УДК 159.942.52:612.821.3:316.6
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.2(22).14

Сергій ЛИТВИН, д-р філософії в галузі психології
ORCID ID: 0000-0002-2859-1530
e-mail: sergiylytvyn@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Анастасія КРОТЕНКО, магістр
ORCID ID: 0009-0001-6346-7906
e-mail: krotenkoanastasiia@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Олександра САЄНКО, магістр
ORCID ID: 0009-0002-5460-1955
e-mail: oleksandrasayenkonp@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

НОСТАЛЬГІЯ ЯК АФЕКТИВНИЙ КОМПЛЕКС: НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНІ, ЕВОЛЮЦІЙНІ, ОСОБИСТІСНІ ТА СОЦІАЛЬНІ ВИМІРИ

Вступ. *Розглянуто ностальгію як комплексний афективний феномен, що виконує функції реконструкції ідентичності, адаптації до втрат та збереження внутрішньої стабільності. Окреслено, що ностальгія не належить до переліку базових емоцій, проте включає компоненти декількох базових емоцій.*

Результати. *Проаналізовано основні класифікації ностальгії (часова, просторова, соціальна, індивідуальна). У межах теорії К. Ізарда ностальгію розглянуто як вторинну емоцію, що інтегрує смуток, радість, інтерес, сором, страх. Згідно з моделлю Я. Панксеппа, базовими системами є PANIC/GRIEF, CARE, SEEKING, FEAR, PLAY. Розкрито еволюційне значення системи PANIC/GRIEF як механізму, що сприяє соціальній прив'язаності. Наведено нейрофізіологічні та нейрохімічні кореляти, зокрема участь префронтальної кори, гіпокампу, мигдалини, окситоцину, ендогенних опіоїдів. Розглянуто значення тілесної експресії та особливостей суб'єктивного переживання. Описано когнітивні аспекти, зокрема зв'язок ностальгії з автобіографічною, емоційною та сенсорною пам'яттю. Визначено дисфункціональні форми ностальгічного переживання. Розглянуто зв'язок із рисами особистості (Big Five), а також генетичні чинники, що впливають на схильність до переживання ностальгії. Окремий акцент зроблено на значенні тілесних компонентів переживання ностальгії як маркерів емоційної залученості й глибинної самоідентифікації. Розкрито терапевтичний потенціал ностальгії як афективного ресурсу, що сприяє психологічному відновленню, саморефлексії та зниженню рівня емоційного стресу в умовах соціальної невизначеності. Висвітлено її здатність актуалізувати елементи культурної пам'яті, що сприяє збереженню колективної ідентичності. Узагальнено культурні, релігійні та політичні аспекти ностальгії.*

Висновки. *Визначено роль ностальгії як інтегративного афективного механізму, що забезпечує безперервність досвіду, підтримує ідентичність і має адаптивне значення в умовах змін.*

Ключові слова: *ностальгія, пам'ять, втрата, нейропсихологія емоцій, ідентичність, адаптація, афективна нейронаука.*

Вступ

Ностальгія не належить до жодного переліку базових емоцій у класичних психологічних теоріях, натомість вона є складним афективним явищем, що складається з цілого переліку емоцій (включаючи такі контроверсійні переживання, як сум, вдячність, радість, втрату, надію), які глибоко вкорінені в біологічних і культурних процесах. Сьогодні ностальгія все частіше постає як психоемоційний механізм реконструкції ідентичності, адаптації до втрат і пошуку внутрішньої стабільності у кризових обставинах. Особливу **актуальність** тема ностальгії набуває в умовах воєнних дій та масового вимушеного переміщення людей. У таких контекстах звернення до минулого стає не втечею, а способом осмислення теперішнього та відновлення психологічної неперервності. З огляду на це, наукове осмислення ностальгії як афективного комплексу є необхідним для глибшого розуміння психологічних механізмів, що лежать в основі суб'єктивного переживання часу, втрати, ідентичності та внутрішньої стабільності.

Метою цієї статті є узагальнення міждисциплінарних підходів до дослідження ностальгії з акцентом на її афективну, когнітивну та нейропсихологічну структуру. Завданням є аналіз ностальгії як феномену, що формується на перетині емоційних систем, пам'яті, ідентичності та культурних моделей.

