УДК 159.9.07:159.961
https://doi.org/10.31652/2415-7872-2026-88-204-209

ІГОР СПАСЬКИЙ
https://orcid.org/0000-0003-0480-9264
e-mail: ostrov7@gmail.com
кандидат економічних наук,
доцент кафедри бізнесу і торгівлі,
Одеський національний технологічний університет,
вул. Канатна, 112, м. Одеса

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІСТИЧНОГО ДОСВІДУ ТА ПІЗНАННЯ ІНШОМІРНОСТІ

У статті систематизовано психологічні методики дослідження містичного досвіду як модусу пізнання іншомірності. Виокремлено чотири групи методів: психометричні шкали, якісно-феноменологічні, психофізіологічні та нейронаукові, експериментально-індукційні. Проаналізовано «парадокс вимірювання невимовного», проблему валідності суб'єктних звітів і дилему перенніалізму та конструктивізму. Обґрунтовано стратегію змішаних методів і методологічної тріангуляції, окреслено завдання україномовної адаптації провідних методик.

Ключові слова: *містичний досвід, іншомірність, психодіагностика, мікрофеноменологія, нейрофеноменологія, тріангуляція.*

IHOR SPASKYI
https://orcid.org/0000-0003-0480-9264
e-mail: ostrov7@gmail.com
Candidate of Economic Sciences (PhD),
Associate Professor at the Department of Bussines and Trade,
Odesa National University of Technology,
112 Kanatna Str., Odesa

PSYCHOLOGICAL METHODS FOR RESEARCHING MYSTICAL EXPERIENCE AND THE COGNITION OF OTHERNESS

The rapid growth of empirical research on altered states of consciousness, the psychology of meditation and, over the last decade, psychedelic science has turned reliable measures of mystical experience into a key research instrument, whereas Ukrainian psychology still lacks both a systematic review of this toolkit and Ukrainian-language adaptations of the leading instruments. The aim of the article is to systematize and critically analyse psychological methods for researching mystical experience as a mode of cognizing otherness and to substantiate an integrative research strategy. Methods: theoretical analysis, comparison, classification and systematization of psychodiagnostic instruments and research paradigms. Results. The specificity of the subject matter (ineffability, radical subjectivity, transiency and transformativity) is shown to impose special requirements on the methods and to preclude the direct transfer of standard psychodiagnostic procedures. Four groups of methods are systematized: psychometric (R. Hood's Mysticism Scale, the Mystical Experience Questionnaire MEQ30, the 5D-ASC questionnaire, the Ego-Dissolution Inventory EDI); qualitative-phenomenological (A. Giorgi's descriptive phenomenological method, interpretative phenomenological analysis, the micro-phenomenological explicitation interview); psychophysiological and neuroscientific (EEG, functional neuroimaging, neurofeedback, F. Varela's neurophenomenology); and experimental-induction paradigms (W. Pahnke's Good Friday paradigm, psychedelically occasioned experience, meditation protocols). The fundamental methodological problems of the field are analysed: the «paradox of measuring the ineffable», the validity of subjective reports and the perennialism–constructivism dilemma. The necessity of an integrative mixed-methods strategy and methodological triangulation is substantiated, exemplified by an extended neurophenomenological cycle combining a standardized measure, a micro-phenomenological interview, neural registration and longitudinal follow-up. Prospects for further research involve the Ukrainian-language adaptation and validation of the leading instruments.

Keywords: *mystical experience, otherness, psychodiagnostics, micro-phenomenology, neurophenomenology, triangulation.*

Перетворення психології містичного досвіду на повноцінну емпіричну галузь упирається насамперед у проблему методу. Якщо сам факт існування стійких, відтворюваних і антропологічно значущих містичних станів сьогодні мало хто заперечує, то питання про те, як коректно їх досліджувати, залишається відкритим і гостро дискусійним. Складність зумовлена самою природою предмета: містичний досвід, за класичною характеристикою В. Джемса, є невимовним, радикально суб'єктним, скороминущим і трансформативним [6], а його предметом виступає не черговий об'єкт усередині наявного світу, а іншомірність – вимір буття, що перевершує предметно-дискурсивний спосіб пізнання.

