



Віталій Татенко

доктор психол. наук,
професор,
член-кореспондент
Національної АПН України,
головний науковий
співробітник Інституту
соціальної та політичної
психології НАПН України,
м. Київ



З НІЖНІСТЮ ПРО НІЖНІСТЬ:

обережна спроба психологічного аналізу

Феноменологія ніжності. Перше, що виникає при спробі психологічного занурення у тему ніжності, — досить оманливе відчуття самоочевидності і зрозумілості того, що позначається цим лагідним словом. Однак з часом постає чимало запитань, кількість і складність яких зростає пропорційно тому, наскільки наполегливо намагаєшся знайти на них відповіді. З одного боку, з'являється щось на зразок дослідницького азарту, який підігривається внутрішнім незадоволенням від неспроможності відразу ухопити у визначенні сутність цього феномену. З іншого, — не полишає тривожна думка: чи припустимо взагалі досліджувати ніжність, чи не порушується тим якась табу. Не випадково так високо цінується серед поетів, письменників, майстрів пензля, театру і кіно здатність зобразити складний, суперечливий і водночас такий чарівний світ людської ніжності.

Одним із тих, хто досконало володів цим даром, вважається російський поет *Сергій Єсенін*. Такої дивовижної здатності зображення якнайтонших переживань, найніжніших, найінтимніших, немає ні в кого з сучасників, зауважував *О. Серафимович*. Це у нього “...дышит глубоко нежностью пропитанное слово”. Це він “одну мечту скрывая нежил, что сердцем чист”. І не випадково саме слово “ніжність” прикрасило назву одного з нещодавно виданих збірників славнозвісного поета [Єсенін С. Несказанное, синее, нежное: Стихотворения, поэмы. М. 1998].

За часів моєї юності молодь зачитувалася віршами *Едуарда Асадова* — автора “Поєми про першу ніжність”:

*Промчалось детство, ручьем прозвевев...
Но из ручьев рождаются реки.
И первая нежность — это завет
Всего хорошего в человеке.*

І ще від *Е. Асадова*:

*Споют ли когда-нибудь нам соловьи?
Не знаю. Не ставлю заранее точек.
Без нежности нет на земле любви,
Как нет и листья без весенних почек...*

Тоді мені навіть не спало б на думку задаватися питаннями про існування і природу ніжності, про те, звідки у людини береться згадана “перша ніжність”, чому без ніжності немає кохання? Однак, напевно так і треба — спочатку серцем відчуті те, що хотів сказати поет, а вже потім спробувати зрозуміти всю глибину його думки.

Про існування ніжності ми довідуємося із різних джерел: книжок, кінофільмів, відвертостей з боку рідних і близьких людей. Особливе значення має власний (позитивний і негативний) досвід переживання цього ставлення і почуття. Але чи достатньо того, що нам говорить рефлексія та інтуїція, і чи завжди те, що інші та ми особисто вважаємо ніжністю, насправді не є чимось іншим — уважністю, тактовністю, милістю, жалістю?

Крім того, у кожного цей суб'єктивний досвід може бути настільки своєрідним і навіть протилежним, що спроба його поєднати здатна викликати шось на зразок екзистенціального шоку і відповідної захисної реакції: ніжні почуття іншої людини, її уявлення про ніжність просто не сприймаються, а самій ніжності відмовляється у праві на існування.

До речі онто-психологічні проблеми з ніжністю виникають як тоді, коли ми надто відрізняємося один від одного в її переживанні і розумінні, так і тоді, коли наші уявлення про ніжність і форми її прояву надто схожі. Справді, від інших ми очікуємо якоїсь іншої ніжності, але ця відмінність сприймається і приймається нами лише за умови, що уявлення про сутнісні ознаки цього феномену певною мірою збігаються, не кажучи вже про визнання того, що ніжність реально існує в світі — так само як існують земля, зоряне небо і ми під цим небом.

Поетичну спробу онтологізації ніжності знаходимо у *Марії Матени*, яка у своїй "Етимології ніжності" оригінально влітає останню у простір і час вищих форм людського співбуття:

*Відстань з пункту "Я" у пункт
"З Тобою" не виміряна,
Багато разів на ніжність
і стрілки годинника перемножена...*

Тобто позитивний зв'язок ніжності із сутніми, онтологія яких вже давно прописана і знання про які є для нас настільки ж очевидними, як і факт власного існування в цьому світі, дозволяє стверджувати реальність її існування як відносно самостійного феномену.

Ніжність, з огляду на її природу і сутність, є предметом позитивної онтології. Образ ніжності використовується в мистецтві, літературній творчості переважно для зображення світлих, теплих почуттів, трепетного, турботливого, обережно-бережливого ставлення до світу — людського і природного:

*Ти хотів би квіток на дорозі моїй?
Нащо сипати їх повід ноги?
Хай живуть вони в ніжній красі чарівній, —
я сама їх знайду край дороги.*

*До маленьких, низеньких сама нахилюсь,
до високих очима докину,
обережно та ніжно лицем притулюсь,
стрівши в білім убранні тернину.
(Леся Українка)*

Але якщо ніжність справді існує і якщо саме з ніжності починається все хороше в людині, зокрема справжнє кохання, то чому так тужливо звучать рядки, написані рукою *Анрі Барбюса* у

його творі "Ніжність":

*Цілую тебе востаннє,
цілую ніжно, ніжно,
зовсім безгрішним, тихим поцілунком...*

Напевно так повинно бути поміж людей — не тільки зустрічатися, але й розлучатися з ніжним почуттям, особливо ж, якщо назавжди... І якою не підкупною ширістю віє від цих рядків!