Виклад основного матеріалу. Уперше феномен ностальгії згадується в літературі з клінічної психології для опису хвороби – форми депресії або меланхолії, спричиненою тугою за домом, особливо під час війни, що відображає почуття військовослужбовців (Григорчук, & Тадля, 2020).

Базуючись на емпіричних дослідженнях ностальгії у парадигмі філософії, припускається, що екзистенційний рівень її сприйняття має три основні функції:

1) поліпшення особистісної самооцінки шляхом ствердження та посилення власної ідентичності;

2) підтримка культурного світогляду та регенерації його смислу;

3) посилення реляційних та міжособистісних зв'язків (Luo et al., 2016).

Тобто ностальгія – це одночасно почуття, емоція та настрій.

Цей факт спонукає до класифікації видів ностальгії. Зокрема дослідники виокремлюють чотири основних типи ностальгії: часова, просторова, соціальна та індивідуальна (Григорчук, & Тадля, 2020). Часова ностальгія – це туга за цінностями втраченого минулого або ж навіть уявного часу. Просторова ностальгія пояснює суть просторової пам'яті. Вона виникає тоді, коли сумують, наприклад, за епохами, які давно закінчилися чи коли вважають їх більш благородними. Соціальна нос-

© Литвин Сергій, Кротенко Анастасія, Саєнко Олександра, 2025

тальгія часто пов'язана з традиційним і первинним для людини, але втраченим колом людського та професійного спілкування, емоційних та культурних уподобань. Соціальна ностальгія також може бути і негативним явищем, оскільки здатна призводити до соціальних заворушень, тероризму, війн. Ностальгія в макроаспекті є своєрідною репрезентацією культури, покоління чи нації. Колективна пам'ять є специфічною для покоління і відображається в наборі певних видів продуктів, які люди споживають: літературі, музиці, живописі, темах наукових досліджень, винаходах.

Щодо індивідуальної ностальгії, то вона суттєво відрізняється від усіх вищезазначених видів, оскільки є тугою конкретної людини за її власним минулим – унікальним феноменом (Григорчук, & Тадля, 2020).

Ностальгія – це про одночасну мобілізацію глибинних афективних систем, що утворюють складну емоційну палітру. Ми проаналізуємо ностальгію за допомогою теорії диференціальних емоцій Керролла Ізарда та моделі базових емоцій Яака Панксеппа.

Згідно з теорією диференціальних емоцій Керролла Ізарда, існує десять базових емоцій, що є вродженими, універсальними й мають власну нейрофізіологічну та експресивну основу: інтерес, радість, здивування, смуток, гнів, страх, огида, зневага, сором і провина. Ці емоції не лише забезпечують адаптацію до середовища, а й виступають основою для формування більш складних емоційних станів (Izard, 1977).

Ностальгія, в термінах Ізарда, не є окремою базовою емоцією, і може бути розглянута як вторинна (комплексна) емоція, яка формується через специфічне поєднання кількох первинних афектів, а саме: смутку (що виникає на фоні втрати або усвідомлення незворотності минулого); радості (яка міститься у світлих, приємних спогадах про близькість, гру, дитинство); інтересу (що супроводжує процес занурення у спогади й пошук сенсу); сорому чи провини (які іноді з'являються у спогадах через незавершеність або втрачені шанси); страху (який пов'язаний із плинністю часу, втратою ідентичності, самотністю).

Крім того, Ізард вважав, що емоції мають досвідносмисловий вимір, а не лише реактивну функцію. В цьому ключі ностальгія постає як емоція рефлексивного типу, що вимагає певного рівня розвитку самосвідомості, здатності до внутрішнього діалогу, а також розвиненого афективного мислення.

Підсумовуючи, ностальгія, в парадигмі теорії Ізарда – це не дискретна емоція, а динамічна афективна конфігурація, яка виконує як інтегративну, так і регуляторну функції в структурі особистості (Izard, 1991).