Визначені властивості створюють низку методичних труднощів. Невимовність ставить під сумнів саму можливість вербалізованого звіту, на якому ґрунтується більшість психодіагностичних

процедур. Суб'єктивність унеможливлює пряме об'єктивне спостереження ззовні. Скороминущість ускладнює фіксацію стану «в момент» його перебігу, змушуючи покладатися на ретроспективні описи з усіма їхніми викривленнями. Трансформативність означає, що досвід змінює саму систему, яка має його засвідчити. Нарешті, спрямованість на іншомірність порушує питання, чи здатний наявний психологічний інструментарій узагалі схопити пізнавальний, а не лише емоційний бік цього досвіду.

Актуальність систематизації методик зумовлена бурхливим розвитком емпіричних досліджень змінених станів свідомості, психології медитації та – особливо за останнє десятиліття – психоделічної науки, де надійні міри містичного досвіду стали ключовим інструментом [3; 5]. Водночас у вітчизняній психології бракує як систематичного огляду цього інструментарію, так і україномовних адаптацій провідних методик. Це робить впорядкування й критичний аналіз методів дослідження містичного досвіду нагальним науковим завданням.

Психометричну традицію вимірювання містичного досвіду заклав Р. Гуд, який на основі типології В. Стейса [14] розробив «Шкалу містицизму» (M-Scale) [4] – дотепер найуживаніший інструмент у психології релігії, багаторазово валідизований у різних культурах [5]. Паралельну лінію започаткувала «великоп'ятнична» парадигма В. Панке [11] та згодом стандартизований на її основі Опитувальник містичного досвіду, факторну структуру сучасної версії якого (MEQ30) обґрунтували К. МакЛін, Р. Гріффітс та співавтори [8]. Для дослідження широкого спектра змінених станів А. Дітріх запропонував опитувальник 5D-ASC [1], а для вимірювання розчинення меж «я» М. Нур зі співавторами розробили Інвентар розчинення его (EDI) [10].

Якісно-феноменологічний напрям репрезентують описовий феноменологічний метод А. Джорджі [2], інтерпретативний феноменологічний аналіз Дж. Сміта та колег [13], а також мікрофеноменологія – метод експлікативного інтерв'ю, розроблений П. Вермершем і розвинений К. Птітменжен [12] для дисциплінованого опису тонкої структури досвіду від першої особи. Нейронауковий вимір представлено дослідженнями нейрокорелятів медитації та молитви (А. Ньюберг) [9] і програмою нейрофеноменології Ф. Варели [16], що поєднує феноменологічні описи з нейроданими. Засадничу для інтерпретації дискусію між перенніалізмом і конструктивізмом загострив С. Кац [7], наголосивши на культурній опосередкованості будь-якого містичного досвіду.

Попри значний обсяг окремих методик і досліджень, бракує праць, які цілісно систематизували б психологічний інструментарій дослідження містичного досвіду за групами, критично оцінили б його можливості та обмеження стосовно специфіки предмета й окреслили б інтегративну стратегію. Цю прогалину покликана заповнити стаття, що водночас ставить завдання україномовної адаптації провідних методик.

Мета статті полягає в систематизації та критичному аналізі психологічних методик дослідження містичного досвіду як модусу пізнання іншомірності й в обґрунтуванні інтегративної дослідницької стратегії. Реалізація мети передбачає розв'язання таких завдань: (1) визначити специфіку предмета та похідні від неї вимоги до методик; (2) систематизувати психометричний інструментарій; (3) схарактеризувати якісно-феноменологічні методи; (4) розглянути психофізіологічні та нейронаукові методи; (5) проаналізувати експериментально-індукційні парадигми та їхні етичні межі; (6) виявити засадничі проблеми валідності й інтерпретації та обґрунтувати стратегію змішаних методів і тріангуляції.

