

НІКІ ГЕЙЗ

КОРОТКА ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

*Переклала з англійської
Анастасія Цимбал*

«НАШ ФОРМАТ» · КИЇВ · 2025

[Почитати опис, рецензію і купити можна на сайті nashformat.ua](https://nashformat.ua)

ЗМІСТ

<i>Розділ 1</i>	<i>До джерел. Греки, Гален і вплив Сходу</i>	<i>7</i>
<i>Розділ 2</i>	<i>Розвиток науки. Уявлення про розум: від Декарта до Дарвіна</i>	<i>14</i>
<i>Розділ 3</i>	<i>Легендарний випадок із Фінеасом Гейджем. Зародження нейропсихології</i>	<i>20</i>
<i>Розділ 4</i>	<i>Психофізика і рання психологія. Оцінка розумових здібностей</i>	<i>26</i>
<i>Розділ 5</i>	<i>Несвідоме. Фройд і психоаналіз</i>	<i>33</i>
<i>Розділ 6</i>	<i>Погляди нативістів. Перші тести IQ і поява еugenіки</i>	<i>40</i>
<i>Розділ 7</i>	<i>Біхевіоризм. Навчання за принципом «стимул — реакція» і заперечення нативізму</i>	<i>47</i>
<i>Розділ 8</i>	<i>Психологія в дії. Зародження прикладної психології, Готорнський експеримент і модель людських взаємин</i>	<i>53</i>
<i>Розділ 9</i>	<i>Епоха тестів. Зародження психометрії та підходи до особистісних тестів</i>	<i>59</i>
<i>Розділ 10</i>	<i>Розуміння соціального життя. Оллпорт і Вундт — основоположники соціальної психології</i>	<i>66</i>
<i>Розділ 11</i>	<i>Школа гештальту. Ціле як відмінне від сукупності його частин</i>	<i>72</i>
<i>Розділ 12</i>	<i>Двоє постфрейдистів. Колективне несвідоме Юнга та індивідуальна психологія Адлера</i>	<i>78</i>
<i>Розділ 13</i>	<i>Біхевіоризм завойовує світ. Маленький Альберт, оперантне обумовлення і дивний новий світ Скіннера</i>	<i>84</i>
<i>Розділ 14</i>	<i>Як розвивається розум. Піаже, Гезелл і Виготський про розвиток дитини</i>	<i>90</i>
<i>Розділ 15</i>	<i>Відсутня ланка. Пояснення мотивації через потреби і потяги. Теорія Маслоу</i>	<i>97</i>
<i>Розділ 16</i>	<i>Гуманістичний рух. Акцент на цілісній особистості</i>	<i>103</i>
<i>Розділ 17</i>	<i>Психологія на війні. Поворотний момент: прикладна психологія та військові дослідження</i>	<i>109</i>
<i>Розділ 18</i>	<i>Пояснення нацизму. Психоаналітичні та біологічні пояснення агресії</i>	<i>116</i>
<i>Розділ 19</i>	<i>Конформність і поступливість. Аш і Мілґрем про слухняність</i>	<i>122</i>
<i>Розділ 20</i>	<i>Повернення розуму. Міллер, Брунер і Найссер — лідери когнітивного підходу</i>	<i>129</i>