Далі розглянемо ностальгію за допомогою моделі первинних афективних систем Яака Панксеппа. Психобіолог визначає сім основних афективних систем у мозку ссавців: SEEKING (пошук), FEAR (страх), RAGE (лють), LUST (хтивість), CARE (догляд), PANIC/GRIEF (паніка/смуток), і PLAY (гра). Центральною в афективному комплексі ностальгії є система PANIC/GRIEF – як реакція на втрату зв'язку, дому, близькості. Ця система емоцій, хоч зазвичай і асоціюється із втратою чогось, що людина мала раніше, також може бути пов'язана із втратою майбутнього, яке ніколи не відбулося. Деякі люди можуть відчувати смуток через те, що ніколи не одружилися, не мали дітей або не здійснили деяких інших намірів чи очікувань. Також задіяні системи CARE (як емоційне тепло, пам'ять про любов і турботу); SEEKING (як спроба знову знайти щось втрачене або хоча б його відлуння); PLAY (як компонент радості і задоволення). Нерідко в ностальгічному досвіді активуються також системи FEAR (страх перед майбутнім, самотністю) або RAGE (гнів на час, втрату, незворотність) (Panksepp, 2004).

Далі ми розглянемо можливе еволюційне походження ностальгії та її функціональне призначення. У філогенетичному сенсі ностальгія могла мати адаптивну функцію підтримки соціального зв'язку. Вона виникає не лише як реакція на втрату, але й як внутрішній імпульс до відновлення зв'язків, що були джерелом безпеки. Ностальгія сприяє збереженню досвіду, дає змогу людині емоційно орієнтуватися у світі, де минуле, теперішнє й майбутнє з'єднані в єдину лінію життєвої розповіді. Її функція – закріпити цінності, які виявилися важливими для виживання та благополуччя: любов, належність, зв'язок із близькими, спільноту, традицію.

Саме тому ностальгія виступає еволюційним механізмом, який сприяє стабілізації ідентичності в умовах змін, активує ресурси пам'яті й соціальної взаємодії, забезпечує емоційний міст між різними фазами життя.

Повертаючись до компонентів ностальгії – базових систем емоцій (за Я. Панксеппом), ми бачимо, що система PANIC/GRIEF активується в умовах тривоги, розлуки та втрати, які супроводжуються почуттями самотності чи смутку, і можуть зрештою призвести до депресивного стану. З еволюційної перспективи така реакція має адаптивний сенс: активація системи PANIC/GRIEF викликає сильний дискомфорт. Цей дискомфорт спонукає людину шукати підтримки й відновлювати соціальні зв'язки. Коли людина одна, їй просто важче вижити і пройти через життя з емоційно позитивним настроєм. Таким чином, homo sapiens, як і всі інші ссавці, є генетично "соціальними тваринами", які активно здійснюють пошук компанії. Отже, системи SEEKING та PANIC/GRIEF тісно взаємопов'язані (Stevens, 2021).

Нейрофізіологічний субстрат ностальгії: дослідження Фелтена, Монтега та ін. (2011) продемонстрували взаємодію між дофамінергічними поліморфізмами та системою PANIC/GRIEF, а також взаємодію між серотонінергічними та окситоциновими поліморфізмами та системою PANIC/GRIEF і FEAR. Нещодавнє дослідження функціональної магнітно-резонансної томографії у стані спокою, проведене Дерісом та ін. (2017), виявило, що базолатеральна мигдалина може бути пов'язана з первинною емоцією PANIC/GRIEF. Дослідження Сіндермана та ін. (2016) показало асоціацію між маркером 2D:4D руки (індексом пренатального впливу тестостерону) та системами PANIC/GRIEF і FEAR у жінок-учасниць (Montag, & Panksepp, 2017).

Наприкінці 1970-х років було виявлено специфічні ділянки мозку, при стимуляції яких можна було викликати дистрес-вокалізацію (простіше кажучи, плач), що пов'язані із системою PANIC/GRIEF. Цими ділянками виявилися періакведуктальна сіра речовина та прилеглі ділянки середнього мозку, а також дорсомедіальний таламус, вентральна септальна область, дорсальна преоптична область та ділянки в ядрі ложа кінцевої смужки. У вищих видів дистрес-вокалізація також може бути викликана стимуляцією передньої поясної звивини (Panksepp, 2004).