Перш ніж систематизувати методики, слід вивести вимоги до них зі специфіки предмета. Чотири властивості містичного досвіду, виокремлені ще В. Джемсом [6], задають чотири методичні виклики. Невимовність вимагає методів, здатних працювати з тим, що опирається прямій вербалізації, – через непрямі індикатори, метафоричні дескриптори, ретельно структуровані шкали згоди або через спеціальні техніки опису тонкого досвіду. Суб'єктивність вимагає легітимізації першоособової перспективи й розвитку процедур, що забезпечують її строгість (інтерсуб'єктивну перевірку, тренування спостерігача).

Скороминущість вимагає або фіксації стану з мінімальною часовою затримкою, або коректної роботи з ретроспективним звітом і контролю пов'язаних викривлень пам'яті. Трансформативність і спрямованість на іншомірність вимагають методів, чутливих не лише до емоційного тла, а й до ноетичного, пізнавального та ціннісно-смислового виміру досвіду, а також до його довготривалих наслідків для особистості. Жодна окрема методика не задовольняє всіх цих вимог одночасно; саме тому адекватне дослідження потребує комплементарного поєднання різнотипних методів, кожен з яких компенсує обмеження інших.

Із цих вимог випливають і критерії добору та оцінювання методик. По-перше, це класичні психометричні критерії – надійність (внутрішня узгодженість, ретестова стабільність) і валідність (конструктна, критеріальна, крос-культурна інваріантність факторної структури) [5]. По-друге, це специфічні для цього предмета критерії: чутливість методики до ноетичного, пізнавального виміру досвіду, а не лише до його афективного тла; здатність розрізняти сам досвід та його подальшу інтерпретацію; коректність роботи з ретроспективністю звіту; нарешті, етична прийнятність процедури для учасників. Крім того, це критерій комплементарності: цінність методики

визначається не лише її ізольованими властивостями, а й тим, наскільки вона здатна працювати у зв'язці з методами інших груп у межах єдиного дослідницького задуму. Саме за цими критеріями далі розглянуто чотири групи методів.

Психометричні методики переводять якісні характеристики досвіду в кількісно вимірювані показники через стандартизовані самозвітні опитувальники. Їхня сила – у відтворюваності, придатності до статистичного аналізу та порівнянь між групами; їхнє обмеження – у залежності від здатності й готовності респондента вербалізувати пережите та у зведенні унікального досвіду до наперед заданих категорій [5].

Засадничою методикою є «Шкала містицизму» Р. Гуда (M-Scale, 1975) [4], побудована на типології В. Стейса [14]. У сучасній редакції вона має трифакторну структуру: інтровертивний чинник (досвід чистої свідомості, єдності без множинності), екстравертивний чинник (єдність крізь множинність речей) та інтерпретативний чинник (релігійно-смислове витлумачення досвіду). Саме виокремлення інтерпретативного чинника робить шкалу методологічно витонченою, адже вона емпірично розділяє інваріантне ядро досвіду та його культурне тлумачення.

У психоделічних і медитативних дослідженнях провідним інструментом став Опитувальник містичного досвіду MEQ30 (К. МакЛін, Р. Гріффітс та ін., 2012) [8], що походить від парадигми В. Панке [11]. Він вимірює чотири виміри: власне містичність (переживання єдності, ноетична якість, сакральність), позитивний афект, трансценденцію часу й простору та невимовність. Для широкого спектра змінених станів застосовують опитувальник 5D-ASC А. Дітріха [1] з вимірами океанічної безмежності, тривожного розчинення «я» та візіонерської реструктуризації. Вузькоспрямований Інвентар розчинення его (EDI) М. Нура зі співавторами [10] кількісно оцінює ступінь розчинення меж особистості. Суміжні явища схоплюють «Шкала повсякденного духовного досвіду» Л. Андервуд [15] та «Шкала переживання трепету» (AWE-S) Д. Ядена зі співавторами [17]. Зведену характеристику основних методик подано в таблиці 1.