Розділ 21	Емоції та стрес. «Бийся або тікай», стрес і психоімуннологія	136
Розділ 22	Розвиток стосунків. Імпринтинг, формування стосунків і дискусія про материнську депривацію	142
Розділ 23	Соціальне навчання. Груповий конфлікт, норми та стилі лідерства	149
Розділ 24	Зміна атитюдів. Когнітивний дисонанс, вимірювання атитюдів і теорії упередження	156
Розділ 25	Психологія і Холодна війна. Міннесотський голодний експеримент та експерименти ЦРУ з контролю розуму	163
Розділ 26	Виклик традиційній психіатрії. Критика медичної моделі та антипсихіатрія	170
Розділ 27	Соціальна психологія у США. Особистий простір, вимірювання привабливості, ефект свідка та індивідуалістичний підхід	177
Розділ 28	Соціальна психологія в Європі. Вплив групової належності на розуміння та поведінку, співконструювання сенсу	183
Розділ 29	Світова психологія. Від Японії та Китаю до Росії, Індії та Південної Америки	190
Розділ 30	Культура і самість. Франц Фанон і колоніальний погляд на ідентичність	197
Розділ 31	Розвиток нейропсихології. Нейромедіатори, препарати, депривація сну та хірургічна ідентифікація мозкових структур	204
Розділ 32	Початок ери комп'ютерів. Моделі обробки інформації про увагу, когніції та пам'ять	210
Розділ 33	Розуміння сприйняття. Теорії про те, як ми надаємо сенсу сприйнятому	217
Розділ 34	Контроль та агентивність. Набута безпорадність, локус контролю і теорія атрибуції	224
Розділ 35	Соціальна дитина. Перегляд теорії Піаже та соціально свідомо дитина	231
Розділ 36	Продовження дискусії «природа проти виховання». Типи тестів інтелекту та їх неоднозначність	238
Розділ 37	Від безпорадності до оптимізму. Селігман і становлення позитивної психології	245
Розділ 38	Ухвалення рішень. Щоденні судження і евристики — системи мислення за Канеманом	251
Розділ 39	Вузли, мережі та нейропластичність. Класичне дослідження таксистів, реабілітація після інсульту, нейромережі та соціальні емоції	258
Розділ 40	Револуція в методології. Деконструкціонізм і деколонізація, проблеми традиційної дослідницької методології та криза репрезентативності	265

РОЗДІЛ 1



ДО ДЖЕРЕЛ

Греки, Гален і вплив Сходу

Психологія — наука надзвичайно цікава, у певному сенсі вона лежить в основі людського ества. Зрештою, усі ми щодня займаємося психологією: розуміємо — або намагаємося зрозуміти — думки і поведінку інших. Так ми ладнаємо в родині, у соціальних групах та суспільстві.

І досить часто ми помиляємося. Думаємо, що знаємо інших, а потім щиро дивуємося, коли вони бачать усе не так, як ми, або поведуться дивно (на наш погляд). Формуємо уявлення про людську природу з прочитаного та побаченого, але це навряд чи хороша ідея. Часто не усвідомлюємо, що наше розуміння людей нерозривно пов'язане з конкретним часом, місцем і культурою, у яких ми живемо, і для інших воно може бути неактуальним. Або ж беремо на віру переконання, якими людство жило тисячоліттями, навіть не замислюючись, звідки ці переконання пішли.

Зазвичай поширені в суспільстві уявлення про людську природу — це здебільшого суміш здогадок, небилиць, а часом і цілковитої нісенітниці. Та це все не психологія.

Психологія — це наука, що займається дослідженням людей: як і чому ми поведимося саме так, а не по-іншому; чому сприймаємо все так, а по-іншому; як взаємодіємо одне з одним. Головне слово тут — «наука». Психологи не покладаються на припущення і чутки, на загальноприйняті уявлення суспільства в певний період чи навіть на глибокі, виважені судження філософів. Натомість ми шукаємо докази, щоб упевнитися, що ідеї психології мають міцне підґрунтя, а не просто основані на загальноприйнятих уявленнях чи припущеннях. Хоча всі люди різні, існують як спільні для всіх процеси й принципи, так і такі, що зумовлюють дивовижні культурні й соціальні відмінності. Саме це й вивчає сучасна психологія.

Психологія — наука багатогранна, як і люди, яких вона вивчає. Немає єдиної психології, що підходить для всіх і вся, почасти тому, що як індивіди ми всі дуже складні; почасти тому, що люди формуються в різних культурах, а почасти тому, що у психології дуже розгалужене коріння, що має багато джерел. До того ж немає якогось одного типу психолога. Одні психологи займаються академічною діяльністю, але аж ніяк не всі. Від самого початку психологія знайшла практичне застосування в багатьох сферах. Наприклад, клінічні психологи працюють із людьми, які мають проблеми з психічним здоров'ям або труднощі адаптації до життя; організаційні психологи допомагають керівникам компаній знайти найефективніші методи управління персоналом; юридичні психологи допомагають у кримінальних розслідуваннях; педагогічні психологи працюють у школах і забезпечують відповідну освіту для дітей із різними потребами. Від коучингу та медичних консультацій до підготовки пілотів та ШІ — сучасні психологи застосовують свої знання і навички, щоб допомогти людям.