З віком, однак, ці системи стають менш чутливими. Коли їх штучно активують у морських свинок за допомогою локалізованої стимуляції мозку, для викликання плачу потрібно все більше електричного струму. Чутливість системи PANIC/GRIEF поступово зменшується в міру того, як тварини проходять стадію статевого дозрівання (як наслідок, у самців зменшується чутливість). У

підлітковому віці самці з непошкодженими статевими залозами плачуть менше при стимуляції відповідних ділянок мозку, ніж непошкоджені самки. Дорослі люди також з віком плачуть рідше, але вони все ще вразливі до смутку і страждань. У дослідженнях на людях сильна електрична стимуляція ділянок мозку, які містять систему PANIC/GRIEF, може миттєво перевести людей у стан депресивного відчаю, який швидко зникає, коли стимуляція припиняється. Стимуляція передньої поясної кори нині є методом лікування людей із діагностованим депресивним розладом, які не отримали полегшення після лікування антидепресантами. Успіх такої терапії може бути зумовлений стимуляцією активності в мозкових системах SEEKING, які зазвичай сприяють появі відчуття ентузіазму та позитивної життєвої сили (Panksepp, & Biven, 2012).

Аналізуючи нейрофізіологічний субстрат ностальгії, можна виокремити активність безумовної нейромережі/нейромережі спокою (Default mode network), яка відповідає за внутрішнє саморефлексивне мислення, автобіографічну пам'ять та уяву. У цьому процесі задіяні такі компоненти: вентромедіальна префронтальна кора (інтроспекція та саморефлексія), кора задньої частини поясної звивини (інтеграція сенсорної та емоційної інформації), гіпокамп (консолідація пам'яті), медіальні скроневі області (семантична пам'ять і візуальні образи), а також передня поясна кора (модулювання емоційного значення). Крім того, у формуванні емоційного відгуку залучені лімбічні структури: амігдала (оцінка емоційної значущості) та гіпоталамус (вегетативне забезпечення емоційного стану). Суттєву роль також відіграє і нейромережа значущості (Salience network), яка включає передню інсулу, мигдалеподібне тіло та передню поясну кору. У контексті ностальгії ця нейромережа опосередковує зовнішні або внутрішні стимули (наприклад, знайому мелодію, запах або фразу), які набувають емоційного значення і потребують емоційно-когнітивної обробки.

Нейрохімічні кореляти та психоактивні речовини, які можуть впливати на переживання ностальгії: активності в основній системі ностальгії (системі PANIC/GRIEF) можуть бути знижені за допомогою опіоїдів та окситоцину (Panksepp, 2004). Першою, і, можливо, найсильнішою речовиною є ендогенні опіоїди, які у своїх фармакологічних формах (наприклад, морфін (який може зменшувати плач у тварин) і героїн) можуть бути дуже аддиктивними. Дві інші речовини – окситоцин і пролактин є також важливими гравцями у системі CARE. Тобто, якщо в мозку немовлят, які переживають стрес, підвищені рівні опіоїдів, окситоцину або пролактину, дистрес-вокалізація зменшиться, і немовлята розслабляться та проявлять ознаки комфорту, які зазвичай спостерігаються під час насолоди заспокійливими проявами уваги матері (система PANIC/GRIEF буде деактивована системою CARE) (Panksepp, 2004). Зазначена інформація вказує на зв'язок між залежністю від опіатів та механізмами соціальної прив'язаності. Це також може допомогти пояснити, чому так багато людей, особливо самотніх або тих, хто відчуває занадто багато психологічного болю, стають залежними від вживання психоактивних речовин. Коли активується система PANIC/GRIEF, стресові нейропептиди, кортикотропін-релізинг фактор та глутамат стають більш активними. Дійсно, коли ці хімічні речовини вводять у мозок тварин, вони стимулюють відчуття розлуки (Panksepp, & Biven, 2012).

Тілесні зміни, пов'язані з переживанням ностальгії та її поведінкове вираження: на тілесному рівні ностальгія може проявлятися як тепло в грудях, сльози, сповільнення дихання, розслаблення м'язів. Поведінково вона часто виражається у вигляді зосередженого занурення у спогади, бажання створити щось нове: музику, текст, картину. Цей процес має терапевтичну природу – він дає змогу не лише згадувати, а й переосмислювати. Окремо зупинимося на описі тілесної карти переживання PANIC/GRIEF. Дослідження 2014 р. підкреслило, що зниження чутливості кінцівок було визначальною рисою. Відчуття тяжкості в грудях, стискання горла або "важке серце" також є поширеними фізіологічними проявами, пов'язаними із сумом, і можуть бути концептуалізовані в межах карти тілесних відчуттів (Nummenmaa, 2014).