Таблиця 1

Основні психометричні методики дослідження містичного досвіду та змінених станів свідомості

Методика	Автори, рік	Конструкт / фактори	Сфера застосування
Шкала містицизму (M-Scale)	Р. Гуд, 1975	інтровертивний, екстравертивний та інтерпретативний чинники досвіду єдності	психологія релігії, крос-культурні студії
MEQ30	В. Панке; К. МакЛін, Р. Гріффітс та ін., 2012	містичність (єдність, ноетичність, сакральність), позитивний афект, трансценденція часу/простору, невимовність	психоделічні та медитативні дослідження
5D-ASC / APZ	А. Дітріх, 1998	океанічна безмежність, тривожне розчинення «я», візіонерська реструктуризація	змінені стани свідомості
EDI (Інвентар розчинення его)	М. Нур та ін., 2016	ступінь розчинення меж особистості («я»)	психоделіки, інтенсивна медитація
DSES	Л. Андервуд, 2002	частота повсякденних трансцендентних переживань	психологія здоров'я, духовність
AWE-S	Д. Яден та ін., 2019	виміри переживання трепету (awe)	позитивна психологія

Джерело: складено автором за [1; 4; 8; 10; 15; 17].

Важливо розрізняти інструменти, орієнтовані на стан і на рису. MEQ30, 5D-ASC та EDI застосовуються ретроспективно щодо конкретного, чітко локалізованого в часі епізоду (сеансу, практики, ретриту) і вимірюють вираженість переживання саме в ньому [1; 8; 10]. Натомість Шкала містицизму Р. Гуда охоплює життєвий досвід особи загалом [4], а «Шкала повсякденного духовного досвіду» фіксує частоту трансцендентних переживань у щоденному житті, наближаючись до вимірювання стійкої диспозиції [15]. Змішування цих планів – типова методична помилка: показники «стану» й «риси» мають різні джерела викривлень, різну часову стабільність і потребують різних процедур валідизації.

Психометрична якість провідних шкал підтверджена емпірично: для M-Scale продемонстровано відтворюваність трифакторної структури в різних культурних і конфесійних вибірках [4; 5], для MEQ30 – стійкість чотирифакторної моделі та прогностичну силу щодо довготривалих особистісних

змін [3; 8], для EDI – високу внутрішню узгодженість і конвергентну валідність із мірами містичності [10]. Водночас усі ці інструменти створені й валідизовані в англомовному середовищі; їхнє пряме застосування в іншому мовно-культурному контексті без повного циклу адаптації (подвійний переклад, когнітивні інтерв'ю, перевірка інваріантності вимірювання) методично некоректне – що й актуалізує завдання україномовної адаптації.

Там, де психометрія зводить досвід до балів за наперед заданими шкалами, якісно-феноменологічні методи прагнуть зберегти й строго описати саму структуру переживання. Описовий феноменологічний метод А. Джорджі [2] передбачає збір розгорнутих описів досвіду й подальше виокремлення в них інваріантних смислових одиниць та сутнісної структури феномену через процедуру феноменологічної редукції. Інтерпретативний феноменологічний аналіз (Дж. Сміт та ін.) [13] зосереджується на тому, як суб'єкт осмислює власний значущий досвід, поєднуючи феноменологічну увагу до переживання з герменевтичним тлумаченням.

