

Колісниченко А. В. Особливості трансформації позитивного мислення: від поліаннізму до синдрому Поліанни (за романом Елеонор Портер «Поліанна»). Proceedings of I International Scientific and Practical Conference «Scientific Achievements of Contemporary Society», 15-17 August 2024. London, United Kingdom, 2024. С. 315-318

УДК 159.96. 821.111(73)

**ОСОБЛИВОСТІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ:
ВІД ПОЛІАННІЗМУ ДО СИНДРОМА ПОЛІАННИ (ЗА РОМАНОМ
ЕЛЕОНОР ПОРТЕР «ПОЛІАННА»)**

Колісниченко Анна Віталіївна

кандидат філологічних наук, доцент,
доцент кафедри іноземних мов і перекладу,
Національний авіаційний університет, м. Київ

anna.kolisnychenko@npp.nau.edu.ua

Анотація: Програмний твір американської письменниці Елеонор Портер «Поліанна» та його продовження «Поліанна виростає» продукують модель позитивного мислення, базованого на так званій грі в радість: «Суть гри в тому, щоб знайти щось таке, з чого можна радіти, не має значення, що саме» [2, с. 44].

Мета роботи – прослідкувати зміщення позитивного мислення від поліаннізму до синдрому Поліанни. Упродовж виконання дослідження ми послуговуємося методом текстового аналізу роману, елементами психологічних практик, зокрема когнітивної психології, положеннями наукового Поліаннізму.

Ключові слова: поліаннізм, синдром Поліанни, гра в радість, позитивне мислення, науковий поліаннізм.

Постулати позитивного мислення виразно втілені в романі «Поліанна». Саме завдяки йому фокусування людини на позитивному сприйнятті довколишнього світу та оптимістичному трактуванні подій у психології

називається принцип Поліанни або поліаннізм (у загальнонаукових теоріях зустрічаємо термін «науковий поліаннізм»). Проблематика роману охоплює досить великий спектр особистісних та соціальних проблем: важке становище сиріт у тогочасному суспільстві (дата публікації твору – 1913 р.); ставлення до бідних, знедолених; сприйняття світу, людей; пошуки щастя і кохання; милосердя, допомога ближнім; зміцнення родинних стосунків; проблеми виховання [1]. Проте, головною особливістю є те, що всі вищезазначені питання розглядаються крізь призму гри в радість. Знаковим епізодом, який демонструє світогляд дівчинки, є випадок у будинку містера Пендлтона, де вона зачарувалася різнокольоровими призмами із свічника:

- У мене таке враження, що сонечко спеціально прийшло до нас погратися в цю гру, ге? ... Шкода, що в мене такого нема. Я дала б їх тітоньці Полі, і місіс Сноу, і ще багатьом. <...>

- Але як на мене, Поліанно, то ти краща за всі призми разом узяті [2, с. 178-179].

Завзятість, оптимізм і безкорисність героїні вплинули на життя цілого містечка, завдяки грі в радість відбулися значні зрушення в долях його жителів: тітка Полі розкрилася як турботлива й чуйна жінка, окрім того вона стала заміжною жінкою; Ненсі змінила ставлення до свого імені, Джиммі та Джеймі влаштовуються в гарні сім'ї; лікар Чилтон порозумівся з тіткою Полі, одружився з нею; містер Пендлтон і міс Кер'ю стають люблячими батьками, зрештою – одружуються; священник Пол Форд віднаходить свою місію; місіс Сноу із дратівливої хворої жінки перетворюється на життєрадісну, благородну особу. Навіть ці побіжні приклади дають ґрунтовну підставу стверджувати, що «ця книжка вчить вірити в себе та радіти кожному новому дню. Елеонор Портер стверджує, що людина може сама змінювати своє життя на краще, але для цього вона повинна змінюватися внутрішньо» [4].