Специфіка суб'єктивного переживання ностальгії: суб'єктивно ностальгія відчувається як суміш болю, тепла, вдячності та спокою. Це особливий стан, у якому час ніби стискається, і ми одночасно перебуваємо "там" і "тут". У глибоких формах вона набуває майже медитативного, естетичного характеру — схожого на внутрішній діалог із минулим Я.

Вплив ностальгії на когнітивні процеси (пам'ять, увагу та мислення): ностальгія тісно пов'язана з різними типами пам'яті. Насамперед з автобіографічною пам'яттю, яка дає змогу згадувати особистісно значущі події, підтримувати особистісну ідентичність, сприяти інтеграції минулого досвіду та реконструювати Я-образ. Одночасно активізується й емоційна пам'ять – ми пригадуємо не факти, а відчуття: емоційне тепло голосу, запах кімнати, ритм кроків близької людини. Важливу роль відіграє й сенсорна пам'ять, адже ностальгія може бути викликана запахами, звуками, музикою, світлом. Частково бере участь і семантична та просторова пам'ять, коли спогади пов'язані з культурними символами, словами, місцями.

Порушення у функціонуванні ностальгії: у клінічній практиці фіксуються як надмірно інтенсивні, так і патологічно знижені форми ностальгії. Гіперактивація може призвести до емоційного застрягання, румінації, ретроспективного ідеалізування. Натомість повна або часткова відсутність здатності до ностальгії є свідченням емоційної відстороненості, труднощів із доступом до автобіографічної пам'яті або алекситимії.

Взаємозв'язки з рисами Великої п'ятірки (Big Five): усі риси особистості, визначені в межах моделі Великої п'ятірки, мають значущий вплив на змістові характеристики та функціональне навантаження ностальгійного переживання. Зокрема, високий рівень нейротизму корелює з підвищеною емоційною інтенсивністю ностальгії та схильністю до її негативного афективного забарвлення. Відкритість до досвіду пов'язана з більш глибоким, образним і креативним змістом ностальгійних спогадів, а також з естетичним переживанням минулого. Доброзичливість асоціюється із соціальним вектором ностальгії. Сумлінність пов'язана з більш структурованим і впорядкованим переосмисленням минулого, з фокусом на цілісності особистісного наративу. А екстраверсія демонструє позитивну кореляцію з ностальгією як джерелом теплих спогадів, що сприяють психологічному благополуччю.

Вплив генетики на переживання ностальгії: нещодавні дослідження вказують на те, що схильність до переживання ностальгії частково зумовлена генетичними чинниками. Зокрема, близнюкові дослідження показали, що приблизно 30 % індивідуальних варіацій у ностальгійності мають спадкову природу, а решта 70 % – це унікальні впливи середовища. Одне з генетичних досліджень фокусується на поліморфізмі гена транспорте-

ра серотоніну (5-HTTLPR). Було виявлено, що носії короткого алеля мають вищу чутливість до ностальгії порівняно з носіями довгого алеля. Цей зв'язок опосередковується особистісною рисою нейротизму, що свідчить про те, що генетичні фактори можуть впливати на емоційні переживання через регуляцію афективної чутливості (Ding et al, 2017).

Когнітивно-афективні аспекти ностальгії в культурному, релігійному та політичному контекстах: у живописі ностальгію можна побачити в зображенні порожніх кімнат, у зміні світла, у фігурах. Важливим прикладом є роботи імпресіоністів. За допомогою гри світла та тіні, розмитості контурів, передається ефект "застиглого моменту" – образу, що ніби пульсує пам'яттю. Простір виглядає водночас присутнім і віддаленим, а відсутність чіткої межі між предметами створює враження сну чи спогаду, який неможливо вхопити. Це відчуття емоційної нероздільності моменту й втрати є однією з форм візуальної ностальгії.

У релігійно-міфологічному плані архетип саду Едем виступає символом втраченої цілісності буття. Ми не маємо до нього доступу, але саме через цю неможливість повернення ностальгія набуває екзистенційного значення – вона "тримає" відчуття сенсу.