Особливе місце посідає мікрофеноменологія – метод експлікативного інтерв'ю, започаткований П. Вермершем і розвинений К. Птітменжен [12]. Він дає змогу провести респондента до тонкої, зазвичай дорефлексивної структури конкретного епізоду досвіду, відрізняючи опис самого переживання від його інтерпретацій, узагальнень та суджень. Для дослідження містичного досвіду це особливо цінно: метод почасти долає бар'єр невимовності, не вимагаючи від суб'єкта готових концептів, а скеровуючи його увагу до мікродинаміки переживання. Спільне обмеження якісних методів – трудомісткість, мала вибірка та залежність від майстерності дослідника; їхня сила – у глибині, чутливості до унікального та збереженні цілісності феномену.

Строгість першоособових методів забезпечується спеціальними процедурами. Мікрофеноменологічне інтерв'ю є, по суті, «другоособовим» методом: досвід описує сам суб'єкт, але дисциплінованість опису гарантує підготовлений інтерв'юер, який скеровує увагу респондента до конкретного епізоду, блокує узагальнення та теоретизування й розрізняє в мовленні дескриптивні та інтерпретативні висловлювання [12]. Додатковими гарантіями слугують інтерсуб'єктивна перевірка (незалежне кодування описів кількома аналітиками з оцінкою узгодженості), тріангуляція з іншими джерелами даних та тренування спостерігача – систематичний розвиток у респондентів здатності до тонкого самоспостереження, який у споглядальних традиціях є невід'ємною частиною самої практики. Остання обставина робить досвідчених практиків не лише «об'єктами», а й кваліфікованими співучасниками дослідження, чиї описи мають особливу феноменологічну цінність [16].

Об'єктивний полюс дослідження забезпечують методи реєстрації тілесних корелятів містичних і споглядальних станів. Електроенцефалографія фіксує характерні зміни ритміки мозку під час медитації та молитви (зокрема в гамма-, тета- й альфа-діапазонах) і слугує основою для систем нейрофідбеку, що уможливлюють довільне тренування певних станів за зворотним зв'язком. Функціональна нейровізуалізація (фМРТ, ОФЕКТ) виявляє зміни активності мозкових мереж – зокрема послаблення активності тім'яних ділянок, пов'язаних із просторовою орієнтацією та розмежуванням «я» і «не-я», а також перебудову мережі пасивного режиму, що корелює з переживанням розчинення меж особистості [9].

Принципово важливо, що нейронаукові дані самі по собі не схоплюють зміст і смисл досвіду, а лише його тілесні умови. Тому найперспективнішою є нейрофеноменологія Ф. Варели [16], що ставить строгі феноменологічні описи від першої особи й нейродані у відношення взаємного обмеження: тонкі феноменологічні розрізнення скеровують аналіз нейроактивності, а та уточнює опис досвіду. Така стратегія долає однобічність як суто об'єктивного, так і суто суб'єктивного підходу й найкраще відповідає природі предмета.

Слід ураховувати й методичні межі нейронаукових даних. По-перше, це проблема зворотного висновування: з активації певної мозкової ділянки не можна прямо виводити наявність певного переживання, адже та сама ділянка задіяна в багатьох процесах. По-друге, це екологічна валідність: реєстрація у сканері чи лабораторії сама змінює умови виникнення споглядальних станів, а артефакти руху й м'язового напруження обмежують інтерпретацію ЕЕГ-даних. По-третє, кореляційний характер більшості досліджень не дає підстав для каузальних висновків. Ці обмеження не знецінюють нейрометоди, але вказують, що їхні результати набувають сенсу лише в поєднанні з якісним феноменологічним матеріалом – що знову повертає до нейрофеноменологічної стратегії взаємного обмеження даних першої та третьої особи [9; 16].

Окрему групу становлять методи, що дають змогу не лише спостерігати, а й контрольовано викликати містичні стани, забезпечуючи відтворюваність і можливість експериментального контролю. Класичною є парадигма В. Панке («Великоп'ятничний експеримент») [11], у якій в експериментальних умовах із застосуванням психоактивної речовини та контрольної групи вивчалися містичні переживання й оцінювалися за стандартизованими критеріями. Цю лінію продовжили сучасні психоделічні дослідження (зокрема психоделічно-індукований містичний досвід у працях групи Р. Гріффітса) [3], що використовують міри на кшталт MEQ30 і фіксують стійкі довготривалі позитивні зміни особистості.

