективизмом в критике некоторых положений интроспекционистов. То, что

¹ Бихевиоризм — крупное психологическое направление... отказывается от рассмотрения субъективного мира человека в качестве предмета психологии и предлагает считать таковым поведение... К поведению относятся все внешне наблюдаемые реакции организма... [Большой психологический словарь, 2004, с. 6].

Подход в психологии, в котором утверждается, что единственным предметом исследований в научной психологии должно быть наблюдаемое, измеряемое поведение [Большой толковый психологический словарь, 2001, с. 100].

Из этого следует, что бихевиоризм до сих пор принято считать частью психологии, хотя, по сути дела, он имеет к психологии не большее отношение, чем, например, рефлексология или физиология к высшей нервной деятельности.

смысл содержания сознания непосредственно проявляется и постигается как таковой, опровергается самим психологическим проектом: если мы доказываем необходимость психологической науки, то это происходит потому, что мы знаем, что мы не знаем, что такое психическое. И правда, когда я ужасаюсь, тогда я боюсь, но я не знаю тем не менее, что такое страх, я «знаю» только, что я боюсь: можно оценить дистанцию между этими двумя видами знания. В действительности «познание себя самим собой является косвенным, оно есть конструкция, и мне нужно расшифровывать мое поведение, как я расшифровываю поведение других» (Merleau-Ponty...) [с. 60–62].

И автор, безусловно, прав. Интроспекция — не более чем наблюдение, пусть и внутреннее, или самонаблюдение. Как и любое наблюдение, оно далеко не всегда дает нам возможность проникнуть в суть наблюдаемого предмета или явления, но оно и должно давать нам лишь материал для познания, а не какое-то «истинное знание». В любом случае интроспекция — отнюдь не некий абсолютный метод познания фактов, которые якобы «наблюдаются вместе со своим смыслом», а лишь метод наблюдения.

Б. М. Теплов [2005, с. 156] пишет, что люди осуществляют самонаблюдение в течение десятков тысяч лет и пределы тех единиц, на которые самонаблюдение может разложить психическую деятельность, давно уже обнаружили. Это утверждение, однако, весьма спорно, так как представления людей о мире, о самих себе и своей психике непрерывно и сильно меняются, особенно в последние два века. И то, что, например, мог бы обнаружить в процессе интроспекции современный исследователь, учитывая иной уровень психологических знаний, не могли обнаружить даже В. Вундт или Э. Титченер.

Б. М. Теплов (2005) справедливо утверждает, что, если человека посадят в лабораторию, дадут ему инструкцию и будут записывать его самонаблюдения, острота и глубина его внутреннего зрения не изменятся. Поэтому психолог-интроспекционист подобен физику, который посадил бы человека в специальную комнату и дал ему инструкцию внимательно «рассмотреть» атомное строение тела. Ни простым, ни внутренним глазом нельзя увидеть ни атомное строение тела, ни механизм психических процессов. Подобные попытки — пустая трата времени. Все это, безусловно, еще раз подтверждает, что проблема — в правильной постановке задач и организации исследования при понимании возможностей метода. Просто не следует предлагать испытуемым изучать механизмы их мышления. Надо ставить более адекватные и гораздо более простые задачи. Например, предложить ответить на вопрос: может ли и в каком виде испытуемый представить себе яблоко, только что предъявленное ему на 5 секунд? Такая интроспекция и лежит сейчас в основе большинства современных психологических экспериментов, которые считаются «объективными». В этой связи интересно замечание А. А. Шевцова (2004):

...давно забытая и выкинутая у нас психология самонаблюдения, оказывается, не только тайком от наших психологов возрождена на... Западе, но еще и сделала успехи за последнее время!.. Самонаблюдение снова востребовано, поскольку возрождается наука о сознании! [С. 778.]

Кстати, даже многие физические открытия были результатом не физического эксперимента, а простого наблюдения. Большинство физических теорий тоже были выстроены в результате размышлений исследователей и лишь потом проверялись

экспериментально. Сама экспериментальная психология не смогла бы развиваться без интроспекции и самоотчетов как испытуемых, так и исследователей. Очень большое число так называемых объективных психологических экспериментов представляют собой как раз помещение испытуемого «в лабораторию, где ему дают инструкцию и записывают результаты его самонаблюдения». И в этом случае не требуется какой-либо особой остроты или глубины «внутреннего зрения».

Б. М. Теплов [2005, с. 158] говорит о существовании распространенного пред-
рассудка, согласно которому всякое знание о себе и своей психике человек якобы получает лишь интроспективно. Тогда как в действительности наиболее важные знания о себе человек получает опосредованно, теми же способами, которые доступны и другим людям. С автором можно согласиться, потому что интроспекция — это всего лишь наблюдение, «внутреннее рассмотрение» возникающих в сознании собственных психических явлений. Выводы, которые делает человек из такого рассмотрения, совершенно не обязательно правильные и тем более бесспорные. Они не являются «истинным знанием». Интроспекция не должна, да и не может «поставлять» нам какие-либо «готовые выводы». Как и всякое наблюдение, она может лишь предоставлять нам факты о психических явлениях, на основании которых исследователи могут уже затем делать те или иные выводы для последующей их проверки. Интроспекция же — лишь единственно возможный способ непосредственного рассмотрения субъективного психического содержания — психических феноменов сознания и не более того.