То з чого ж усе почалося?

Протягом багатьох століть неабиякий вплив на європейську думку мали давньогрецькі й давньоримські письменники. Аж до Відродження вважалося, що античні мислителі охоплюють увесь спектр наукових знань, а їхні ідеї так міцно вросли

в релігійну традицію, що коли ранні науковці на кшталт Галілео Галілея (1564–1642) заперечували ці ідеї, то їх таврували як еретиків і нещадно переслідували. Дехто вбачає початки психології у працях давньогрецьких філософів, як-от Платона (427 — близько 347 до н. е.) та Арістотеля (384–322 до н. е.), або ж пізніших мислителів, наприклад, грека Клавдія Галена (129 — близько 200 до н. е.), який жив і працював у Римі доби Імперії. Їхні уявлення про людину впливали на західну науку і після Відродження.

Давньогрецьких філософів шанували як глибоких мислителів, які сформували уявлення про навколишній світ, космос і людську природу. Однак науковцями вони не були, а деякі їхні ідеї були відверто примітивними. Наприклад, Платон у своєму діалозі «Держава» описав три різні типи людей у суспільстві: правителі (лідери, які завдяки своїм інтелекту і природним здібностям керують цим ідеальним суспільством); воїни (дбають про безпеку держави); робітники (селяни, ремісники, торгівці — не надто розумні й неграмотні, займаються суспільно корисною фізичною працею). Платон припускав, що ці три типи завжди народжуватимуть собі подібних: думку про те, що в родині робітників може народитися дитина зі здібностями правителя, він навіть не розглядав.

Хоча Платон писав про ідеальне суспільство (принаймні у його уявленні), ці ідеї мали вплив. Протягом століть у Європі панував феодалізм, де на верхівці була аристократія, лицарство охороняло панівний лад, а ремісники й селяни жили у злиднях і майже нічого не мали. Нічого не нагадує? Платон описав жорстку соціальну структуру, що стала основою ідеології та переконань феодального устрою: люди вже народжуються у відповідній для себе соціальній верстві. Навіть після того як феодалізм поступово відійшов у минуле, однаково вважалося, що людина має посідати те місце в суспільстві, що і її батьки. Промислова революція стала викликом для такої системи: підприємливі самоуки порушили статус-кво, й у звичайних людей з'явилася можливість здобувати освіту. Проте, як дізнаємося з розділу 6,

загалом західне суспільство міцно трималося за думку про те, що здібності та інтелект успадковуються. І це мало далекосяжні й часто трагічні наслідки.

На спосіб нашого мислення вплинули не лише ідеї Платона. Наприклад, Арістотель стверджував, що в людей є тільки п'ять чуттів: зір, слух, дотик, смак і нюх. Ця думка набула широкої популярності на віки: дітей досі навчають цього в початковій школі. Однак Арістотель помилявся. Його підхід цілковито ігнорував усі наші внутрішні чуття і деякі менш помітні зовнішні. Наприклад, у нас є кінестезія — вона керує нашими рухами; пропріоцепція — вона надає нам інформацію про розташування наших кінцівок; терморецепція — інформує нас про тепло й температуру. І це невичерпний перелік. Я підрахувала, що неврологи ідентифікували понад сорок різних способів, якими ми отримуємо інформацію — як безпосередньо від тіла, так і від навколишнього середовища.

Чи це щось змінює? Власне, так. Через ігнорування цих чуттів ми утвердилися в думці, що відособлені від решти світу: ми отримуємо з нього інформацію, але не залежимо від нього і він на нас не впливає. Проте навіть найбазовіші знання психології показують, що це зовсім не так: ми не сприймаємо події об'єктивно; ми активно обираємо, що сприймати, і помічаємо тільки релевантне для себе. Наші спогади — це не фактичні записи подій, їх формують наші знання, очікування і подальший досвід. А наші судження — це не логічна оцінка фактів, їх формують наша культура, соціальна група й особистий досвід. Ми не існуємо окремо від світу, ми беремо в ньому активну участь.