Нефармакологічні індукційні методи охоплюють інтенсивні медитативні протоколи (зокрема ретрити з контрольованою тривалістю практики), холотропне дихання, сенсорну депривацію та інші техніки зміни стану свідомості. Усі індукційні парадигми ставлять гострі етичні питання: інформована згода, психологічна безпека учасників, ретельний відбір і виключення осіб із груп ризику, кваліфікований супровід і підготовка дослідників. Через ці ризики, а також через залежність від законодавчих обмежень, індукційні методи потребують особливо суворого етичного протоколу й не можуть застосовуватися поза належною інституційною та фаховою рамкою.

Систематизація методик була б неповною без аналізу засадничих методологічних проблем. Перша – парадокс вимірювання невимовного: будь-яка спроба формалізувати містичний досвід у шкалах чи описах неминуче перетворює невимовне на вимовлене, ризикуючи підмінити сам феномен його вербальним замінником. Цей парадокс не усувається повністю, але пом'якшується методами, що працюють із непрямими індикаторами та з дорефлексивним рівнем досвіду [12].

Друга проблема – валідність суб'єктних звітів: оскільки прямого доступу до чужого досвіду немає, постає питання, що саме валідизує міру внутрішнього стану. Тут застосовують критеріальну валідизацію (зв'язок із незалежними показниками – нейроданими, поведінковими наслідками, оцінками експертів-практиків), внутрішню узгодженість та крос-культурну інваріантність факторної структури [5]. Третя проблема – дилема перенніалізму й конструктивізму: чи існує інваріантне ядро містичного досвіду, спільне для різних традицій (перенніалізм В. Стейса [14]), чи досвід завжди наскрізь сформований культурою, мовою та очікуваннями суб'єкта (конструктивізм С. Каца [7])? Від відповіді залежить сама стратегія вимірювання: перша обґрунтовує універсальні шкали, друга вимагає чутливості до культурного контексту. Виважена позиція визнає і відносну стійкість ядра, і культурну опосередкованість інтерпретації, що емпірично відображено в розділенні досвідних та інтерпретативних чинників у Шкалі містицизму [4].

До названих проблем додаються типові джерела викривлень самозвіту, особливо гострі саме для цього предмета. Соціальна бажаність і релігійна нормативність середовища можуть схиляти респондентів до перебільшення або, навпаки, приховування містичних переживань. Характеристики запиту (demand characteristics) в індукційних дослідженнях формують очікування «правильного» досвіду, що впливає і на переживання, і на звіт про нього [3; 11]. Реконструктивність пам'яті призводить до того, що ретроспективний опис досвіду поступово асимілюється до культурних шаблонів і попередніх наративів особи. Контроль цих викривлень передбачає мінімізацію часової відстані між досвідом і звітом, використання шкал із контрольними пунктами, порівняння звітів у різні моменти часу та зіставлення з незалежними поведінковими й фізіологічними індикаторами.