Важко навіть уявити собі "штучну ніжність". Нещирість чи, скажімо, підозра в нещирості смертливою ніжністю, перетворюючи її нерідко на свою протилежність. Як зізнаються майстри сцени, зіграти ніжність, ще й так, щоб тобі повірили не тільки глядачі, але й партнери — дуже непросто. Що вже й казати про тих, кого не вчили акторської майстерності: фальшива ніжність відчувається відразу, особливо чутливим, люблячим серцем. Не розпізнаючи "гру в ніжність" може хіба що людина, яка не погоджується прийняти реальність як таку, або ж яка сама зніщувала цю марну і невдячну врешті-решт затію. Про це також знаходимо у відомих поетів, зокрема, у *Євгена Боратинського* в його "Зізнання":

*Притворної нежности не требуй от меня,
Я сердца моего не скрою хлад печальный.*

Анна Ахматова, вдаючись до витонченої поетичної метафори про інтимну, "тиху" природу ніжності, протиставляє її хтивій, брутальній, демонстративній сексуальності:

*Настоящую нежность не спутаешь
Ни с чем, и она тиха.
Ты напрасно бережно кутаешь
Мне плечи и грудь в меха.
И напрасно слова покорные
Говоришь о первой любви.
Как я знаю эти упорные
Несытые взгляды твои!*

Проте, не випадково подекують, що "в тихом омуте черти водяться". Чи не тому в окремих творах згаданої поетеси уявлення про ніжність прямо пов'язується зі смертельною небезпечкою: "Я смертельна для тех, кто нежен и юн...", "Но мы от этой нежности умрем...". Ці застереження говорять про те, що справжня ніжність підносить людину до сутнісно-сміслових вершин її буття, робить її гранично відкритою, відвертою, широкою, довірливою, беззастережно шасливою, а відтак нерідко беззахисною, не готовою протистояти підступним, злим намірам.

Однак не слід думати, що ніжність ослаблює людину. Скоріше навпаки, переживання ніжних почуттів надає людині нових сил, актуалізує приховані інтенції і потенції. Реально навіть

говорити про унікальні психотерапевтичні можливості, які приховує в собі ніжне ставлення людини до людини, про що також знаходимо у мудрих поетів:

*Тільки в очі ніжні задивлюся,
В них свою тривогу утоплю.
(Василь Симоненко)*

Філологія ніжності. Намагання з'ясувати походження українського слова "ніжність" привело нас до російських тлумачних словників, у яких "нежность" пов'язується зі словом "нега". У словнику *В. Даля* "нега" це — "состоянье полного довольства, услады, по всем чувственным потребностям", "упоение, сладостное успокоение духовное, нравственное, покойное услуженье; мечтательное забытие". "Неговать кого, нежить, баловать; содержать в неге, беречь, холить, лелеять". У словнику *С.І. Ожегова* це слово означає "1. Полное довольство. Жить в неге. 2. Блаженство, а также страстное томление, ласка. Предаваться неге".

Узагальнюючи, можна сказати, що слово "нега" означає позитивний психічний стан і відповідне переживання людиною почуття високого задоволення від можливості вільно віддаватися задоволенню своїх найактуальніших душевно-тілесних потреб інтимно-особистісного характеру, насолоджуватись життєвою ситуацією, забувши про сором'язливість і відповідальність, про необхідність за це комусь платити чи дякувати, від можливості відчувати себе унікальною, гармонійною, цінною, самодостатньою і при цьому в усіх відношеннях захищеною істотою.

На українську мову слово "нега" перекладається словом "млість". Проте, український іменник "млість" має російський аналог "млость" (слабость, хиль, расслабление. Млосно значит — тошно, нудно, дурно. Млявый, млиный человек — слабый, хилый, вялый, тщедушный, сонливый). Дієслово "мліти" відповідає російському "млеть" і згідно зі словником *В. Даля* означає: "о теле: цепенеть, коснеть, теряют чувство; о духе: изнемогать внезапно, обмирать, приходит в забытие, лишаются памяти, сознательности; о внутреннем чувстве: медеть, изнемогать в неге, забыты".

Тобто російські терміни "нега" і "млость" пов'язані між собою, але не як синоніми. Другий термін не замінює перший, а позначає лише одну з форм чи рівень його прояву (можна "пробывать", а можна "изнемогать в неге").

Відтак, оскільки в українській мові відсутнє слово, що прямо відповідає

російському слову "нега", слід припустити, що українське слово "ніжність", скоріш за все, походить від російського "нежность". Проте, цілком можливі інші, професійніші інтерпретації, запропоновані, зокрема, українськими філологами.

Досліджуваний феномен може набувати різних ознак, форм і способів існування, виступаючи в одних випадках як іменник, в інших як прикметник, а ще в інших — як дієслово чи прислівник. Можна "дарувати ніжність", "бути ніжним", "ніжитися", "ніжно доторкатися".

Іменник "ніжність" застосовується для позначення конкретного інтимно-психологічного феномена, що існує незалежно від того, вивчаємо ми його чи ні. Ніжність можна переживати, сприймати, спостерігати, дарувати і втрачати, вона може зростати і зменшуватись, захоплювати і залишати, її навіть можна класти до ніг, як у вірші *Володимира Сосюри*:

*Мою ніжність, і серце, й слово
Я кладу тобі, місто, до ніг...*

Дієслово "ніжитися" (предаваться неге — рос.) — може означати: а) процес переживання людиною почуття ніжності; б) певні дії (фізичні, психічні), що викликають до життя, стимулюють і регулюють протікання цього процесу. Наприклад, для того, щоб ніжитися на сонечку, потрібно вибрати теплий сонячний день і виконувати певні дії (нерухомо сидіти чи лежати на сонечку, підставивши обличчя його ласкавим променям, заплющивши очі, відкинувши всі думки, забувши про негарзди і посміхаючись від насолоди).

Прикметник "ніжний" має, напевно, найширший діапазон застосування. Ніжним може бути погляд і дотик, голос і дівочий стан, ніжними можуть бути кошени, цуценя, квітка, травичка, промінь сонця і подих вітерця, а також смак, колір, запах, різні предмети, речі тощо. Ніжними, тобто забарвленими ніжним почуттям, бувають думки, спогади, фантазії, мрії тощо.

Ось як сумно-журливо оприкметив ніжністю троянди *Павло Тичина*:
*Ви ніжно-стомлені, — троянди зломлені:
Ой не цвісти вам знову, не цвісти.*

А у *Максима Рильського* цей прикметник набуває зовсім іншого, якогось споглядально-чуттєвого відтінку:
*...І вітер з ніжністю колише
Листки замислених троянд.*

Якісно-означальний прислівник "ніжно" утворюється від основи якісного прикметника "ніжний" за допо-



могою суфікса-о і дає якісну характеристику тієї чи іншої дії, відповідаючи на питання як?

*Світає... Так тихо, так люблю,
так ніжно у полі*

(*Павло Тичина*).

Виявляється, що ніжність може бути не одна. Скажімо, коли хтось виявляє свою ніжність надто емоційно і безпосередньо, якимось по-дитячому, не враховуючи ситуацію, не відчуваючи міри, його просять облишити "ці телячі ніжності".