Давні греки вважали логіку найвищим досягненням людської думки. Через Арістотеля, Платона та інших у нас стала домінувати думка про вищість логічного мислення і про те, що люди припускаються «помилки», тому що мислять необ'єктивно й упереджено. Насправді ми ухвалюємо не логічні рішення, а людські. І в нас немає об'єктивних спогадів чи сприйняття, ми інтерпретуємо і пригадуємо досвід із погляду його людського значення. Психологам знадобилося чимало часу, щоб зрозуміти, що це не помилки, а частина людського ества, і що

в реальному світі вони іноді працюють краще, ніж формальна логіка. Ще більше часу для цього знадобилося нашим соціальним інститутам.

Ще одна давня ідея, яка і сьогодні впливає на наші думки, належить грецькому лікареві Клавдію Галену, який удосконалив Гіппократові уявлення про фізичні хвороби. Гіппократ (близько 460 — близько 370 до н. е.) вважав, що хвороби виникають через дисбаланс чотирьох «життєвих соків» організму: флегми, крові, світлої та чорної жовчі. Надлишок тієї чи іншої рідини в організмі спричиняє хворобу, а лікування має на меті відновити цей баланс. Наприклад, практика кровопускання століттями була стандартним методом лікувати лихоманку, адже вважалося, що почервоніле обличчя і жар спричинені надлишком крові в організмі.

Гален пішов далі: він стверджував, що ці «життєві соки» також впливають на особистість. Він вважав, що є чотири різних типи особистості, які залежать від балансу цих рідин у тілі людини. Люди з надлишком флегми, стверджував він, спокійні й надійні; ті, у кого переважає кров, веселі, активні й відкриті; люди з надлишком світлої жовчі («холе») енергійні й пристрасні, часом нестримані, а люди з надлишком чорної жовчі («меланхоле») уважні й добрі, проте часто похмурі й схильні до депресії.

Ми й зараз можемо простежити вплив Галена в нашій мові. Ось, наприклад, чотири речення, кожне з яких відображає один тип особистості за моделлю Галена.

Вона явно сангвінік. Не думаю, що вона буде проти.

Гамлет — класичний меланхолік.

Знаючи його холеричну вдачу, колеги завжди з острахом чекали поганих новин.

Вона сприйняла новину флегматично, просто відкинувшись на спинку стільця.

Та не мовою єдиною. Навіть сьогодні є освітні й психологічні теорії, в основі яких лежить цей підхід. Відома психометрична

теорія особистості, яку розробив Ганс Юрген Айзенк у 1950-х роках, безпосередньо відображає теорію Галена про чотири основні тілесні рідини, і на ці ідеї досі можна натрапити в популярній літературі. Нещодавно я побачила версію цієї теорії зразка 2023 року в новій книжці на стенді в аеропорту. І, звісно, ми досі використовуємо слово «гумор»*, щоб описати настрій людини.

У нас є багато інших слів з давнім походженням, які змінили своє значення і тепер описують психологічні процеси. Наприклад, словом «установка», або «атитюд» (attitude), колись описували пози тіла, якими давньогрецькі актори передавали певні емоції чи душевний стан. Ми машинально наділяємо значенням людські пози. Наприклад, якщо хтось згорбився і дивиться вниз, інтерпретуємо його психологічний стан як заклопотаний і, можливо, засмучений. Тобто тепер термін «атитюд» використовується переважно на позначення емоційного або ментального стану, а не фізичної пози.