У політичній психології ностальгія розглядається як емоційна відповідь на загрозу для ідентичності. Дослідження демонструють, що колективна ностальгія активізується тоді, коли група відчуває загрозу своєму історичному, культурному або етнічному надбанню. Ностальгія в цьому випадку – це емоційний ресурс, що стабілізує спільну ідентичність, підтримує позитивний образ минулого, і мотивує до відновлення символічного порядку (Smeekes, & Verkuyten, 2015).

Також ностальгія може ставати інструментом політичного впливу. Прикладом є політичний слоган Дональда Трампа "Make America Great Again", який апелює до колективного уявлення про "золоте минуле". Така ностальгія мобілізує виборців через емоційний наратив втрати й обіцянки "повернення" цієї втрати. Відбувається конструювання ідентичності не раціональними аргументами, а спільною емоційною пам'яттю.

Соціолог Зиґмунт Бауман у своїй концепції "ретроутопії" зазначає, що ностальгія у XXI ст. дедалі частіше набуває утопічного забарвлення. У періоди соціальної нестабільності, кризи довіри до інституцій чи економічного спаду, індивіди та спільноти спрямовують свій погляд не в майбутнє (як у класичній утопії), а в ідеалізоване минуле. Така "ретроутопія" – це не просто сум за минулим, це спроба знайти у ньому втрачений сенс, опору, моральний порядок (Bauman, 2017).

Результати

У ході здійснення цього теоретичного дослідження проаналізовано основні класифікації ностальгії (часова, просторова, соціальна, індивідуальна). У межах теорії К. Ізарда ностальгія розглянута як вторинна емоція, що інтегрує смуток, радість, інтерес, сором, страх. Згідно з моделлю Я. Панксеппа, базовими системами, які складають афективний комплекс ностальгії, є PANIC/GRIEF, CARE, SEEKING, FEAR, PLAY. Серед них першочергову роль для адаптивного функціонування ностальгії має система PANIC/GRIEF. Розкрито еволюційне значення системи PANIC/GRIEF як механізму, що сприяє соціальній прив'язаності. Наведено нейрофізіологічні та нейрохімічні кореляти нейроафективного комплексу ностальгії, зокрема участь у цьому процесі емоційного переживання префронтальної кори, гіпокампу, мигдалини, окситоцину, ендогенних опіоїдів. Розглянуто значення тілесної експресії та особливостей суб'єктивного переживання ностальгії. Описано когнітивні аспекти, зокрема зв'язок ностальгії з автобіографічною, емоційною та сенсорною пам'яттю. Визначено дисфункціональні форми ностальгічного переживання. Розглянуто зв'язок із рисами особистості (Big Five), а також генетичні чинники, що впливають на схильність до переживання ностальгії. Окремий акцент зроблено на значенні тілесних компонентів переживання ностальгії як маркерів емоційної залученості й глибинної самоідентифікації. Розкрито терапевтичний потенціал ностальгії як афективного ресурсу, що сприяє психологічному відновленню, саморефлексії та зниженню рівня емоційного стресу в умовах соціальної невизначеності. Висвітлено її здатність актуалізувати елементи культурної пам'яті, що сприяє збереженню колективної ідентичності. Узагальнено культурні, релігійні та політичні аспекти ностальгії

Дискусія і висновки

Проаналізувавши сучасні теоретичні моделі емоцій, ностальгію можна розглядати як самосвідоме складне емоційне переживання, подібне до гордості, яке передбачає рефлексивну оцінку особистого минулого з акцентом на індивідуальні життєві наративи.

Ностальгія – це не слабкість і не романтична втеча. Це глибоко людська форма емоційної інтеграції, що поєднує пам'ять, почуття, самоусвідомлення і прагнення цілісності. Її присутність є ознакою того, що ми здатні пам'ятати і любити, навіть тоді, коли цього вже немає поруч. Ностальгію варто сприймати не лише як об'єкт дослідження, а й як ресурс внутрішнього розвитку. Вона також є ознакою змін, адже виникає не там, де все залишилося як було, а там, де щось вже втрачено або змінилося безповоротно. Це емоційна реакція на факт переходу: закриття певного етапу життя, втрата форми стосунків, зміна середовища, ідентичності. Там, де з'являється нове, обов'язково щось втрачається – і на місці цього зниклого постає пам'ять. Ностальгія стає свідченням того, що зміна вже відбулася, і що вона мала цінність.