Аби краще зрозуміти етимологію слова "ніжність", варто спробувати дібрати антоніми, що позначають протилежні явища, а також ті слова, з якими слово "ніжність" складає синонімічні пари — лінгвістичні та змістові.

1) У словниках антонімів слову "ніжний" протистоять такі слова як: бездушний, безсердечний, брутальний, а також витривалий, гострий, грубий, різкий, шортський тощо. Проте, якщо узагальнити результати такого аналізу, то складається враження, що у чистому вигляді антонімів слову "ніжність" наче просто не існує.

Візьмемо, наприклад, *брутальність*. Справді, ніжність і брутальність є несумісними почуттями, формами стосунків і поведінки, що складаються між людьми. Важко повірити навіть у можливість існування справжніх ніжних почуттів там, де, наприклад, побутує сумнозвісне: "Б'є, значить любить". Але, якщо я стосовно до людини не виявляю брутальності, — це зовсім не означає, що у мене до неї обов'язково мають бути ніжні почуття. Може я просто не хочу, побоююся втратити її повагу.

Тоді може *почуття страху* є антиподом ніжності? Адже як можна виявляти ніжність до того, кого боїшся, перед ким тремтиш? Страх, як відомо, змушує збільшити дистанцію чи взагалі розірвати стосунки з тим, хто його викликає. Напевно, що і тому, хто наганяє страх на інших, важко ставитися до них із ніжністю. Але, знову ж таки, якщо у мене немає страху перед людиною, то це ще не привід для всяких ніжностей. Я можу їй просто не довіряти.

Недовіра чи підозра справді блокують, а іноді назавжди вбивають ніжність. Власне — це той самий страх. Страх бути обманутим, зрадженим. Типовим прикладом тут можуть бути ревності, які отруюють ніжні стосунки і почуття, породжують душевні муки, готовність відповісти зрадою на зраду, чи "віддячити" якимось інакше. Проте мало вірити людині, вважати її широю, чесною, правдивою, щоб у душі пробудилося до неї ніжне почуття. Ми можемо довіряти співрозмовнику, партнеру, колезі, партійному лідеру, керівнику держави тощо, але при цьому не відчувати до них жодної ніжності.

Схоже напрошується припущення, що ніжності протистоїть формальне, офіційне, тобто *функціональне ставлення людини до людини*, коли нас цікавить лише те, наскільки добре вона виконує свої ролі функції, і нам байдуже, яка вона є сама по собі. Справді, якщо внутрішній, інтимний світ і зовнішній вигляд людини залишають нас байдужими, навряд чи справа дійде до ніжних стосунків. Ми можемо людину поважати за її знання, інтелектуальні здібності, за професію-

налізм, моральність і культуру поведінки, за її духовні якості й усе-таки не включати до списку претендентів на ніжні стосунки. Але небайдуже ставлення до людини, готовність зрозуміти її внутрішній світ може спричинятися різним інтересом, зокрема мати на меті маніпулювання нею, використання її у власних цілях тощо.

Виходить, що ніжності протистоїть *корисливе ставлення людини до людини*. Не можна переживати ніжність і одночасно думати про те, як найкраще скористатися об'єктом, що викликає це почуття. Проте, знову ж таки, якщо конкретну людину ніяк не можна використати у власних цілях, чи передбачає це наявність ніжного ставлення до неї? Зовсім не обов'язково.

Як можна пересвідчитися, існує чимало феноменів, що протистоять ніжності, заперечують її, роблять неможливим її виникнення, існування і



прояв. При цьому важко віддати пальму першості якомусь із них. Складається враження, що антонімами ніжності виступають усі ті поняття, які позначають негативне (нелюдське, негуманне) в житті людини.

2) Тепер спробуємо розібратися із синонімами ніжності. В англійській мові — найпоширеніший у світі — ніжність позначається словом *tenderness* і асоціюється з м'якістю, чутливістю, вразливістю, а також слабкістю, хворобливістю, тендітністю. Цікаво, що вираження ніжних почуттів позначається словами *endearments* (прояв ніжності, ласка), *caress* (ласка), *petting* (нежничанье — рос., ласкавість у сексуальних стосунках). Сучасні українські словники синонімів пропонують у разі необхідності замість "ніжити" говорити "панькати, милувати, голубити", замість "ніжно" — "делікатно, тендітно, лагідно, любо". У певному контексті ніжність може означати витонченість і вживатися в цьому розумінні.

Найближче у змістовому синонімічному ряду до слова "ніжність" вважають слово "любов". Не випадково, коли постає питання про їх зв'язок, одні вважають ніжність однією з форм прояву любові, інші — стверджують, що саме почуття ніжності складає основу любовного ставлення людини до людини. Мовляв: любов без ніжності несправжня; любов жива доти, доки існує ніжність; саме переживання і прояв ніжності є основним показником будь якої любові — до дітей, батьків, до рідної землі, а також свідченням справжнього кохання. Можливо, думки розійдуться з приводу того, яке кохання вважати справжнішим — ніжне чи шалене? Але, виграє тут, напевно, той, хто зуміє поєднати ці, здавалося б, непоєднувані феномени чуттєвого співбуття людини з людиною.

Враховуючи існування різних поглядів на сутність самої любові, більшою мірою біологічно чи соціологічно, духовно, душевно чи тілесно орієнтованих, її зв'язок із ніжністю може тлумачитися дуже по-різному. Найбільш слухною при цьому видається думка про те, що без переживання почуття ніжності любов (кохання) не може вважатися повноцінним, зрілим, справжнім і навіть нормальним почуттям у соціо-психо-фізіологічному розумінні цього слова. Водночас, цілком реально переживати ніжність, яка не супроводжується почуттям любові. Так, справжній наплив ніжності може викликати чуже немовля, пташеня, цуценя, кошеня, кульбабка чи метелик, але при цьому ні про яку любов чи кохання не йтиметься.