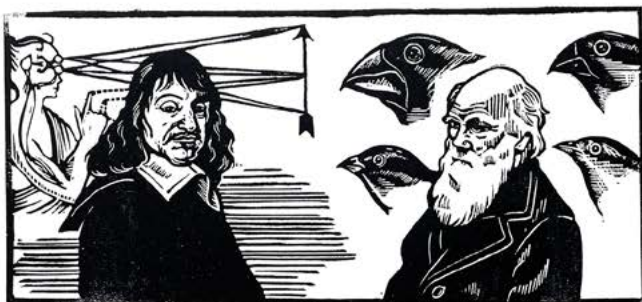
Європейську культуру часто розглядають як прямого нащадка давніх греків і римлян, проте на її розвиток впливали й культури інших частин світу, хоча цей вплив не такий очевидний. Ми легко потрапляємо в пастку занадто спрощеного уявлення про античність і середньовіччя, адже тоді не було технологій такого рівня, які є тепер. Проте брак технологій означав лише те, що ідеї поширювалися довше, але вони поширювалися. Арабська культура, наприклад, мала добре розвинену систему наукових знань включно з математичними теоріями й складними уявленнями про людську природу, що знайшли своє відображення в поезії та мистецтві. Це саме можна сказати й про багато інших стародавніх культур. На Заході вони стали відомі завдяки торгівцям і мандрівникам. Наприклад, ще у XIII столітті Марко Поло (1254–1324) описав

* Англійською «життєві соки» звучать як humours в історичному, застарілому значенні. Сьогодні humour частіше вживається для позначення настрою або почуття гумору. — Прим. кор.

високорозвинену китайську культуру, а також предмети розкоші, які потрапляли у Європу шовковими шляхами.

Вплив східних культур на європейців відображався не лише в мистецтві та кераміці, а й у повсякденному житті. Наприклад, вважають, що психологічне тестування започаткували китайці: вони практикували тести і співбесіди для відбору службовців на державні посади за часів династії Хань (206 рік до н. е. — 220 рік н. е.). Їхні ідеї поширилися на Захід під час географічних відкриттів та експансії XIX століття, коли Європа захопилася «східними» філософією, мистецтвом та культурою. У 1832 році Ост-Індська компанія успішно застосувала китайську систему оцінювання потенційних працівників, а тоді цю практику перейняли й інші західні організації. З розвитком психології психологічні критерії відбору викликали дедалі більший інтерес, і тепер вони вже становлять окрему галузь.

Отже, людей тисячоліттями цікавило, як влаштована людська природа. Але чи можна назвати ці ідеї психологією? Ні, не можна. Вони, безумовно, стосуються людей, але насправді це просто думки і враження. Психологія — це наука, і вивчення людей стає психологією лише тоді, коли воно підкріплене науковими даними. Безумовно, ранні теорії вплинули на психологію, але для того, щоб справді розуміти людей, потрібен науковий підхід. Саме завдяки появі науки і наукових методів психологія постала в тій формі, у якій ми її знаємо.



РОЗВИТОК НАУКИ

Уявлення про розум: від Декарта до Дарвіна

Європа переживала потрясіння. У XIV–XV століттях одна за одною її накривали катастрофи: голод, чума, різкі кліматичні зміни, що зрештою призвело до зменшення чисельності населення континенту майже вдвічі й спричинило низку разючих змін у суспільстві. Люди почали мислити інакше й кидати виклик чинній владі — як через бунти і повстання, так і піддаючи сумніву загальноприйняті знання. Художники зображали картини з повсякденного життя, а не релігійних чи міфологічних персонажів; письменники вдавалися до нових літературних форм; філософи ставили під сумнів традиційні постулати. Нові ідеї ширилися по всьому західному світу. Зміни, що відбувалися в цей період, який згодом був названий Ренесансом, або ж Відродженням, виявилися важливою передумовою для зародження сучасної психології.

Головним ідейним натхненником нового руху був французький філософ Рене Декарт (1596–1650). Він кинув виклик усталеним філософським ідеям, стверджуючи, що ключовим мірилом знання є логічні міркування. Це суперечило

загальноприйнятому на той час припущенню, що всі знання є вродженими. Декарт визнавав, що деякі знання є вродженими, проте вважав, що істину можна досягнути лише через інтелектуальну дедукцію. Ідеї Декарта лягли в основу філософського погляду, який згодом став відомий як раціоналізм і швидко набув популярності у всій Європі.

