

Источник: <https://zadocs.ru/psihologiya/9061/index.html?page=3>

## Сенсорная депривация

Блестящим примером сенсорной депривации является описание преддипломного экзамена, который сдавал курсант школы космонавигаторов, известный в кругах любителей фантастики, пилот Пиркс из рассказа С. Лема «Условный рефлекс». Этот экзамен курсанты любовно называли «сумасшедшая ванна». Лем подробно описывает, как курсанта приводят в просторное помещение с бассейном, полным воды.

«Испытуемый — на студенческом жаргоне «пациент» — раздевался и погружался в воду, которую нагревали до тех пор, пока он не переставал ощущать ее температуру... Когда юноша, лежавший навзничь в воде, поднимал руку, воду прекращали нагревать и один из ассистентов накладывал ему на лицо парафиновую маску. Затем в воду добавляли какую-то соль (но не цианистый калий, как всерьез уверяли те, кто уже искупался в «сумасшедшей ванне»), — кажется, простую поваренную соль. Ее добавляли до тех пор, пока «пациент» (он же «утопленник») не всплывал так, что тело его свободно держалось в воде, чуть ниже поверхности. Только металлические трубки высывались наружу, и поэтому он мог свободно дышать.

Вот, собственно, и все. На языке ученых этот опыт назывался «устранение афферентных импульсов». И в самом деле, лишенный зрения, слуха, обоняния, осязания (присутствие воды очень скоро становилось неощутимым), подобно египетской мумии, скрестив руки на груди, «утопленник» покоился в состоянии невесомости. Сколько времени? Сколько мог выдержать.

Как будто ничего особенного. Однако в таких случаях с человеком начинало твориться нечто странное... Около трети испытуемых не выдерживали не то что шести или пяти, а даже и трех часов».

Субъективные переживания Пиркса писатель описывает с большой достоверностью, похожие можно встретить и в самоотчетах участников подлинных научных экспериментов (по-видимому, автору были знакомы работы американских психологов из Колумбийского университета Дж. Лилли, Дж. Шорли, 1961):

«Он вообще ничего не ощущал. Но эта пустота становилась тревожащей. Прежде всего, он перестал ощущать положение собственного тела, рук, ног. Он еще помнил, в какой позе лежит, но именно помнил, а не ощущал. Пиркс начал соображать, Давно ли он находится под водой, с этим белым парафином на лице. И с удивлением понял, что он, обычно умевший без

часов определять время с точностью до одной-двух минут, не имеет ни малейшего представления о том, сколько минут — или, может, десятков минут? — прошло после погружения в «сумасшедшую ванну».

Пока Пиркс удивлялся этому, он обнаружил, что у него уже нет ни туловища, ни головы, вообще ничего. ...

«Пиркс будто растворялся постепенно в этой воде, которую тоже совершенно перестал ощущать. Вот уже и сердца не слышно. Изо всех сил он напрягал слух — безрезультатно. Зато тишина, целиком наполнявшая его, сменилась глухим гулом, непрерывным белым шумом, таким неприятным, что прямо хотелось уши заткнуть...

Нечем было шевельнуть: руки исчезли. Он даже не то чтобы испугался — скорее обалдел. Правда, он читал что-то о «потере ощущения тела», но кто бы мог подумать, что дело дойдет до такой крайности?..

Потом стало еще хуже.

Темнота, в которой он находился, или, точнее, темнота — он сам, заполнялась слабо мерцающими кругами, плавающими где-то на границе поля зрения,— круги эти даже и не светились, а смутно белели. Он повел глазами, почувствовал это движение и обрадовался, но странно: после нескольких движений и глаза отказались повиноваться...»

Дальше — хуже. «Он распадался. Уже даже и не тело — о теле и речи не было — оно перестало существовать с незапамятных времен, стало давно прошедшим, чем-то утраченным навсегда. А может, и не было никогда?..

Он распадался — ни на какие-то там отдельные личности, а именно на страхи. Чего Пиркс боялся? Он понятия не имел. Он не жил ни наяву (какая может быть явь без тела?), ни во сне. Ведь не сон же это: он знал, где находится, что с ним делают. Это было нечто третье. И на опьянение абсолютно не похоже.