Проведений аналіз приводить до висновку, що жодна окрема група методів не здатна адекватно схопити містичний досвід у його повноті, адже кожна висвітлює лише один його бік: психометрія – кількісну вираженість, феноменологія – структуру переживання, нейронаука – тілесні умови, індукційні парадигми – відтворюваність та каузальні зв'язки. Звідси випливає необхідність інтегративної стратегії змішаних методів, що поєднує кількісні та якісні процедури в межах єдиного дослідницького задуму. Методологічним принципом такого поєднання є тріангуляція – зіставлення даних, здобутих різними методами, для взаємної перевірки та збагачення. Збіг результатів психометрії, феноменологічного опису й нейровимірювань підвищує довіру до висновків; розбіжності ж указують на місця, що потребують уточнення. Зразковою реалізацією цього принципу є нейрофеноменологія [16], яку доцільно розширити до повного циклу: стандартизована міра (наприклад, MEQ30 [8]) для скринінгу та порівнянь, мікрофеноменологічне інтерв'ю [12] для розкриття структури досвіду, нейрореєстрація для об'єктивних корелятів і лонгітюдне відстеження трансформативних наслідків. Саме така багаторівнева стратегія відповідає природі іншомірності як предмета, що відкривається лише в єдності об'єктивного спостереження, дисциплінованого самозвіту та врахування ціннісно-смислового виміру.

Конкретними формами реалізації змішаної стратегії можуть бути класичні дизайни: конвергентний паралельний (одночасний збір кількісних і якісних даних щодо того самого досвіду з подальшим зіставленням), пояснювальний послідовний (психометричний скринінг із наступним поглибленим мікрофеноменологічним інтерв'ю з носіями найвиразнішого досвіду) та розвідувальний послідовний (якісне дослідження структури досвіду з подальшою розробкою або адаптацією кількісної міри). Для глибинного вивчення досвіду окремих досвідчених практиків продуктивним є ідіографічний дизайн одиничного випадку (N-of-1) з багаторазовими вимірюваннями, який дає змогу простежити динаміку станів і трансформативних наслідків усередині індивідуальної траєкторії, недосяжну для групових порівнянь.

Окремим практичним завданням для вітчизняної психології є україномовна адаптація та валідизація провідних методик – насамперед Шкали містицизму [4] та MEQ30 [8] – із перевіркою їхньої факторної структури на українських вибірках і врахуванням специфіки вітчизняної релігійно-культурної традиції. Це створило б інструментальну базу для емпіричних досліджень містичного досвіду в українському контексті, зокрема у зв'язку з багатою національною споглядальною спадщиною.

Перспективним полем застосування описаної стратегії є вітчизняна споглядальна традиція, насамперед практика ісихазму з її розвиненою культурою тверезіння (уваги до внутрішніх станів) і багатовіковим корпусом дисциплінованих описів досвіду. Носії цієї традиції становлять унікальну групу для досліджень: тривала практика самоспостереження робить їхні звіти феноменологічно диференційованими, а стійкість практики уможливлює лонгітюдні й нейрофеноменологічні дизайни. Порівняння структури досвіду в цій традиції з даними, отриманими на інших вибірках за тими самими адаптованими мірами, дало б і емпіричний внесок у дискусію перенніалізму та конструктивізму [7; 14], і матеріал для розуміння пізнання іншомірності в його культурно вкоріненій формі.

Висновки. Проведене дослідження дає підстави для таких висновків. По-перше, специфіка містичного досвіду – невимовність, радикальна суб'єктність, скороминущість, трансформативність і спрямованість на іншомірність – задає особливі вимоги до методик і унеможливлює пряме перенесення стандартних психодіагностичних процедур; жодна окрема методика не задовольняє всіх вимог, що обґрунтовує потребу в комплементарному поєднанні методів.

По-друге, психологічний інструментарій дослідження містичного досвіду доцільно систематизувати за чотирма групами: психометричні шкали (Шкала містицизму, MEQ30, 5D-ASC, EDI та ін.), якісно-феноменологічні методи (метод Джорджі, інтерпретативний феноменологічний аналіз, мікрофеноменологія), психофізіологічні та нейронаукові методи (ЕЕГ, нейровізуалізація, нейрофідбек, нейрофеноменологія) та експериментально-індукційні парадигми, що потребують суворого етичного протоколу. Крім того, засадничими проблемами галузі є парадокс вимірювання невимовного, валідність суб'єктних звітів і дилема перенніалізму та конструктивізму; їхнє виважене розв'язання передбачає розділення досвідних та інтерпретативних компонентів і критеріальну валідизацію за незалежними показниками. Також варто підкреслити, що адекватне дослідження містичного досвіду й пізнання іншомірності потребує інтегративної стратегії змішаних методів і методологічної тріангуляції, зразком якої є розширений нейрофеноменологічний цикл, що поєднує стандартизовану міру, мікрофеноменологічне інтерв'ю, нейрореєстрацію та лонгітюдне відстеження наслідків.