Однак Декарт пішов далі. Він був математиком і одним із перших науковців сучасного зразка, багато писав про людську природу. Наприклад, вважав, що розум і тіло повністю відокремлені одне від одного, що тіло фактично — це машина, якою керують закони фізики і фізіології, а розум — зовсім інше. Ця ідея, відома як картезіанський дуалізм, мала значний вплив на європейську науку та медицину. Лише у другій половині XX століття переважно завдяки роботам нейропсихологів та попереднім психологічним дослідженням медицина стала визнавати, що розум і тіло взаємодіють і впливають одне на одного.

За допомогою цієї ідеї Декарт також намагався пояснити відмінності між людьми і тваринами. Він вважав, що у тварин немає ні розуму, ні інтелекту — є лише відчуття. Фактично тварини — складні фізіологічні машини. Ця думка також набула широкої популярності. Її використовували для виправдання жорстокого поводження з тваринами в побуті, сільському господарстві та науці. І така ідея досі жива, хоча поступово вже зникає — мало хто із сучасних науковців вважає її обґрунтованою. Але що справді відрізняє людей від тварин і робить нас особливими, на думку Декарта, — це наявність розуму і вміння ним користуватися. Розум не є фізичним — це привид у машині, як його пізніше описали. Він дає нам здатність мислити і міркувати, що, як вважав Декарт, і робить нас людьми. «Я мислю, отже, я існую» — відомий переклад вислову Декарта *Je pense, donc je suis*.

Як і до Платона, до Декарта також багато питань. Його уявлення про тварин як про машини домінувало в суспільстві протягом століть, доки його не спростувала теорія еволюції Дарвіна, а його дуалізм розуму і тіла пригальмував, а подекуди й досі гальмує розвиток медицини. Проте Декарт залишив після себе й позитивний спадок. Провів низку систематичних наукових

досліджень. Показав, що вивчення процесів в організмі, як у складній машині, насправді має цінність. Написав ґрунтовну працю з оптики, у якій показав, як очі обробляють світло. Фактично, Декарт допоміг утвердити ідею здобуття знань через досліди і глибокі роздуми, а не через вивчення праць давніх мислителів.

Тоді як у Європі панував раціоналізм, британські філософи дотримувалися інших теорій. Раціоналісти вважали, що деякі знання є вродженими, але набувають сенсу завдяки міркуванням і роздумам. Але британські мислителі, зокрема Томас Гоббс (1588–1679), поставили під сумнів обидва аспекти цього підходу. Гоббс не погоджувався з Декартом у тому, що розум окремий і нематеріальний. Натомість він стверджував, що людина є частиною Всесвіту, а отже, цілком фізичною. Навіть те, як працює наш розум, за словами Гоббса, є наслідком дії фізичних законів. (Це питання ми досі досліджуємо.)

Джон Лок (1632–1704) пішов іще далі: він стверджував, що вроджених знань не існує взагалі, і коли людина народжується, її розум як *tabula rasa*, чистий аркуш, готовий до того, щоб на ньому записали знання. Отже, наші знання повністю походять із того, що ми сприймаємо через органи чуття. Навіть роздуми про досвід, за Локом, — це теж досвід. Ми не успадковуємо жодної форми знання чи усвідомлення, а наш розум повністю формує (можливо, навіть програмує) те, що ми переживаємо від народження і протягом життя, і те, як ми це осмислюємо.

Ще один британський філософ Девід Г'юм (1711–1776) також вважав, що знання здобуваються з досвіду. Г'юм стверджував, що лише роздумами неможливо пояснити світ, адже в нас є ще, за його словами, «тваринні пристрасті». Це базові емоції й інстинктивні потяги, такі як голод та уникнення болю. Ці тваринні пристрасті, на думку Г'юма, також впливають на те, як ми мислимо. Наші міркування не є «чистими» чи абстрактними, фактично вони є відображенням інших впливів і досвіду, а також самої думки.

Гоббс, Локк, Г'юм та інші філософи сформували філософську школу, відому як британський емпіризм. Його центральна ідея полягає в тому, що досвід — це ключ до розуміння знання,

а дослідження досвіду — це шлях до розуміння того, як люди мислять. Ці ідеї мали значний вплив на розвиток психології, особливо у США та Британії. Можливо, вони також лежать в основі глибоких відмінностей між європейською та американською психологією, які ми розглянемо далі.

