

## СЕКЦІЯ 12. ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

**Вовчик-Блакитна О. О.**, кандидат психологічних наук,  
старший науковий співробітник, провідний науковий  
співробітник лабораторії екологічної психології

**Гурлева Т. С.**, кандидат психологічних наук, старший науковий  
співробітник лабораторії  
консультативної психології та психотерапії

*Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
м. Київ, Україна*

### ЧИТАННЯ КНИГИ ЯК СКЛАДОВА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

Розвиток культури є питанням майбутнього країни, оскільки держава, котра не спирається на культуру, є приреченою. Життя сучасної людини неможливе без животноного впливу літератури – художньої, пригодницької, історичної та ін. Література є одним із активних чинників суспільного виховання, формування основ самоідентифікації та самосвідомості, в тому числі і національної свідомості. З читання, як самостійної діяльності дитини у світі книг, починається її самоосвіта, самопізнання, самовиховання, формування високих художніх смаків, розвиток духовних сил, справжніх ідеалів.

Як зазначає когнітивна психологиня М. Wolf [1] у амбітній, провокаційній книзі «Пруст і кальмар: історія та наука про читання»: люди ніколи не були народжені для читання, а власне читання це винахід людини, який відображає, яким чином мозок себе реорганізує, щоб пізнавати щось нове. У цій книзі автор описує чудову подорож читацького мозку читача не лише за останні п'ять тисяч років, відколи почалося письмо, але й протягом життя однієї дитини.

Саме читання книги навчає людину співпереживанню, розумінню інших людей та їхніх почуттів. Розкриває ті зони мислення, які зазвичай залишаються прихованими та збагачують інтелектуальний потенціал людини. Втім, останнє десятиліття характеризується відчутним спадом інтересу населення, особливо дітей і молоді, до «живої» паперової книжки. Так, за результатами дослідження, проведеного компанією TNS, дані щодо читання книги наступні [2]:

- 2017 рік: 43,5 % читають щодня, чи майже щодня;
- 2017 рік: 43 % читали, 51 % не читали жодної книги;

• 2014 рік: 42 % опитаних українців розказали, що за останній рік не прочитали жодної книги об'ємом більше ста сторінок. В РФ таких 46%, в Великобританії – 34%, а в США – всього 19%. Окрім того, 12% опитаних сказали, що взагалі не читають ніяких текстів – не тільки книг, але й газет, журналів або новин в Інтернеті.

У кінці 2019 року більшість українців (57%) зовсім не читали книжок. Такі дані оприлюднили після опитування компанії Research & Branding Group. Як виявилось, до числа осіб, зараховують себе 43 % респондентів. Опитування проводилося в період від 7 до 18 листопада 2019 року серед 1805 респондентів у всій Україні за винятком окупованих Росією територій [3].

Фіксуючи вищеозначену тенденцію, маємо наголосити, що цій проблемі недостатня увага приділяється державою та громадянським суспільством, зокрема не враховуються і такі важливі особливості читання саме паперової книжки, на яких варто акцентувати увагу педагогічної та батьківської спільноти:

- читати книгу можна в будь-який зручний час;
- читання не потребує якихось спеціальних пристосувань, устаткування, окрім самої книжки;
- читання не передбачає обов'язкову присутність психотерапевта, психолога, педагога;
- відсутність елементів показного напучування чи неприродності в щирих рядках письменників викликає довіру та прийняття у читача книги;

Книги впливають на людину поволі, цей вплив є ненав'язливим і непомітним на перший погляд. Але кожен може озирнутись на своє життя і придивившись, помітить присутність тих чи інших «послань» та слідування ним. Як казав мольєрівський герой Журден «сорок років живу і тільки зараз збагнув, що розмовляю прозою». Перечитуючи улюблену книгу, людина отримує задоволення від художнього слова, а також від переживань власних спогадів про попереднє читання твору. Це дає можливість подивитись на себе і свою життєву історію (від підлітка – до юнака, від юнака – до дорослої та зрілої людини) і побачити рух по висхідній у розумінні подій та ситуацій, життєвого досвіду, збагачення переживань. Книги викликають у людини або такі ж почуття і асоціації, які відчувала колись, або вони трансформуються, показуючи більшу глибину та наповнення сенсами. Перечитування книжок має ефект ще й завдяки тому, що відкриваються можливості віднайти відповіді на життєво важливі питання, отримати непрямі орієнтири, поради. Часто-густо людина звертається до книги через багато років, коли якась життєва ситуація пробуджує в пам'яті аналогічну життєвій ситуацію, спонукає з'ясувати, яким саме чином вирішувалася ця проблема героями колись читаної книги.