Наступним із синонімічного ряду візьмемо слово "ласка", яке за змістом теж близько стоїть до слова ніжність і так само, як і "любов", нерідко вживається з ним через "і". Це дає підстави вважати, що ніжність у своїх проявах не обов'язково супроводжується ласкою і що ласка, у свою чергу, може обходитися без ніжності. Скажімо, цілком реально спостерігати ласку тоді, коли одна людина виявляє жалість до іншої, або хоче у такий спосіб отримати для себе якийсь зиск. Тобто, в умілих руках ласка може стати ефективним знаряддям маніпуляції. Варто звернути увагу на те, що через їхню близькість ласкавість нерідко ототожнюють (плутають) з проявом ніжності. Очевидно, що ласка є однією з найпоширеніших форм поведінки людини, яка переживає почуття ніжності.

Проте чомусь ми не називаємо ласку почуттям. Людина може сама себе примусити або погодитися

демонструвати "ласкаву поведінку" на вимогу чи прохання з боку інших, що є просто неможливим стосовно ніжності. Якщо ніжність розуміти не як ставлення, а як приписувану людині, тварині, рослині чи природному явищу властивість, то тут синонімами можуть слугувати такі слова, як "делікатність", "тендітність", "сенситивність", "чутливість", "вразливість", а також "незайманість", "цнотливість", "беззахисність", "безпорадність" тощо. У певному розумінні значення синонімів до слова "ніжність" можуть набувати і такі слова як "привабливість", "симпатичність". Адже усе, що викликає почуття ніжності, оцінюється нами як гарне, чудове, чарівне, або ж, принаймні, симпатичне, привабливе, своєрідне, навіть тоді, коли з цими оцінками мало хто погоджується.

Якщо продовжувати далі пошук синонімів до слова "ніжність", то такими можуть виступити антоніми його антонімів, тобто слова, що позначають феномени, протилежні грубості, жорстокості, страху, недовірі, формалізму, корисливості тощо. Це такі слова, як чуйність, милосердя, щирість, відкритість, турботливість, уважність, чемність, тактовність тощо.

Проте навряд чи варто надто відривати синоніми від антонімів, описуючи ніжність в її реальних, життєвих, індивідуалізованих формах прояву. Адже те, що одній людині видається ніжним, іншій може видаватися брутальним, бридким, несправжнім тощо. Знову ж таки добре відомі випадки, коли протилежні почуття до певного об'єкта (наприклад, любові та ненависті) дивовижним чином можуть поєднуватися в одній людині.

Філософія ніжності. Свобода і необхідність. Розглядати ніжність з позицій категорій свободи і необхідності можна у двох взаємопов'язаних напрямках. З одного боку, людина ніяк не може примусити чи умовити себе чи когось іншого переживати ніжні почуття. Хіба що ніжність можна спробувати удати, зімітувати, зіграти, відчуваючи страх або ж переслідуючи якусь маніпулятивну мету. З іншого боку, кожна людина на різних вікових етапах свого життя (дитинство, дорослість, старість), у різних життєвих ситуаціях (сім'я, робота), а також залежно від своїх індивідуальних особливостей дуже по-різному, але завжди очікує ніжного ставлення з боку значущих інших і прагне, у свою чергу, відчути, пережити ніжність по відношенню до когось. Тобто ніжність нам необхідна,

і ми нерідко буваємо готові заради неї обмежити себе у свободі. Проте, насправді, лише зустрівши чи знайшовши можливість дарувати й отримувати ніжність навзаєм, ми нарешті відчуваємо себе внутрішньо вільними. У нас наче виростають крила, з'являється відчуття польоту. Людина ж, яка взагалі не відчуває і не відчуває ніжності, боїться її проявів, або вимагає її по відношенню до себе, певно що потребує допомоги психотерапевта, або навіть вимагає уваги психіатра.

Час і простір. Прийнято вважати, що все сутне існує у просторі й часі. Щоправда, стосовно природи психічного думки розходяться. Наприклад, А. Бергсон наполягав на тому, що психічне, на відміну від тілесного, може вимірюватись тільки в часових одиницях тривалості. Але чому тоді ми схилиємося говорити саме про "безмежну", а не вічну ніжність. Напевно, річ у тому, що з рухом у просторі, можливістю його подолання ми пов'язуємо уявлення про свою свободу, суб'єктність, авторство і власне людське життя. І навпаки, вічний спокій у нас більше асоціюється з нерухомістю, необхідністю, смертністю. Тому є підстави віднести почуття ніжності до категорії позачасових переживань. Відчуваючи душею справжню безмежну ніжність, розчиняючись у ній, ми насправді можемо забути про час, піднятися над ним, а значить отримати свободу від необхідності, відкрити в собі нові можливості і від цього почуватися справді щасливими.

Як відомо, час і простір пов'язані одне з одним феноменом швидкості. Так ми із сумом констатуємо швидкоплинний характер ніжності, можемо з подивом констатувати, як в одних випадках швидко виникає і зникає це почуття і як поволі народжується і відмирає — в інших. Особливо гострі негативні реакції, що можуть супроводжуватись навіть знеціненням ніжності, спостерігаємо у тих людей, у яких вона є не частою гостею. Мовляв, не слід піддаватися ніжності, бо вона дуже швидко кудись зникає, залишаючи розбите серце, а в душі пекучий біль.

Проте не все тут так просто. Адже, мріючи про вічну ніжність, ми не можемо не зважувати на те, що особливу психологічну приналежність цій ніжності якраз і надає її швидкоплинність і короткотривалість, спонтанний, непрогнозований характер, неможливість іззовні скеровувати її просторово-часову динаміку.

Кількість і якість. Скільки і якої ніжності має бути в житті людини, аби вона відчувала себе щасливою? Напевно, що різної, і чим більше, тим



краще. Нашу ніжність до рідної дитини, до коханої людини неможливо виміряти. Не може бути надмірною ніжність, що її виявляє до нас людина, яку ми любимо, кохаємо. Водночас, брак, дефіцит, зменшення проявів ніжності може гостро переживатися.

Як правило, незброєним оком досить важко зафіксувати той момент, коли ніжних почуттів стає все менше і менше. Ми можемо раптом впіймати себе на думці, що ці почуття кудись поділися, перетворилися на жалість, терплячість, турботливість, тактовність, що ще вчора такий жаданий прояв ніжності з боку рідної людини сьогодні раптом починає нас дратувати, сприймається як недоречний, несвоєчасний чи надмірний.