Он и об этом читал. Это называлось так: «Нарушение деятельности коры головного мозга, вызванное лишением внешних импульсов».....Звучало это не так уж плохо. Но на опыте... Нет, это он вселился в кого-то. И этот кто-то раздувался. Распухал. Становился безграничным. Пиркс бродил по каким-то непонятным недрам, сделался громадным, как шар, стал немислимым слоноподобным пальцем, он весь был пальцем, но не своим, не настоящим, а каким-то вымышленным, неизвестно откуда взявшимся. Этот палец обособлялся. Он становился чем-то угнетающим, неподвижным, согнутым укоризненно и вместе с тем нелепо, а Пиркс, сознание Пиркса возникало то

по одну, то по другую сторону этой глыбы, неестественной, теплой, омерзительной, никакой...

Пиркс прошел еще много состояний. Некоторое время его не было, потом он снова появился, многократно умноженный; потом что-то выедало у него весь мозг; потом были какие-то путаные, невыразимые словами мучения — их объединял страх, переживший тело, и время, и пространство» (С.Лем, 1970 с. 46-53).

Сенсорная депривация может возникать не только в экспериментальных условиях, подобных описанным С. Лемом, но и в жизни, когда по тем или иным причинам человек испытывает так называемый сенсорный голод, не получает достаточного количества стимулов — зрительных, слуховых, осязательных и прочих. Для описания подобных жизненных условий психологи также пользуются понятием обедненная среда, а в последнее время - обедненная информационная среда.

В обедненную среду часто попадает ребенок, оказавшись в детском доме, больнице, интернате или другом учреждении закрытого типа. Такая среда, вызывая сенсорный голод, вредна для человека в любом возрасте. Однако для ребенка она особенно губительна.

Как показывают многочисленные психологические исследования, необходимым условием для нормального созревания мозга в младенческом и раннем возрасте является достаточное количество внешних впечатлений, так как именно в процессе поступления в мозг и переработки разнообразной информации из внешнего мира происходит упражнение органов чувств и соответствующих структур мозга.

Большой вклад в разработку этой проблемы внесли отечественные ученые. Так, Н.М.Щеловановым было установлено, что те участки мозга ребенка, которые не упражняются, перестают нормально развиваться и начинают атрофироваться.

Н.М.Щелованов писал, что если ребенок находится в условиях сенсорной изоляции (он неоднократно наблюдал ее в яслях и домах ребенка), то происходит резкое отставание и замедление всех сторон развития, своевременно не развиваются движения, не возникает речь, отмечается торможение умственного развития.

М.Ю.Кистяковская, анализируя стимулы, вызывающие положительные эмоции у ребенка первых месяцев жизни, обнаружила, что они возникают и развиваются лишь под влиянием внешних воздействий на его органы чувств, в особенности на глаз и ухо.

Опираясь на эти факты, а также на собственные наблюдения и эксперименты, выдающийся детский психолог Л.И.Божович (1968) выдвинула гипотезу о том, что ведущей в психическом развитии младенца является потребность в новых впечатлениях.

Согласно этой гипотезе, потребность в впечатлениях возникает примерно на третьей-пятой неделе жизни ребенка и является базой для формирования других социальных потребностей, в том числе и социальной по своей природе потребности в общении ребенка с матерью. Это положение противостоит представлениям большинства психологов о том, что исходными выступают либо органические потребности (в пище, тепле и т. п.), либо потребность в общении.

Косвенно это положение подтверждается и опытом организации и функционирования детских больниц, детских домов и интернатов. Еще Р.Шпицем было показано, что в подобных учреждениях ребенок страдает не только и не столько от плохого питания или плохого медицинского обслуживания, сколько от специфических условий, один из существенных моментов которых — бедная стимульная среда.

Описывая условия содержания детей в одном из приютов, Р. Шпиц отмечает, что дети постоянно лежали в стеклянных боксах до тех пор, пока им не исполнялось 15—18 месяцев, они не видели ничего, кроме потолка, так как боксы были задрапированы занавесками. Движения детей были ограничены не только постелькой, но и вдавленным углублением в матрасе. Игрушек было крайне мало.