Такі філософські суперечки точилися протягом XVI–XVIII століть, проте це були не єдині потрясіння того часу. Наприкінці XVIII століття Французька революція відкрила багато нових ідей не лише в політиці та соціальній організації, а й в інших сферах. Зокрема, вона дала лікареві Філіппу Пінелю (1745–1826) свободу досліджувати свої теорії про те, як лікувати психічно хворих. Він уже певний час розвивав ці теорії, спостерігаючи негуманність тодішніх закладів для психічно хворих і неадекватність методів лікування. З появою нової Французької Республіки та її радикального підходу до суспільства Пінель зміг утілити свої теорії в життя.

Пінель прославився тим, що зняв залізні кайдани, якими приковували людей, визнаних психічно хворими. Разом зі своїм колегою Жаном-Батистом Пюссеном (1745–1811) він запровадив абсолютно нову систему. (Насправді це Пюссен першим зняв кайдани, але на відомій картині зобразили саме Пінеля, тому йому й приписують цю заслугу. Втім, вони обидва погоджувалися, що це було необхідно.) Замість того щоб застосовувати силу й обмеження, персонал Пінеля дотримувався суворого, але водночас м'якого підходу, ставлячись до пацієнтів як до розумних людей, які просто потребують додаткової уваги. Пінель відмовився від незручних і неприємних процедур, таких як промивання шлунка і кровопускання, і замінив їх на регулярні особисті бесіди з пацієнтами. Розробив систему ретельного спостереження і ведення записів, що дало змогу контролювати стан кожного пацієнта і наочно демонструвати значні поліпшення, яких досягали завдяки цим методам лікування. Він також стежив за іншими медичними розробками, і перші щеплення в Парижі було зроблено саме у його лікарні.

Підхід Пінеля, відомий як «моральна терапія», показав дуже високу ефективність (що не дивує в наш час). Багато його

пацієнтів цілковито одужувало, інші ставали помітно керованішими і зговірливішими. Пінель описав свій підхід у книжці «Спогади про божевільня», яку часто називають однією з фундаментальних праць сучасної психіатрії. Для нашої ж розповіді головне те, що Пінель і його колеги пробудили інтерес до психотерапії й альтернативних підходів у лікуванні психічних захворювань, і ці ідеї стали важливими провідниками сучасної клінічної психології.

Багато хто, однак, найбільш значущим з усіх попередників психології як науки вважав доробок Чарльза Дарвіна (1809–1882). У 1831 році Дарвін приєднався до навколосвітньої дослідницької експедиції на кораблі «Бігль» як компаньйон капітана Роберта Фіцроя (1805–1865), відомого метеоролога, засновника сучасного метеорологічного прогнозування. Хоча Дарвін не був офіційним натуралістом на кораблі, його дуже цікавив світ природи, тому під час подорожі він уважно спостерігав за фауною, збирав скам'янілості й спостерігав, як різні види пристосувалися до абсолютно різних середовищ. Він повернувся додому через п'ять років, у 1836-му, і продовжив розвивати свої ідеї, досліджуючи різні аспекти диференціації та зміни видів.

Понад двадцять років Дарвін публікував наукові праці й працював над деталями теорії, і нарешті в 1859-му побачила світ його революційна книжка «Походження видів» (*On the Origin of Species*). У західному суспільстві ця праця спричинила справжню бурю. Дарвін підозрював, що так і буде, тому відкладав публікацію. Однак «паровий двигун працює, коли настає час парових двигунів», інакше кажучи, ідеї стають популярними, коли для них настає слушний час. Такого висновку поступово доходили й інші натуралісти. Почувши від Альфреда Рассела Воллеса (1823–1913), що він збирається презентувати схожу теорію, Дарвін нарешті віддав свою книжку в друк, а тоді дистанціювався і розбиратися з наслідками цього довірив своєму другу Томасу Генрі Гакслі (1825–1895). Саме Гакслі опублікував популярні описи теорії, публічно дискутував із поважними вченими, які сумнівалися у правильності думок Дарвіна, а в 1860 році навіть кинув виклик церкві, взявши участь у публічних дебатах із єпископом Оксфордським Семюелем Вілберфорсом (1805–1873).