Зрозуміло, що інтенсивність, яскравість, палкість переживання і прояву ніжних почуттів людини до людини не може бути однаковою, що вона змінюється залежно від історії стосунків, актуальної ситуації і перспектив їх подальшої взаємодії, від внутрішніх (настрою, стану здоров'я, мотивації і комунікації) та зовнішніх (термінові справи, оточення) чинників. Однак, у кожному конкретному випадку існує певна міра переживання чи прояву ніжності, порушення якої викликає занепокоєння і може свідчити про зміну характеру стосунків, зокрема, про втрату ніжності.

Цікаво, що мова про кількість ніжності заходить саме тоді, коли змінюється, а точніше — втрачається її якість. Із цим можна погодитись, оскільки заява типу: "Так мало ніжності мені даруєш ти останнім часом" свідчить про те, що ніжність або не переживається, або не сприймається як цінність. Тому з позицій якісного підходу цілком справедливим є твердження, що ніжності не може бути

багато чи мало: вона або є, або її немає.

Недоречно також говорити в цьому аспекті про справжню і несправжню ніжність, про ніжність вищого чи нижчого гатунку. Хіба що з огляду на особливості її розвитку у філо- та онтогенезі, а також в історії міжособистісних стосунків.

У реальному житті можна спостерігати різну динаміку ніжності, періоди її зародження, нарощування, розквіту, згасання і відновлення, а також своєрідні якісні перетворення, коли, наприклад, ніжність платонічна переходить у сексуальну і навпаки, коли вона з тілесного рівня підноситься до душевного і духовного, з репродуктивно-відтворювального до перетворювального, а потім інтегрується і розвивається як єдина жива гармонійна цілісність або руйнується під впливом негативних факторів.

Форма і зміст. Як свідчить емпіричний досвід, почуття ніжності може переживатися і виявляти себе дуже по-різному. Залежно від рівня емоційної чутливості, типу темпераменту, рис характеру одна людина може переживати це почуття яскраво, різнобарвно, віднаходити для його прояву нові оригінальні форми і вкладати в них нові змісти. В її душі можуть знаходити ніжний відгук не тільки близькі, але й малознайомі люди, а також тварини, рослини, різні предмети, явища природи тощо. Її ніжність, так би мовити, є широкомасштабною і всеохопною. Проте не виключено, що ця широта досягається за рахунок глибини і стабільності.

Зрозуміло, що як форма, так і змістове наповнення ніжності буде різним у парі "мати — дитя", у парі закоханих молодих людей і у подружжя, що готується святкувати золоте весілля.

Специфічні відмінності у ніжному ставленні і переживанні цього почуття будемо спостерігати у дітей різного віку до менших, ровесників, старших дітей і своїх батьків.

Реально говорити про гендерні відмінності у переживанні та проявах ніжності, припускаючи, що жінку обдарувала ніжністю сама природа. Вона здатна глибоко переживати це почуття, унікально його виявляти, а також сама по собі є втіленням ніжності. Чоловік у цій якості поступається жінці: він не повинен бути ніжним створінням, але водночас має відчувати і виявляти ніжність до коханої жінки, дружини, до своєї дитини, а також здатність і готовність бути для них об'єктом ніжних почуттів. Тобто, чоловіча ніжність не гірша, а дещо інша,



ніж жіноча, вона повинна своєю формою і змістом доповнювати жіночу ніжність. Тут варто шукати аналогії з тим, як *Жак Бодрійяр* намагався розв'язати міф про фемінізм, стверджуючи, що онтична місія чоловіка полягає у виробництві, жінка ж покликана "зва-

блювати" чоловіка на виконання ним його місії.

Істинність та значущість. Ніжні почуття можуть формуватися, набувати розвитку за умови, що стосунки, які складаються між закоханими, членами подружжя, батьками і дітьми, є відвертими, щирими, чесними, правдивими, коли вони задовольняють критерії істинності та значущості.

Я не можу і не хочу брехати людині, до якої маю ніжні почуття. Адже саме з нею я пов'язую свої уявлення про істинність у її поєднанні з добротою і красою як найвищими цінностями. Такі стосунки ми називаємо "чистими" і асоціюємо їх із безхмарним небом, криничною водою - з усім тим, що не викликає сумнівів, до чого ми можемо відчувати абсолютну довіру і перед чим можемо вільно, беззастережно і тому радісно розкритися у всій своїй індивідуальній неповторності.

Як правило, вже перші, здавалося б, зовсім невинні слова, що суперечать істині, ставлять під сумнів значущість стосунків, порушують їхню чистоту, можуть бути першими симптомами втрати почуття ніжності. Негативний досвід переживання ніжності чи його прояву може сформувати, особливо у чутливої душі, стійкий психологічний захист, упереджену позицію і навіть агресивну протидію як зовнішнім, так і внутрішнім пропозиціям з боку цього почуття. Людина справді може втратити віру в реальність існування ніжності, вважатиме це вигадкою, нездоровою грою уяви, тобто чимось таким, що не відповідає її уявленням про істинність та значущість. Натомість місце ніжності займає інше, нерідко протилежне йому почуття.



Психологія ніжності. Сутнісні психологічні ознаки ніжності можна віднаходити в художніх творах, реконструювати на основі загальних уявлень про природу людських почуттів, що їх пропонує наукова, навколонукова і практична психологія. Цікавою в цьому розумінні є спроба *А. Макарової* дати набір визначень поняття ніжності. Наведемо найяскравіші її характеристики мовою оригіналу.

"Нежность — это эмоциональный оттенок Любви, наполненный желанием сберечь и сохранить в первозданной чистоте то, на что нежность направлена. Нежность — почти как незаметность, чуть-чуть, с силой, но без толчков и грубости. Нежность ненавязчива, нейтральна и прозрачна, она не заглушает, а, наоборот, подчеркивает тончайшие нюансы состояний. Не зря розовый и голубой — цвета нежного младенческого возраста. Нежность — это способность сонатройки, энергетического резонанса, сопереживания, сочувствия, внимательности к объекту нежности. Нежность подразумевает излучение, действие, ибо она обязательно проявляется человеком физически: взглядом, словами, прикосновениями и жестами, улыбкой, просто внутренним сиянием. По одному определению "нежность — это специфические флюиды, испускаемые всем телом". Можно сказать, что нежность — это желание сделать негу другому. Нежность тем и отличается от неги, что подразумевает не пользование и испытывание ощущений, а наоборот, излучение состояния, проявление внимания к другому. Интересно, что эгоистичные люди часто имеют еще и характеристику "черствый", это слово — антипод понятию "нежный". Нормальный человек не будет стесняться проявлять нежность. Не выносят нежностей и называют их "телячьими" те, кто на самом деле опасается интимности, открытости и абсолютного доверия к другому, и поэтому прячется за маской грубости и цинизма" (<http://www.litkonkurs.ru/?pc=forum&t=3&vid=153962&project=5>).