Последствия такого сенсорного голода, если их оценивать по уровню и характеру психического развития ребенка, сравнимы с последствиями глубоких сенсорных дефектов. Например, Б.Лофенфельд установил, что по результатам развития дети с врожденной или рано приобретенной слепотой сходны с депривированными зрячими детьми (детьми из закрытых учреждений). Это проявляется в виде общего или частичного запаздывания развития, возникновения некоторых двигательных особенностей и особенностей личности и поведения.

Другая исследовательница, Т.Левин, изучавшая личность глухих детей с применением теста Роршаха, обнаружила, что характеристики эмоциональных реакций, фантазии, контроля у таких детей также сходны с аналогичными особенностями детей-сирот из учреждений.

Таким образом, обедненная среда отрицательно влияет на развитие не только сенсорных способностей ребенка, но и всей его личности, всех сторон психики. Конечно, развитие ребенка в условиях детского учреждения — явление очень сложное; сенсорный голод здесь выступает лишь одним из

моментов, который в реальной практике невозможно даже вычлениить и проследить его влияние. Однако депривирующее воздействие сенсорного голода сегодня можно считать общепризнанным. Вместе с тем, современные исследования показывают, что полноценная забота о ребенке может в значительной степени компенсировать последствия проживания в обедненной информационной среде. В исследовании английских психологов Рами и Рами, проведенном в 1992 г. сравнивались две группы детей. В обеих группах дети росли в примерно одинаково бедной сенсорной и информационной среде. Но в одной из групп о младенцах полноценно заботились окружающие взрослые, а в другой нет. Исследователи показали, что по прошествии нескольких лет дети первой группы имели существенно более высокие показатели интеллектуального развития, чем дети второй группы (по Д.Майерс, 2001).

В каком возрасте влияние сенсорной депривации на психическое развитие ребенка максимально?

Некоторые авторы считают, что критическими являются самые первые месяцы жизни. Так, И.Лангмейер и З.Матейчек отмечают, что младенцы, воспитывающиеся без матери, начинают страдать от отсутствия материнской заботы, эмоционального контакта с матерью лишь с седьмого месяца жизни, а до этого времени наиболее патогенным фактором является именно обедненная внешняя среда (1984).

По мнению известного итальянского психолога и педагога М.Монтессори, наиболее сензитивным, критическим для сенсорного развития ребенка является период от двух с половиной до шести лет (2000).

Существуют и другие точки зрения, и, по-видимому, окончательное научное решение вопроса требует дополнительных исследований. Однако для практики следует признать справедливым, что сенсорная депривация может иметь отрицательное воздействие на психическое развитие ребенка в любом возрасте, в каждом возрасте по-своему. Поэтому для каждого возраста следует специально ставить и особым образом решать вопрос о создании разнообразной, насыщенной и развивающей среды.

Необходимость создавать в детских учреждениях сенсорно насыщенную внешнюю среду, признаваемая в настоящее время всеми, на деле нередко реализуется прямолинейно, примитивно, однобоко и неполно. Иногда из самых лучших побуждений, борясь с унылостью и однообразием обстановки в детских домах и школах-интернатах, стараются максимально насытить интерьер разными красочными панно, картинками, выкрасить стены в яркие цвета, создать звуковой фон, когда на всех переменах, в свободное время звучит громкая, бодрая музыка. Но это способно устранить сенсорный голод лишь на самое короткое время. Оставаясь неизменной, подобная обстановка

в дальнейшем все равно к нему приведет. Только в данном случае это произойдет на фоне значительной сенсорной перегрузки, когда соответствующая зрительная стимуляция буквально будет «бить по голове». Еще Н. М. Щелованов предупреждал о том, что созревающий мозг ребенка особенно чувствителен к перегрузкам, создающимся при длительном, однообразном влиянии интенсивных стимулов.