Она достаточно ограничена в своих возможностях, поэтому представляется, например, верным высказывание Б. М. Теплова о том, что нельзя с помощью интроспекции установить возможности своей памяти. В то же время никак, кроме интроспекции, невозможно установить, возникает ли определенный образ воспоминания в сознании испытуемого или нет. Б. М. Теплов [2005, с. 159], на мой взгляд, прав и в том, что интроспекция не является средством определения собственных знаний, умений и навыков, особенностей своей личности: темперамента, характера и способностей. Это так, потому что все перечисленное не относится к возникающим в сознании человека психическим феноменам, которые лишь и могут быть предметом интроспекции.

Как это ни странно и даже удивительно, но среди исследователей весьма широко распространено убеждение в том, что мы не способны к интроспекции. Г. Райл (1999), например, вообще сомневается в том, что человеку доступен «акт внутреннего восприятия», так как в этом случае его внимание должно быть направлено на две вещи:

...многие из тех, кто готов поверить, что действительно может заниматься... интроспекцией, пожалуй, усомнятся в этом, когда убедятся, что для этого они должны будут концентрировать свое внимание одновременно на двух процессах. Они скорее сохраняют уверенность в том, что не концентрируют внимание одновременно на двух процессах, чем в том, что способны заниматься интроспекцией [с. 166–167].

Дж. Серл (2002) говорит примерно о том же:

Сам факт субъективности... делает подобное (интроспективное. — *Авт.*) наблюдение невозможным. Почему? Потому что там, где это касается сознательной субъектив-

ности, не существует различия между наблюдением и наблюдаемой вещью, между восприятием и воспринимаемым объектом. Модель зрительного восприятия работает на основе предпосылки, что имеется различие между видимой вещью и видением ее. Но для интроспекции просто невозможно осуществлять подобное разделение. Любая присущая мне интроспекция моего собственного сознательного состояния сама есть это сознательное состояние. ...Стандартная модель наблюдения не работает по отношению к сознательной субъективности... В силу этого сама идея того, что мог бы быть особый метод исследования сознания, а именно «интроспекция», которая, как полагают, есть нечто вроде внутреннего наблюдения, была изначально обречена на неудачу, и потому нет ничего удивительного в том, что интроспективная психология потерпела банкротство [с. 105].

Тем не менее для интроспекции совершенно не требуется «осуществлять разделение» «видимой вещи и ее видения», которого, кстати, никогда и не происходит при нормальном восприятии. Это «разделение» привнесено позже самими исследователями, изучавшими восприятие. То, что «стандартная модель наблюдения не работает по отношению к сознательной субъективности», для интроспекции совершенно неважно, так как сама эта «стандартная модель» никакой реальной роли не играет даже в восприятии. Она сама — всего лишь конструктор исследователей. И образ восприятия, и образ представления объекта — это явления сознания. И для их интроспекции несущественно, что именно они репрезентируют: воспринимаемый в данный момент внешний объект, существовавший когда-то объект или вовсе объект, сконструированный сознанием. Соответственно, для нас неважно, где находится причина, вызвавшая появление в нашем сознании репрезентации — психического феномена: вовне (как в случае образа восприятия) или внутри (как в случае образа представления или даже истинной галлюцинации).

В нашем сознании вообще нет никакой двойственности вещи и ее видения. В нем есть лишь образ восприятия, или образ представления вещи, или, наконец, понятие вещи. И именно эти психические феномены подвергаются рефлексии в процессе интроспекции. Причем подвергаются рефлексии почти непрерывно. Если бы это было не так, то мы ежеминутно с удивлением обнаруживали бы, что почему-то именно сейчас надеваем ботинки, наливаем в чашку чай, зачем-то вышли из дома и т. д. и т. п. На этот факт обратил внимание еще И. Кант [1994, с. 503].

Обсуждая интроспекцию, Б. М. Теплов (2005), однако, пишет:

...учение о субъективном методе в психологии покоится на вере в то, что у человека имеется специальное орудие для непосредственного познания своей психики (внутреннее восприятие, или интроспекция)... Глубоко прав был Сеченов, заявивший в полемике с К. Д. Кавелиным, что «особого психического зрения как специального орудия для исследований психических процессов, в противоположность материальным, нет»... [с. 154–155].

Е. Е. Соколова (2005) тоже утверждает, что:

...одним из существеннейших недостатков метода интроспекции является невозможность одновременно переживать что-то и наблюдать за этим переживанием — всегда есть риск своим наблюдением за переживанием разрушить его [с. 117].