Аналізуючи цей загалом цікавий перелік ознак ніжності, слід зауважити, що в ньому знайшли своє відображення і ті проблеми, з якими може зіткнутися кожний дослідник цього феномена. Справді, ніжність є чимось настільки тендітним, чутливим, вразливим, що будь яка спроба його визначення, підведення під єдиний категоріальний знаменник несе в собі небезпеку обмеження чи навіть спотворення уявлення про його сутність. Чи не тому, намагаючись відповісти на питання "Що є ніжністю?", досить

важко обійтися без метафоризацій, асоціацій і навіть редукцій (ніжність "випромінюється", асоціюється з "внутрішнім сьайвом", з чистотою і кольорами немовляти, в іншому контексті вона "прозора"). Виглядають дискусійними твердження про те, що ніжність є відтінком любові, тобто не має самостійного онтопсихологічного статусу, що протилежністю ніжності є саме черствість, що ніжність тільки випромінюється, а не відчувається, що нормальна людина повинна без будь-яких застережень завжди і всюди виявляти свою ніжність тощо. Означена дискусійність викликана в одних випадках дещо інтуїтивним, в інших — дещо абстрактним, а ще в інших однобічним розумінням цього поняття.

Аби наблизитися до тієї трепетної живої реальності, що позначається словом "ніжність", варто відомості про неї, отримані за допомогою логіки та інтуїції, доповнити результатами емпіричного дослідження.

Наприклад, видаються цікавими окремі висловлювання учасників одного з інтернет-форумів, присвяченого обговоренню питання про роль і місце ніжності в інтимному житті:

"Можливо ви не погодитесь, але найніжніша ніжність буває у мами. Вищого в житті я не зустрічала".

"Може це лише у мене так буває: дивлюся на абсолютно незнайому жінку і стільки ніжності в ній відчуваю..."

"Взагалі, що найбільше мене приголомшує, так це те, яким ніжним може бути чоловік!.. і якими грубими — жінки!"

"Сама я так і не навчилася розуміти дуже ніжний і пасивний секс. Віддаю перевагу активнішому (30-40% ніжностей і 60-70% грубоців)."

"Я можу бути ніжною, але це потривно заслужити".

"А ніжність теж можна в дитинстві придушити. Ось в мені її немає, на жаль".

Наведу розподілені за окремими рубриками приклади "душевних зізнань" респондентів, які брали участь у психологічному дослідженні індивідуального досвіду переживання людьми почуття ніжності. Респондентами були магістранти-психологи, яким запропонували написати психологічний твір на тему *"Мій особистий досвід переживання почуття ніжності"*.

Чим є для мене ніжність?

"Для мене ніжність — це переповнене насолодою серце. Це оголена щирість і трепетне розуміння. Це задоволення від чистішої радості. Це щось, що саме виринає із грудей. Це те, що не потребує слів. Це сила і слабкість. Це нескінченність і гармонія в хаосі."

Ніжність безцінна, безкоштовна і всіма бажана. Вона безтурботна і життєстверджуюча. Це відчуття, якого буває надто багато і надто мало одночасно".

Хто чи що пробуджує у мене ніжні почуття?

"Ніжним може бути вітер, ковдра і навіть кошеня, але ніщо не може зрівнятися з ніжним почуттям людини до людини".

"Незвичайна ніжність народилася в мені разом із народженням мого синочка. Коли дивився на таке прекрасне ангельське створіння, а ще й усвідомлюєш, що це твоя дитина, то просто неможливо не відчувати ніжність. Мені весь час хотілося пригортати його до себе і бути з ним поруч".

"Справжню ніжність я відчула в своєму серці, коли зустріла кохану людину... Іноді просто забивало дух від цих емоцій. З часом бурхливість емоцій стихла, а ніжність залишилася, вона стала ще глибшою, ніж була".

"Хто може подарувати стільки ніжності, як мама, мамонька, матуся? Мабуть ніхто. Для мене слово "мама" — синонім слова "ніжність".

Як я переживаю ніжність і як її оцінюю?

"Ніжність у мене завжди викликає посмішку, якусь мрійливість, а очі наче сяють особливим м'яким світлом. Виникає бажання доторкнутися, зробити дуже хороше, приємне конкретній людині. Виникає натхнення, політ почуттів. Усередині наче плескається величезний ласкавий океан. З'являється бажання зупинити цю мить, розтягнути її. Час наче змінює свою течію, сповільнюється, предмети, люди, світ у цілому сприймаються якось зовсім інакше".

"Виникає відчуття невагомості та єднання (ти і він одне ціле). Хочеш, щоб воно продовжувалося вічно, ніколи не закінчувалося".

"Ніжність можна прочитати лише в очах людини, яка просто мовчки дивиться на тебе. Лише у боязкому дитинку. Без слів..."

"Ніжність коханої людини — це море пестощів, турботи, тепла. Це таке відчуття, яке окрилює тебе, коли хочеться кричати "Я найщасливіша в цьому світі!"

"Іноді навіть легенький дотик, один погляд буває ніжнішим, ніж тисячі приємних слів".

"Ніжність для мене — це не тільки приємні слова, але й учинки".

"Саме завдяки ніжності можна зрозуміти, наскільки добре до тебе ставляться дорогі для тебе люди".

"Хвилини справжньої ніжності запам'ятовуються надовго, а деякі з них

— на усе життя. Спогади про них дарують нам тепло, викликають бажання жити далі".

Чи завжди ніжність є взаємною?

"Не можна примусити себе бути ніжним чи відповідати на ніжність ніжністю".

"Мені приємніше виявляти ніжність, аніж отримувати її від інших, хоча це теж дуже приємно".

"Не знаю, що краще — дарувати чи приймати ніжність, але дарувати набагато легше".

"Ніжність... Часто хочеться її відчувати, але чомусь нерідко забуваєш її дарувати. Напевно це одна з речей, яку не можна отримати, не даруючи".

Які проблеми можуть супроводжувати переживання ніжності?