Подібну до Поліанниної філософію можемо віднайти і в Джеймі та його «Книзі радощів». Проте, вагома різниця в тому, що хлопець тримає свої ідеї виключно в книзі, не пропагуючи їх оточуючим. Поліанна ж навпаки,

навіть опинившись в скрутному становищі, віднаходить радість у тому, що змогла залучити до своєї гри якомога більшу аудиторію:

- Усеньке місто тепер грається в цю гру і всеньке місто набагато щасливіше – і все це через одну дівчинку, яка подарувала людям нову гру і навчила гратися в радість. <...>
- Я можу порадіти з того, що мої ноги колись ходили, бо інакше я не змогла б навчити їх гратися в цю гру» [2, с. 274].

Уперше задекларували термін «принцип Поліанни» американські дослідники-психологи Маргарет Метлін (Margaret Matlin) та Девід Стенг (David Stang), зазначивши, що «когнітивні процеси вибірково віддають перевагу обробці приємної інформації над неприємною» [5, с. 4]. Варто відмітити, що термін із соціальної / психологічної сфери активно функціонує як загальнонаукове поняття. О. Якушко у своїй книзі «Науковий поліаннізм» стверджує, що історія дівчинки-сироти Поліанни (а саме її стратегія гри в радість, щоб подолати втрати, жорстоке поводження та соціальні упередження) служить основою для критики зусиль, які здійснюються вченими та популяризуються як наукові, зосереджені на запереченні ролі середовища та на просуванні різноманітних форм емоційного контролю. Зрештою, книга наголошує на стратегіях, які використовуються для того, щоб змусити людей стати Поліаннами щодо самої науки [6].

Проте, відзначаючи усі переваги вищезгаданого принципу фокусування на позитивних та ігноруванні негативних чинників, відмічається певна екзальтація цього процесу. Сама Поліанна подекуди виявляла підвищену тривожність та зміщувала баланс: «І вона запитувала себе, а чи завжди грає вона сама в цю гру тоді, коли могла б. <...> Якщо я не буду на сторожі, інші гратимуть у мою гру краще, ніж я сама» [3, с. 208]. Така виразна зміна акценту в бік надмірного позитивного мислення детермінована як «синдром Поліанни». Цей стан має безліч негативних впливів на психічний стан людини, оскільки втрачає реалістичність сприйняття довколишнього світу. Виділяють три постулати шкідливості синдрому Поліанни: 1. Ми повинні усвідомити

проблему, перш ніж ми зможемо її виправити. 2. Якщо ми будемо ігнорувати проблему, буде тільки гірше. 3. Ми ростемо лише завдяки подоланню труднощів, а не завдяки процвітання [7]. Щоб протидіяти виникненню синдрому потрібно концентруватися на розвитку уважності, адже вона є необхідним захистом від захоплення негативом (практика усвідомлення своїх думок допомагає зрозуміти, коли думки надто далеко заходять у негатив) або надмірного захоплення позитивом (уважність допомагає бути в курсі, якщо думки надто позитивні).

Список літератури

1. Банга, Оксана (2020). Елеонор Портер «Поліанна». Щирість, мужність і оптимізм героїні твору, її вплив на життя міста. Отримано з <https://vseosvita.ua/library/eleonor-porter-pollianna-sirist-muznist-i-optimizm-geroini-tvoru-ii-vpliv-na-zitta-mista-217568.html>
2. Портер, Елеонор (2019). *Поліанна*. Пер. з англ. Богдани Гори. К.: Час майстрів. 296 с.
3. Портер, Елеонор (2020). *Поліанна виростає*. Пер. з англ. Н. Хаєцької. Київ: Форс Україна. 256 с.
4. Чалик, Наталія (2020). Поліанна та її друзі. Художні засоби розкриття образу Поліанни. Отримано з <http://natalia-chalyk.kh.sch.in.ua/Files/downloads/5%20%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81.pdf>
5. Matlin, Margaret W., & Stang, David J. (1978). *The Pollyanna Principle: Selectivity in language, memory, and thought*. Cambridge, MA, US: Schenkman.
6. Yakushko, Oksana (2019). *Scientific Pollyannaism. From Inquisition to Positive Psychology*. USA: Palgrave Macmillan Cham.
7. 3 Solid Reasons Pollyanna Syndrome is Toxic. *Independently happy* (2023). Отримано з <https://www.independentlyhappy.com/pollyanna-syndrome/>