Ностальгія – це не лише про минуле, це про здатність побачити себе у дзеркалі часу. Вона функціонує як форма афективної інтроспекції, у якій особистість осмислює себе не в теперішньому моменті, а в просторово-часовому відлунні власного досвіду. Це спроба заново розпізнати важливе, іноді – назвати по імені те, що було безіменним, але залишило емоційний слід. У цьому сенсі ностальгія – це не пасивна туга, а активна рефлексивна дія, що створює безперервність у досвіді: "я – це той, хто пам'ятає".

Внесок авторів: Анастасія Кротенко, Олександра Саєнко – концептуалізація, аналіз джерел, підготування огляду літератури, написання (оригінальна чернетка); Сергій Литвин – написання (перегляд і редагування).

Список використаних джерел

Григорчук, Т. В., & Тадля, О. М. (2020). *Ностальгія як чинник поширення культурних продуктів.* Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку, 35, 270–276. https://doi.org/10.35619/ucpmk.v35i0.398

Bauman, Z. (2017). *Retrotopia.* Polity Press.

Ding, Y., Song, H., Fan, W., Liu, X., & Wang, W. (2017). *The serotonin transporter gene moderates the effect of emotional fit on nostalgia proneness: Evidence for a gene-environment interaction.* Personality and Individual Differences, 117, 91–96. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.038

Izard, C. E. (1977). *Human emotions.* Springer.

Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions.* Springer.

Luo, Y. L. L., Liu, Y., Cai, H., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2016). *Nostalgia and self-enhancement: Phenotypic and genetic approaches.* Social Psychological and Personality Science, 7(8), 857–866. https://doi.org/10.1177/1948550616662127

Montag, C., & Panksepp, J. (2017). *Primary emotional systems and personality: An evolutionary perspective.* Frontiers in Psychology, 8, Article 464. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00464

Nummenmaa, L., Glerean, E., Hari, R., & Hietanen, J. K. (2014). *Bodily maps of emotions.* Proceedings of the National Academy of Sciences, 111(2), 646–651. https://doi.org/10.1073/pnas.1321664111

Panksepp, J. (2004). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions* (pp. 87–88, 137–139). Oxford University Press.

Panksepp, J., & Biven, L. (2012). *The archaeology of mind: Neuroevolutionary origins of human emotions* (pp. 191–252). W. W. Norton & Company.

Smeekes, A., & Verkuyten, M. (2015). *The presence of the past: Identity continuity and group dynamics.* European Review of Social Psychology, 26(1), 162–202. https://doi.org/10.1080/10463283.2015.1112653

Stevens, F. L. (2021). *Affective neuroscience in psychotherapy: A clinician's guide for working with emotions* (pp. 118–135). Routledge.

Tracy, J. L., & Randles, D. (2011). *Four models of basic emotions: A review of Ekman and Cordaro, Izard, Levenson, and Panksepp and Watt.* Emotion Review, 3(4), 397–405. https://doi.org/10.1177/1754073911410747

References

Bauman, Z. (2017). *Retrotopia.* Polity Press.

Ding, Y., Song, H., Fan, W., Liu, X., & Wang, W. (2017). *The serotonin transporter gene moderates the effect of emotional fit on nostalgia proneness: Evidence for a gene–environment interaction.* Personality and Individual Differences, 117, 91–96. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.038

Hryhorchuk, T. V., & Tadlia, O. M. (2020). Nostalhiia yak chynnyk poshyrennia kulturnykh produktiv. Ukrainska kultura: mynule, suchasne, shliakhy rozvytku, 35, 270–276 [in Ukrainian]. [Григорчук, Т. В., & Тадля, О. М. (2020). *Ностальгія як чинник поширення культурних продуктів. Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку*, 35, 270–276]. https://doi.org/10.35619/ucpmk.v35i0.398

Izard, C. E. (1977). *Human emotions.* Springer.

Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions.* Springer.