"Часом почуття ніжності приносить душевний біль. Це тоді, коли людина, до якої виявляєш свою ніжність, відкидає її. Особливо боляче, коли ти цю людину вважаєш близькою чи коханою. Саме тому почуття ніжності іноді не хочеться проявляти. Ніжність робить мене чистішою і спокійнішою, але також мені захищеною та вразливою".

"У моєму житті напевно були моменти, коли я відчувала ніжність, але, на жаль не можу пригадати жодного випадку... Почуття ніжності для мене найбільше пов'язане з любов'ю, але цього почуття я теж не знала. У батьків специфічна любов, вони, мені здається, не вміють її виражати... і я не вмію. Я чомусь боюся, коли хтось із батьків хоче погладити мене по голові або поцілувати. Я боюся їх обійняти... не знаю, чому..."

Вже цей невеличкий за обсягом, але досить відвертий, наповнений емоціями емпіричний матеріал, дозволяє скласти певне уявлення про те, яке значення і яку роль люди відводять почуттю ніжності в своєму житті, а також виявити реальні суперечності, що мають місце в розумінні його сутності.

Насамперед цікаво відзначити, що багато хто з респондентів висловлювали подив з приводу того, що цей феномен не ставав предметом їхньої особистої рефлексії, і навіть ті, хто мали спеціальну психологічну освіту, відчували значні труднощі, намагаючись вербалізувати своє уявлення про ніжність, розповісти про свій власний досвід її переживання. При цьому спостерігалися помилки, характерні для випадків, коли феномен і відповідне поняття не піддаються визначенню. Так уявлення про ніжність підмінялися уявленнями про уважність,

чуйність, турботливість, готовність допомогти тощо. Хтось вважав ніжність компонентом любові чи кохання, хтось намагався встановити між ними паритетні або причинно-наслідкові зв'язки. Не просто було з'ясувати відмінності між словами "ніжність" і "ласка" тощо.

Важливим фактом можна вважати відверте зізнання переважної більшості учасників дослідження у тому, що вони гостро переживають дефіцит ніжності і як потенційні носії цього почуття, і як об'єкти, на яких воно мало би бути спрямоване. Дехто взагалі вимушений був констатувати, що з дитинства обділений ніжністю з боку рідних і близьких людей, а ще інші з прикрістю визнавали недорозвиненість у себе здатності сприймати і дарувати ніжність.

Ніжність є досить складним за своєю природою психологічним (соціально-психологічним) феноменом. Якщо узагальнити те, що становить внутрішню, пов'язану з переживаннями і ставленнями, та зовнішню — поведінкову сторону ніжності, то можна вибудувати наступний ряд їхніх співвідношень. Ніжність можна:

- переживати і виявляти;
- переживати, але не виявляти;
- виявляти, але не переживати;
- переживати, виявляти й очікувати (або ж не очікувати);
- не переживати і не виявляти, хоча очікувати;
- не переживати, не виявляти і не очікувати;
- виявляти і приймати;
- виявляти, але не приймати (чи не сприймати);
- викликати чи не викликати взаємну ніжність тощо.



Уявлення про ніжність набуває різних значень залежно від того, в межах якого дискурсу воно розглядається. Скажімо, в межах інтимно-особистісного підходу значення цього слова конституюється і фіксується шляхом його поєднання з такими словами як любов, ласка, лагідність, чуйність, тактовність, щирість і протиставлення таким словам як бездушність, бруталність, нещирість тощо.

Зрозуміло, що за умови зміни значення будь-якого зі слів, що утворюють вузлові точки дискурсивної мережі, слово "ніжність" буде набувати нових значеннєвих відтінків. Зокрема, такі трансформації можна спостерігати, якщо в інтимно-особистісному дискурсі виділити "сексуальний" та "платонічний" піддискурси. В інших дискурсивних системах: естетично орієнтованих (витонченість, тендітність), медично орієнтованих (слабкість, хворобливість), юридично, педагогічно, гендерно орієнтованих (незахисність, недосвідченість безпорадність, незайманість), предметно орієнтованих (м'якість, тендітність) тощо, слово "ніжність" також буде змінювати своє значення. Слід звернути увагу і на те, що між різними дискурсами, які містять уявлення про ніжність, завжди можна спостерігати конку-

рентну боротьбу за домінування. Наслідком такої боротьби може бути як розвиток, так і розмивання сутності поняття ніжності в його автентичному значенні інтимно-особистісного почуття і унікально-неповторного ставлення *людини до людини*. Як свідчить якісний аналіз результатів проведеного нами емпіричного дослідження, саме *материнську ніжність* запропоновано вважати вищою формою прояву цього почуття, своєрідним критерієм, що підкреслює значущість душевно-духовного ставлення людини до людини і відводить на другий план тілесно-плотський аспект переживання ніжності.

Отже, з одного боку, реально припустити існування різних "ніжностей", а з іншого — можливість побудови логіко-генетичної моделі формування і розвитку ніжності в онтогенезі: від материнської (батьківської) до дитячої, від дитячої до дорослої (зокрема, сексуальної) і знову до батьківської, але вже на новому рівні.

Ніжність можна розглядати не тільки як певний вид переживання, але й як властивість, притаманну (чи приписувану) людині, тварині, рослині, явищу природи (ніжний погляд, ніжний голос, ніжний дотик, ніжний стан, ніжне хутро, ніжна квітка, ніжний колір, ніжний вітерець тощо).

Когось із нас може дивувати і навіть обурювати висловлювання жінки, ніжність якої треба "заслужити". Хоча подібна егоїстична позиція може бути зрозумілою і певним чином виправданою негативним життєвим досвідом людини, якій за її ніжність не раз віддячували холодною байдужістю або цинічною зрадою.

Про необхідність спеціального дослідження феномену ніжності говорять випадки несформованості, нерозвиненості, "придушеності" чи втрати людиною цього почуття, що наводить на думку про необхідність розробки спеціального психологічного інструментарію як для наукового вивчення, так і практичної роботи, спрямованої на профілактику і корекцію таких девіацій.

Результати проведеного емпіричного дослідження породжують питання щодо гендерних відмінностей у переживанні та прояві почуття ніжності. Не менш цікавим є й те,



що різні люди можуть дотримуватися діаметрально протилежних поглядів щодо місця і ролі ніжності в статевих стосунках: хтось не уявляє собі секс без ніжності, а комусь вона в цій справі просто заважає.