Таким образом, как видим, даже окраска стен и оформление интерьера оказываются чрезвычайно сложным и тонким делом, если рассматривать их в контексте проблемы сенсорной депривации. Хорошо, если этот момент осознается работниками соответствующих детских учреждений. Опишем в этой связи свои впечатления от посещения в 80-е годы XX века детских диагностических домов в двух городах Чехословакии — Праге и Братиславе.

В то время в этой стране детский диагностический дом был учреждением, куда попадали трудные дети, большей частью оставшиеся без попечения родителей, для уточнения медико-психолого-педагогического диагноза и решения затем вопроса о том, где в дальнейшем лучше жить и воспитываться ребенку: в специализированном семейном или обычном детском доме, в учреждении для детей с трудностями поведения, в семье и массовой школе. В диагностическом доме дети проводили от полутора до двух месяцев.

Оба диагностических дома, в которых мы побывали, были во многом схожи. Однако нас поразило резкое различие оформления их интерьеров. В Праге все стены были буквально увешаны цветами, картинами, поделками детей, в каждой комнате мебель стояла по-своему, были разного цвета занавески, покрывала. В Братиславе, напротив, все комнаты были одинаковыми, мебель расставлена так, как каждый из нас хорошо знал из своего опыта пребывания в пионерских лагерях,— кровать, тумбочка, кровать, тумбочка и т. п.; на неброско окрашенных стенах в каждой комнате казенно висел один эстамп. Из беседы с директорами и воспитателями обоих этих учреждений мы поняли, что в этих различиях проявилось разное понимание значения интерьера для воспитания.

В Праге концепция звучала так: «Мы хотим, чтобы наш дом был похож на обычный семейный дом, чтобы было уютно, чтобы каждая комната была иной, чем остальные, чтобы дети научились сами заботиться о красоте и уюте. Все это им пригодится потом в жизни, да и здесь они не будут уставать от однообразия обстановки».

В Братиславе подход был иным: «Дети живут у нас не больше двух месяцев. Потом большинству из них предстоит воспитываться в обычных детских домах и интернатах, где обстановка страшно унылая. Если здесь они привыкнут к яркому и красивому интерьеру, в дальнейшем им будет очень

трудно. А мы хотим, чтобы им было хорошо именно потом и чтобы они не страдали, постоянно вспоминая пребывание в нашем диагностическом доме».

Мы приводим этот пример для того, чтобы показать, насколько важно основательно, серьезно относиться к оформлению среды обитания ребенка в детском учреждении, учитывать его значение для психического развития, для всей жизни. Не станем обсуждать здесь, какая из двух концепций представляется нам более правильной. Отметим лишь, что в обоих случаях признается принципиальная важность богатства среды, но когда, где и в какой мере, в каких именно формах разворачивать это богатство — все это в каждом отдельном случае требует специальной проработки.

Говоря, например, о нашей многонациональной стране, следует, в том числе учитывать национальные традиции, различия в представлениях о красоте. И то, что идеально в детском доме Москвы или Санкт-Петербурга, может оказаться чрезмерно бледным, сухим и лаконичным для детского дома в Татарии или Дагестане. Важен и возраст детей, и время пребывания - находится ли он в таком учреждении относительно небольшое время или живет там постоянно, и особенности их психоневрологического статуса.

Не можем удержаться от упоминания о дискуссии о том, в какой обстановке должен расти и воспитываться гиперактивный ребенок. Сторонники одной позиции полагают, что поскольку таких детей отличает полевое поведение и они бурно реагируют на любой попадающий в их поле внимания объект, то их среда обитания должна быть предельно упрощена, - чем меньше предметов, в частности игрушек их окружает, чем менее насыщена и разнообразна цветовая гамма, чем меньше звуков, запахов и т.п. - тем лучше. Сторонники противоположной точки зрения, напротив, полагают, что обеднять среду ни в коем случае нельзя, потому что для ребенка, привыкшего находиться в такой бедной среде, любое столкновение с полноценным раздражителем может оказаться патогенным (а этого в жизни практически невозможно избежать). Представьте себе, что ребенок, растущий в таких сенсорно скудных условиях, в ясный солнечный день выходит на улицу и видит девушку в ярко-красной куртке, которая едет на ярко-синем велосипеде и что-то громко кричит.