Перспективи подальших досліджень убачаємо в україномовній адаптації та валідизації провідних методик, у розробці процедур тренування спостерігача для співучасних методів і в емпіричному застосуванні інтегративної стратегії до вивчення вітчизняної споглядальної традиції.

Література

1. Dittrich A. The standardized psychometric assessment of altered states of consciousness (ASCs) in humans. Pharmacopsychiatry. 1998. Vol. 31, Suppl. 2. P. 80–84.
2. Giorgi A. The Descriptive Phenomenological Method in Psychology: A Modified Husserlian Approach. Pittsburgh : Duquesne University Press, 2009. 233 p.
3. Griffiths R. R., Richards W. A., McCann U., Jesse R. Psilocybin can occasion mystical-type experiences having substantial and sustained personal meaning and spiritual significance. *Psychopharmacology*. 2006. Vol. 187, No. 3. P. 268–283.
4. Hood R. W. The construction and preliminary validation of a measure of reported mystical experience. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 1975. Vol. 14, No. 1. P. 29–41.
5. Hood R. W., Hill P. C., Spilka B. The Psychology of Religion: An Empirical Approach. 5th ed. New York : Guilford Press, 2018. 706 p.
6. James W. The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature. New York: Longmans, Green & Co., 1902.534p.
7. Katz S. T. (ed.). Mysticism and Philosophical Analysis. London : Sheldon Press, 1978. 264 p.
8. MacLean K. A., Leoutsakos J.-M. S., Johnson M. W., Griffiths R. R. Factor analysis of the Mystical Experience Questionnaire: A study of experiences occasioned by the hallucinogen psilocybin. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 2012. Vol. 51, No. 4. P. 721–737.
9. Newberg A. Principles of Neurotheology. Farnham : Ashgate, 2010. 284 p.
10. Nour M. M., Evans L., Nutt D., Carhart-Harris R. L. Ego-Dissolution and Psychedelics: Validation of the Ego-Dissolution Inventory (EDI). *Frontiers in Human Neuroscience*. 2016. Vol. 10. Article 269.
11. Pahnke W. N., Richards W. A. Implications of LSD and experimental mysticism. *Journal of Religion and Health*. 1966. Vol. 5, No. 3. P. 175–208.
12. Petitmengin C. Describing one's subjective experience in the second person: An interview method for the science of consciousness. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*. 2006. Vol. 5, No. 3–4. P. 229–269.
13. Smith J. A., Flowers P., Larkin M. Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research. London : Sage, 2009. 232 p.
14. Stace W. T. Mysticism and Philosophy. London : Macmillan, 1960. 349 p.
15. Underwood L. G., Teresi J. A. The Daily Spiritual Experience Scale: development, theoretical description, reliability, and preliminary construct validity. Annals of Behavioral Medicine. 2002. Vol. 24, No. 1. P. 22–33.
16. Varela F. J. Neurophenomenology: A Methodological Remedy for the Hard Problem. *Journal of Consciousness Studies*. 1996. Vol. 3, No. 4. P. 330–349.
17. Yaden D. B., Kaufman S. B., Hyde E. et al. The development of the Awe Experience Scale (AWE-S). *The Journal of Positive Psychology*. 2019. Vol. 14, No. 4. P. 474–488.

Надійшла до редакції / Received: 28.08.2026. Схвалено до друку / Accepted: 27.08.2026
Опубліковано / Published: 30.09.2026