Замість резюме. Як можна переконалися, з феноменом ніжності у своєму житті стикається практично кожна людина. Не викликає особливих труднощів виокремлення та ідентифікація цього різновиду переживань у процесі рефлексії і під час спостереження за іншими людьми. Однак досить складно знайти слова, які б дозволили повною мірою передати його якісну своєрідність. Ніжність дивним чином вибудовує свої синонімічні та антонімічні ряди. Наприклад, важко сказати, яке з трьох понять: брутальність, страх чи недовіра є найбільшою протилежністю ніжності. Неоднозначно складаються у неї синонімічні відношення з ласкою та любов'ю. У якомусь розумінні справедливо вважати, що ніжність народжується десь усередині любовного почуття, є його закономірним наслідком. Проте трапляється, що сама любов виникає на основі почуття ніжності.

Поняття "ніжність" знаходить своє визначення на перетині таких базових психологічних категорій, як "ставлення" (стосунки, відношення) і "почуття" (емоції, відчуття, переживання), співвіднесених з категорією "душа", що надає ніжності живої цілісності та інтимності.

Індекс ніжності зростає з переходом від множини до однини, від групового, колективного до індивідуального, від масового, типового до своєрідного і неповторного. Складно відчувати ніжність до людства в цілому чи до людини взагалі, але цілком реально до конкретної дитини чи коханої людини.

З огляду на рівні прояву і можливості розвитку ніжності розрізняють:

- рівень, на якому ніжність виявляється до неживих предметів, природних явищ, рослин, тварин і рівень ніжного ставлення людини до людини;

- початковий рівень передчуття, пробудження, інтуїції ніжності і рівень глибоко усвідомлюваного душевного переживання цього почуття;

- рівень відтворювальний і перетворювальний, що передбачає розвиток цього почуття і ставлення, а також готовність до вчинку істини, добра, краси, любові та навіть самопожертви заради об'єкта своєї ніжності.

Розвиток ніжності відбувається у напрямку від початкового, нижчого

рівня до вищого, але, якщо слово "рівні" змінити на слово "полюси", то з'являється можливість пояснення рушійних сил розвитку цього феномена як результат боротьби ніжності з її антагоністами — брутальністю, жорстокістю, черствістю, байдужістю, нещирістю тощо.

Феномен ніжності складно і навіть нереально повноцінно дослідити в межах якоїсь однієї з галузей психологічної науки. Як різновид почуття воно є предметом загальної психології. Про те, як відбувається процес становлення і розвитку ніжності в онтогенезі повинна сказати своє слово вікова психологія, а про можливість її цілеспрямованого формування — психологія педагогічна. Як інтимно-особистісне почуття і складник системи значущих переживань вона є предметом психології особистості. Проте чільне місце в дослідженні ніжності як взаємного (в ідеалі) почуття і ставлення людини до людини, що виявляє себе в їхніх стосунках, займає соціальна психологія. Актуальними для соціально-психологічного дослідження і важливими для практики людського життя постають наступні проблеми:

- гармонізації індивідуальних особливостей (мотиваційних, інструментальних, енергетично-динамічних та ін.) переживання і прояву ніжності різними людьми, формування узгодженого стилю ніжних стосунків одне з одним;

- збереження спонтанності, можливості залишатися самим собою у формах переживання, проявах ніжності та способах реагування на її прояв з боку партнера;

- синхронізації ніжності у часі і погодженості щодо розташування її проявів у просторі взаємостосунків (вона може бути своєчасною чи несвоєчасною, може бути безмежною, але вимагає інтимної дистанції контактування);

- досягнення взаєморозуміння щодо прийнятності прояву ніжності взагалі чи якихось її особливих форм у тій чи іншій ситуації тощо.

Тим, хто ризикне досліджувати ніжність, слід бути готовим до різних проблем, пов'язаних із багатолікістю цього феномена. Адже ніжність — це і почуття, яке я переживаю стосовно іншої людини (та інших сутніх), і переживання, пов'язані з проявом ніжності іншою людиною до мене, а також рефлексія цих переживань.

Ніжність виявляє себе переважно в ситуаціях інтимного спілкування, вона не любить виходити на загал, бути предметом широкого обговорення, захищається від спостереження, не дозволяє експериментувати над собою і як унікальне сутне не сприймає будь-якого оцінювання, порівняння і підведення під загальний знаменник.

Слід погодитись із тим, що до ніжності як і до інших об'єктів психологічного пізнання можливо і потрібно запроваджувати кількісні методи дослідження. Адже ніжність може мати різну інтенсивність, може бути "тихою", а може — "смертоносною", як про неї писала *Анна Ахматова*, може бути миттєвим спалахом, а може зігрівати душу людині усе її життя. Однак, до того, як почати "рахувати", "вимірювати", "зважувати" і загалом оцінювати ніжність, бажано вичерпати всі можливості її якісного дослідження. Орієнтуючись на положення сучасної постнекласичної парадигми, у дослідженні феномена ніжності варто намагатися віднаходити компроміс між традиційно науковим (у чомусь формальним і безпристрасним) підходом та готовністю дослідника і респондента у відвертому діалозі відкрити одне одному душу, поділитися сокровенним, потаємним, знайти індивідуальний сенс і спільний пізнавально-практичний інтерес у цій особливій взаємодії. Слід так коректно і тактовно, так "ніжно" увійти в контакт із ніжністю, щоб вона сама, без примусу погодилася розкрити свої таємниці і можливості.

Як свідчить наша обережна спроба психологічного дослідження ніжності, вона сьогодні як ніколи прагне бути почутою, потребує нашої уваги, розуміння, визнання, а в окремих випадках — активного психологічного захисту, допомоги і підтримки.

Не виключено, що хтось, спираючись на власний негативний досвід переживання ніжності, спробує піддати сумніву значення цього феномену для кожної людини і для людства в цілому. Але ж тоді він матиме опонентом самого *Альбера Камю*, автора роману "Чума", який не знайшов нічого більш альтернативного згубній дії страшної епідемії, ніж звичайна людська ніжність: *"Тепер вони знали, що існує в світі дещо, чого потрібно прагнути завжди, і що інколи дається в руки, і це дещо — людська ніжність"*.

Для ілюстрацій у статті використано фотографії з Інтернет-форумів "Нежність. Картинки", а також картини С. Ріос "Планування майбутнього" і С. Кук "Мати і дитина"