Luo, Y. L. L., Liu, Y., Cai, H., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2016). *Nostalgia and self-enhancement: Phenotypic and genetic approaches.* Social Psychological and Personality Science, 7(8), 857–866. https://doi.org/10.1177/1948550616662127

Montag, C., & Panksepp, J. (2017). *Primary emotional systems and personality: An evolutionary perspective.* Frontiers in Psychology, 8, Article 464. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00464

Nummenmaa, L., Glerean, E., Hari, R., & Hietanen, J. K. (2014). *Bodily maps of emotions.* Proceedings of the National Academy of Sciences, 111(2), 646–651. https://doi.org/10.1073/pnas.1321664111

Panksepp, J. (2004). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions* (pp. 87–88, 137–139). Oxford University Press.

Panksepp, J., & Biven, L. (2012). *The archaeology of mind: Neuroevolutionary origins of human emotions* (pp. 191–252). W. W. Norton & Company.

Smeekes, A., & Verkuyten, M. (2015). *The presence of the past: Identity continuity and group dynamics.* European Review of Social Psychology, 26(1), 162–202. https://doi.org/10.1080/10463283.2015.1112653

Stevens, F. L. (2021). *Affective neuroscience in psychotherapy: A clinician's guide for working with emotions* (pp. 118–135). Routledge.

Tracy, J. L., & Randles, D. (2011). *Four models of basic emotions: A review of Ekman and Cordaro, Izard, Levenson, and Panksepp and Watt.* Emotion Review, 3(4), 397–405. https://doi.org/10.1177/1754073911410747

Отримано редакцією журналу / Received: 23.09.25
Прорецензовано / Revised: 02.11.25
Схвалено до друку / Accepted: 17.11.25

Serhiy LYTVYN, PhD (Psychol.)
ORCID ID: 0000-0002-2859-1530
e-mail: sergiylytvyn@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Anastasiia KROTENKO, Master's Student
ORCID ID: 0009-0001-6346-7906
e-mail: krotenkoanastasiia@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Oleksandra SAYENKO, Master's Student
ORCID ID: 0009-0002-5460-1955
e-mail: oleksandrasayenkonp@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

NOSTALGIA AS AN AFFECTIVE COMPLEX: NEUROPSYCHOLOGICAL, EVOLUTIONARY, PERSONAL, AND SOCIAL DIMENSIONS

Background. ***Nostalgia is explored as a complex affective phenomenon that serves functions of identity reconstruction, adaptation to loss, and the maintenance of internal stability. It is shown that nostalgia is not among the basic emotions, yet it comprises components of several primary affects.***

Results. ***The main classifications of nostalgia are analyzed (temporal, spatial, social, and individual), along with its distinction from other emotional processes. Within C. Izard's theory, nostalgia is presented as a secondary emotion integrating sadness, joy, interest, shame, and fear. According to J. Panksepp's model, the core systems involved are PANIC/GRIEF, CARE, SEEKING, FEAR, and PLAY. The evolutionary significance of the PANIC/GRIEF system is highlighted as a mechanism promoting social bonding. Neurophysiological and neurochemical correlates are outlined, including the involvement of the prefrontal cortex, hippocampus, amygdala, oxytocin, and endogenous opioids. The importance of bodily expression and subjective experience is examined. Cognitive aspects are described, particularly the relationship between nostalgia and autobiographical, emotional, and sensory memory. Dysfunctional forms of nostalgic experience are identified. The link between nostalgia and Big Five personality traits is considered, as well as genetic factors influencing the propensity for nostalgic experience. Particular emphasis is placed on the significance of the bodily components of nostalgic experience as markers of emotional involvement and deep self-identification. The therapeutic potential of nostalgia is revealed as an affective resource that facilitates psychological recovery, self-reflection, and reduction of emotional stress under conditions of social uncertainty. Its capacity to actualize elements of cultural memory, thereby contributing to the preservation of collective identity, is also highlighted. Cultural, religious, and political dimensions of nostalgia are also summarized.***

Conclusions. ***The conclusion emphasizes the role of nostalgia as an integrative affective mechanism that ensures continuity of experience, supports identity, and holds adaptive significance under conditions of change.***

Keywords: nostalgia, memory, loss, neuropsychology of emotions, identity, adaptation, affective neuroscience.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.