Психологічна наука сьогодні має спрямувати зусилля на пошук способів залучення громадян, особливо дітей, до читання. Коли дитина торкається старої палітурки чи відчуває запах фарби чи паперу, вона стає наче присутньою у «ті часи і в тому місці», про який оповідає книга, і в такий спосіб налагоджується живий зв'язок між віками і поколіннями, з людьми, а також з природою, що відповідає принципу «природовідповідності» (Г. Костюк, Ж. Піаже, О. Сухомлинський, З. Фрейд). Не випадково, саме справжня, не електронна, книжка – казка, допомагає сучасній дитині засинати, справлятися зі страхами, вчитися розрізняти добро і зло, формує індивідуальну картину світу на основі казкових сюжетів і образів. Як писав В.О. Сухомлинський: «Слово казки живе в дитячій свідомості. Серце завмирає у дитини, коли вона слухає або вимовляє слова, що створюють фантастичну картину» [4, с. 46]. Прочитана вголос батьками, у ролях із інтонацією, казка чи історія допомагає дитині відчутти ставлення дорослого до героя чи події, зрозуміти їх почуття, приєднатися і розділити настрій, співчуття тощо. А прочитана самостійно книга стає другом (який може гріти своєю присутністю, перебуваючи на столику, чи навіть під подушкою), аби справитися з тривогою, продумати свої стосунки з однолітками, навчитися протистояти складнощам життя.

Серед «плюсів» живого читання можна зазначити наступні:

- підтримка зв'язку між минулим і сьогоденням у плані культури, способів пізнання світу. Адже «Життя без книг – це хата без вікна», як писав Д. Павличко;

- «предметне спілкування», якого не може замінити електронне, віртуальне, онлайн-спілкування;

- читання книги не впливає на погіршення зору у дітей (загострення відхилень у дорослих), бо передбачає інтуїтивне корегування відстані від очей до книги, окрім того, людина контролює рівень освітлення сторінки, аби очі не втомлювались, що не викликає невротичних станів;

- в ході читання живої книги людина гортає сторінки, що, перше, відіграє роль паузи у читанні (певний відпочинок, переключення), по-друге, виступає як фізична вправа, що позитивно впливає на пальці руки, м'язи очей, природне зволоження роговиці;

- дитина, підліток може зупинити читання, прикрити книгу, погладити обгортку, бережно покласти на столик чи під подушку, що виявляє емоційне ставлення як до твору, так і до її носія – паперової книги. Книга – це друг, за словами В. Гюго : «Книги – це друзі, безпристрасні, але вірні»;

- гарний друк, кольорові змістовні ілюстрації виховують і підтримують художній, естетичний смак, здатність до сприйняття прекрасного і завершеного, чого майже немає у віртуальній книзі. «Кімната без книг – все одно, що людина без душі» – писав О. Довженко.

– читання книги супроводжується спілкуванням з дорослими і дітьми, книга стає посередником між старшими і молодшими в обміні досвідом, що є корисним і розвиваючим як для дітей, так і для тих, з ким вони спілкуються.

Ми умисно не зупиняємося на позитивних сторонах віртуальної книги, а зосередились на паперовій, бо саме друга потерпає зараз від незаслуженої неуваги і навіть забуття. Сучасна людина зустрілась з надлишком інформації і водночас з втратою інтересу до читання книжок. За умов стрімкого розвитку інтернет-технологій частіше відбувається робота з текстом за принципом «копі-пасту», коли людина не аналізує інформацію, не узагальнює чи прогнозує, а ніби складає її в якусь шухляду для майбутнього оперативного використання.

Книги, як концентрована мудрість, часто нині програють в суперечці за першість сучасним пристроям і соціальним медіа, але обнадійливим є той факт, що представники еліти, які рухають технічний прогрес (керівники найпотужнішого мозкового центру Кремнієвої долини, зокрема) усвідомлюють ризики домінування гаджетів і виховують власних дітей поза жорсткого впливу сучасних технологій якраз на класичних книгах. Психологи та педагоги, батьківська спільнота мають докласти зусилля до того, щоб дедалі більше людей на власному досвіді переконались у важливості присутності книги в способі життя сім'ї і щоб дійсно підтверджувались слова Ф. Жанліс: «Ті, хто читають книги, завжди будуть керувати тими, хто дивиться телевізор». Читання книги – це вияв культури окремого громадянина і цілого народу, від розвитку якої залежить як майбутнє країни, її розвиток, так в розвій кожної особистості, яка долучається сама і передає у спадок традицію любові до книги.

### Література:

1. Wolf M. Proust and the Squid: The Story and Science of the Reading Brain / Maryanne Wolf., – Harper, 2007.
2. Українців, які не уявляють життя без книги, поменшало. ЛітАкцент, 15.05.2015. – Електронний ресурс: <http://litakcent.com/2015/05/15/ukrajinciv-jaki-ne-ujavljajut-zhyttja-bez-knyhy-pomenshalo/> – Назва з екрана.
3. Скільки українців читали книги у 2019 році. – Електронний ресурс: [https://radiotrek.rv.ua/news/skilky\\_ukraintsiv\\_chytaly\\_knygy\\_u\\_2019\\_rotsi\\_244511.html](https://radiotrek.rv.ua/news/skilky_ukraintsiv_chytaly_knygy_u_2019_rotsi_244511.html) – Назва з екрана.
4. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям // В.О. Сухомлинський Вибрані твори: в 5-ти т. – Київ: Рад. шк., 1977. – Т. 3. – С. 7–283.